

Hitteprotocol
Dagopvang en combigroep Den
Oesterdam

April 2023



Kinderopvang & zorgboerderij
Den Oesterdam

INHOUD

Inleiding.....	3
1. De locatie.....	3
1.1. Temperatuur.....	3
1.2. Maatregelen.....	3
2. De kinderen.....	4
3. In extreme gevallen.....	4

Inleiding.

De zomers worden steeds warmer en het is dan ook goed stil te staan bij de gevolgen voor de gezondheid. Zeker als het veel dagen achter elkaar warm is kunnen er gezondheidsklachten ontstaan. Dit hitteprotocol heeft tot doel het personeel te instrueren hoe zij gezondheidsrisico's door aanhoudende warmte bij kinderen en medepersoneel kunnen herkennen, voorkomen en/of verminderen.

Kinderen en hitte.

Omdat baby's, peuters en schoolgaande kinderen nog in hun groeifase zitten en daardoor de verhouding gewicht en huidoppervlakte niet in evenwicht is, verliezen zij meer vocht dan volwassenen.

Kinderen die last hebben van de warmte worden sneller vermoeid, klagen over hoofdpijn en krijgen concentratieproblemen. Soms gaan ze sneller ademen, lijken ze benauwd. In ernstige situaties kan het lichaam uitdrogen en oververhit raken door verlies van teveel vocht en een stijgende lichaamstemperatuur. We zijn extra alert op uitdroging bij kinderen bij:

- Overvloedig zweten
- Droge mond
- Minder naar de wc gaan/minder plasluiers (met donkergekleurde urine)
- Duizeligheid, misselijkheid/ braken of spierkrampen
- Huilen, in ernstigere gevallen zonder tranen
- Verminderde lichamelijke activiteit, lusteloos of slaperig, in het ergste geval raken kinderen bewusteloos

Als een kind één van deze verschijnselen vertoont, dan brengen we het naar een koele plek en laten het drinken. Zo nodig proberen we alternatieven om het kind vocht binnen te laten krijgen. We waarschuwen de ouders en/of zo nodig een arts bij ernstige klachten of als de situatie niet verbetert.

1. De locatie.

1.1. Temperatuur.

De ideale binnentemperatuur in de groepsruimten ligt tussen de 18°C en 22°C. De ideale binnentemperatuur in slaapkamers ligt tussen de 15 °C en 18 °C. Er zijn geen wettelijke eisen gesteld aan de maximum binnentemperatuur. Richtlijn van het RIVM is dat de binnentemperatuur tot ca. 25°C mag stijgen. Bij hogere temperaturen vermindert de behaaglijkheid en neemt de vermoeidheid bij kinderen toe. Dit hitteprotocol treedt in werking als de weersvoorspellingen uitgaan van dagtemperaturen van 27 °C of hoger of eerder als we inschatten dat dit nodig is.

1.2. Maatregelen.

Op warme dagen streven we ernaar de binnentemperatuur zo laag mogelijk te houden:

- We doen zo min mogelijk de verlichting aan;
- We doen de luiken morgens zo vroeg mogelijk vast zetten;
- Zolang de buitentemperatuur lager is dan binnen, zetten we de ramen en deuren vanaf het momenten van openen zoveel mogelijk open. We houden daarbij de veiligheid van de kinderen in het oog en sluiten de ramen en deuren als dit nodig is;
- We gebruiken het ventilatiesysteem/de airco volgens de instructies en zo optimaal mogelijk;
- De CO2 meter geeft een duidelijk signaal af als het CO2 gehalte in de slaap- of groepsruimte te hoog wordt, we nemen direct maatregelen als dit het geval is.

2. De kinderen

- we bieden de kinderen (extra) vaak te drinken aan, zo veel mogelijk water en zo min mogelijk zoetheid. Het is belangrijk om te drinken vóórdat zij dorst krijgen. We houden daarom in de gaten of de kinderen voldoende drinken. Als tussendoortjes geven we vochtrijke groenten en fruit zoals tomaat, komkommer en meloen en af en toe een waterijsje. Baby's geven we zonnodig en in overleg met de ouders extra water te drinken;
- we zijn creatief in het aantrekkelijk maken van (water) drinken door bijv. gebruik te maken van speciale kannen, toegevoegd vers fruit aan het water, speciale rietjes;
- We spelen 's morgens zo vroeg als de omstandigheden dit toelaten buiten en als het te warm wordt gaan we naar binnen. Tussen 12.00 uur en 15.00 uur blijven we binnen en doen we het rustig aan;
- We plannen geen intensieve bewegingsactiviteiten en passen het spel aan. We zoeken daarbij een koele plek op, in of rond het gebouw. Soms is het binnen prettiger vertoeven dan buiten;
- We laten de kinderen niet/ zo min mogelijk in de zon spelen en smeren de kinderen een half uur voordat wij naar buiten gaan in met zonnebrandcrème met een hoge beschermingsfactor; zonnodig smeren we hen meerdere malen per dag in;
- We vragen de ouders de kinderen dunne, huidbeschermende kleding aan te trekken zodat de huid zo min mogelijk direct aan het zonlicht wordt blootgesteld. De kinderen dragen petjes;
- We zoeken verkoeling met waterspeltjes en zwembadjes. We plaatsen deze in de schaduw en zorgen dat er altijd toezicht is. We verversen het water iedere dag;
- We laten kinderen alleen in een rompertje (met luier) slapen en houden hen tijdens het slapen extra in de gaten;

3. In extreme gevallen.

Als de hitte extreem is of erg lang duurt, kan het voorkomen dat de warmte in onze locatie teveel oploopt. Met name als de temperatuur in de slaapkamer te hoog wordt, kan het voorkomen dat wij het niet verantwoord vinden heel jonge kinderen op te vangen. Wij zullen in dat geval in overleg gaan met de ouders om de opvangdagen in te korten dan wel de opvang tijdelijk stop te zetten. Daarnaast vragen wij ouders te zorgen dat het kind op ons verzoek binnen een uur opgehaald kan worden als wij dat om medische redenen noodzakelijk vinden.