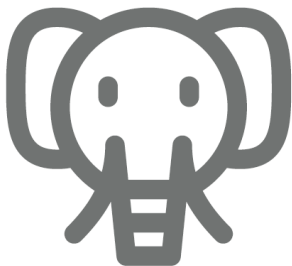


---

# COOL KiDZ



## Inhoud

1 Pand en buitenruimte .....	7
1.1 Inleiding.....	7
1.2 Allergenen en gevaarlijke stoffen .....	7
1.3 Ventilatievoorzieningen.....	7
1.4 Elektriciteit en apparatuur .....	7
1.5 Deuren.....	8
1.6 Kapstokken.....	8
1.7 Trap.....	8
1.8 Vloeren .....	8
1.9 Ramen.....	8
1.10 Radiatoren .....	8
1.11 Muren.....	9
1.12 Speelruimten.....	9
1.13 Sanitair .....	9
1.14 Meubilair .....	9
1.15 Verlichting .....	9
1.16 Inrichting algemeen.....	10
2 Binnenmilieu.....	11
2.1 Algemeen .....	11
Oorzaken van een slecht binnenmilieu .....	11
Voorbeelden van bronnen van vervuiling in het binnenmilieu .....	11
Binnenmilieu in het kindercentrum van Cool Kidz .....	11
2.2 Binnenklimaatbeheersing.....	12
Temperatuur.....	12
Ventilatie.....	12
Luchtvochtigheid .....	12
Rook .....	12
Allergenen.....	12
2.3 Giftige en vluchtige stoffen .....	13
Aanwezigheid van giftige stoffen .....	13
De gifwijzer .....	13
Muizen .....	13

Medewerksters.....	13
Vluchtige stoffen .....	13
2.4 Geluidsoverlast .....	13
3 Overdracht van ziektekiemen .....	15
3.1 Algemeen .....	15
3.2 Hygiëne en schoonmaak .....	15
Algemene aandachtspunten.....	15
Vloeren en oppervlakten .....	15
Aankleedkussen.....	15
Spenen en fopspenen .....	15
Afval.....	16
Speelgoed .....	16
Zwembadjes.....	16
Textiel.....	16
Ongedierte .....	17
Overige.....	17
3.3 Handenwasprotocol .....	17
Algemeen .....	17
De groepsleiding wast de handen: .....	17
Handen wassen hoe? Regels voor personeel en kinderen: .....	17
Handen wassen extra:.....	17
Regels voor kinderen.....	18
3.4 Wond en lichaamsvocht .....	18
Algemeen .....	18
Wonden en wondjes .....	18
Zieke kinderen .....	18
Zwembadjes.....	19
Gebruik thermometer .....	19
Zalf en creme .....	19
Hoesten, niezen en snottebellen.....	19
Regels voor kinderen.....	19
Spuugdoekjes en slabbers.....	19
Luiers, verschoningen en toiletbezoek.....	19

Fopspenen .....	20
Slapen.....	20
3.5 (Huis)dieren en ongedierte .....	20
Algemeen .....	20
Contact met dieren .....	20
Bijt- en krabwonden voorkomen .....	20
Ongedierte .....	21
Insecten.....	21
Teken.....	21
Muizen en ratten .....	21
Zandbak.....	21
3.6 Legionella .....	22
Algemeen .....	22
Richtlijnen voor medewerkers.....	22
4 Zieke kinderen .....	23
4.1 Huisregels en preventie.....	23
Algemeen .....	23
Wat is 'ziek'? .....	23
Huisregels .....	23
Preventie .....	24
4.2 Medicijnprotocol.....	25
Toedienen van medicijnen.....	25
Paracetamol.....	25
Homeopatische middelen .....	25
4.3 Medische handelingen .....	25
Noodsituaties.....	26
4 voeding.....	27
4.1 Slim kopen, koken en bewaren .....	27
Kopen (let op het etiket) .....	27
Wassen.....	27
Reinheid en Scheiden .....	28
Verhitten .....	28
Bewaren .....	28

4.2 Zuigelingenvoeding.....	30
Stappenplan kunstvoeding klaarmaken: .....	30
Stappenplan borstvoeding klaarmaken: .....	30
4.3 Allergieën/diëten .....	31
4.4 Voedingsaanbod .....	31
Drinken.....	33
Eetmomenten.....	33
4.5 Allergieën en individuele afspraken.....	33
4.6 Traktaties en feestje .....	33
4.7 Wat kun je beter niet geven aan je kind?.....	34
4.8 Voedingshygiëne.....	<b>Fout! Bladwijzer niet gedefinieerd.</b>
5 Veilig slapen .....	37
5.1 Wat is wiegendood? .....	37
De meest bekende uitwendige factoren zijn .....	37
De meest bekende inwendige factoren zijn .....	37
5.2 Maatregelen ter voorkoming .....	37
We zorgen ervoor dat de slaapkamer veilig is:.....	38
5.3 Inbakeren op het kinderdagverblijf .....	39
Welke kinderen hebben er baat bij om ingebakerd te worden?.....	39
Voorwaarden inbakeren: .....	39
Wanneer mag een kind niet worden ingebakerd:.....	39
6 Evaluatie en borging.....	40

## Voorwoord

Gezonde voeding, voldoende rust, een goede verzorging en een fysiek veilige en hygiënische omgeving dragen bij aan een gevoel van welbehagen en een gezonde lichamelijke ontwikkeling. Dat is wat we nastreven en wat in verschillende beleidsdocumenten, protocollen en richtlijnen is vastgelegd.

Ten aanzien van de voeding en de voedselhygiëne is dit na te lezen in het voedingsbeleid en het voedingsprotocol.

De afwisseling tussen rust en activiteit, evenals de wijze waarop kinderen verzorgd worden, is te vinden in ons pedagogisch beleid.

In dit document zullen we ons richten op hygiëne en gezondheid.

Om een gezonde en hygiënische omgeving voor kinderen te creëren, hebben we geïnventariseerd welke factoren van invloed zijn. We denken bijvoorbeeld aan de bouw en inrichting van ons pand en de buitenruimte, de kwaliteit van het binnenmilieu; de overdracht van ziektekiemen, het omgaan met zieke kinderen, het toedienen van medicijnen en medisch handelen, Het is niet precies aan te geven of risico's groot of klein zijn. Zo kan het kind dat astma heeft veel meer last van een slecht geventileerde ruimte hebben, dan een kind die dat niet heeft. Een kinderziekte kan voor het ene kind betekenen dat hij doodziek wordt, terwijl het andere kind alleen maar wat lichte koorts heeft en hangerig is. Om die reden geven we in dit protocol niet aan of de risico's groot of klein zijn, maar geven we aan wat de risico's zijn en hoe we met de risico's omgaan.

Het zijn de medewerkers die er op toe moeten zien dat er hygiënisch en gezond gewerkt wordt..

Alle voorschriften in dit document genoemd, kunnen gelezen worden als richtlijnen voor de medewerkers. Als het om regels voor de kinderen gaat worden deze expliciet beschreven. De manager is verantwoordelijk voor de naleving en het scheppen van de randvoorwaarden.

# 1 Pand en buitenruimte

## 1.1 Inleiding

Om een veilige en gezonde omgeving te creëren voor de kinderen die gebruik maken van onze opvang, moet het pand aan bepaalde eisen voldoen. Denk aan goede ventilatievoorzieningen voor schone- en frisse lucht; afspraken over de stoffering, het gebruik van planten en materialen i.v.m. allergieën; veilig meubilair en een inrichting die het risico op uitglijden, vallen en stoten verkleinen; sanitair dat goed te reinigen is, enzovoort.

Dit protocol bevat richtlijnen, waaraan de inrichting, de apparatuur, de elektriciteitsvoorziening, de stoffering en het meubilair moeten voldoen. Omdat het niet alleen de hygiëne en gezondheid betreft maar ook de veiligheid betreft, komt dit hoofdstuk terug in het veiligheidsbeleid.

Het is de verantwoordelijkheid van de manager dat de eisen aan pand en buitenruimte gehandhaafd worden en daar zo nodig actie op te ondernemen.

## 1.2 Allergenen en gevaarlijke stoffen

- Bij de verbouwing (juni 2011) is het gebouw gecontroleerd op asbest. Dit bleek in het hele pand niet aanwezig te zijn.
- Er worden geen planten in het kindercentrum neergezet.
- Op de speelplaats en in de moestuin zijn geen giftige planten aanwezig.
- Houten of rieten onderzetters worden niet gebruikt.

## 1.3 Ventilatievoorzieningen

- Het pand kan op verschillende manieren geventileerd worden: via de ramen, de ventilatieroosters en er is een mechanisch luchtcirculatiesysteem.
- In de slaapkamers zijn CO<sup>2</sup>-meters aangebracht.
- Luchtfilters van een mechanische luchttoevoer zijn niet zichtbaar vuil.
- Luchtkanalen worden een keer per jaar gereinigd.
- Luchtfilters van een mechanische luchttoevoer worden periodiek vervangen volgens de gebruiksaanwijzing.
- Ventilatievoorzieningen zijn afsluitbaar waardoor verbrandingsgassen en verontreinigende lucht niet via de ventilatievoorzieningen in de binnenruimte terecht kunnen komen.

## 1.4 Elektriciteit en apparatuur

- Er is een centrale Cv-ketel die zich niet in ons eigen pand, maar zich in de kelder van het pand naast ons bevindt. Deze ketel is voor het gehele pand, ook voor de woningen erboven. De VVE heeft voor deze Cv-ketel een onderhoudscontract afgesloten.
- Er wordt elektrisch gekookt. Er worden geen gasovens gebruikt. In het gehele pand bevinden zich geen geisers of gasleidingen.
- Afzuigkappen hebben een afvoerkanaal naar buiten.
- De wandcontactdozen zijn kindveilig.
- Alle groepen zijn voorzien van een aardlekschakelaar.
- In de speelruimten lopen geen losse snoeren.
- Snoeren worden in een kabelgoot vastgezet of als het tijdelijk is (kerstboomverlichting) met tape vastgezet of naar stopcontacten onder het systeemplafond geleid.
- Apparaten staan of vast of ver weg geschoven achter op het aanrecht; bijvoorbeeld de waterkoker of magnetron.

## 1.5 Deuren

- Op alle deuren zijn veiligheidstrips tot minimaal 1.20 m hoogte aangebracht.
- Er wordt dagelijks gecontroleerd of de veiligheidstrips nog in goede staat zijn en goed vastzitten.
- Kapotte veiligheidstrips worden vervangen, loszittende veiligheidstrips worden vastgezet.
- Op alle deuren van de groepsruimten zijn deurbuffers aangebracht.
- Onder deuren die open mogen blijven staan, plaatsen we een deurklem.
- Als de kinderen buiten spelen, staat de buitendeur op de haak.
- Als we een groep binnen willen gaan, kloppen we op de deur en we wachten tot er geroepen wordt, dat we naar binnen mogen. Er kan een kind achter de deur zitten.
- De deur tussen tuindeur en gang heeft een deurstopper.
- Het tuinhok wordt met een baksteen tegengehouden zodat het niet weg kan waaien tegen een kind aan.

## 1.6 Kapstokken

- Kapstokken zijn zo gebouwd, dat kinderen zich er niet aan kunnen bezeren, geen uitstekende jashaken en de kapstokken zijn op meer dan 1.50 hoogte aangebracht, zodat kinderen niet hun hoofd kunnen stoten aan de onderkant.

## 1.7 Trap

- In de centrale hal is een flauwe brede trap van 1.20m breed aanwezig.
- De optrede en de afstand tussen de treden is 15 cm.
- Langs de brede kant zijn extra kinderleuning op kindhoogte aangebracht.
- Kapotte traptreden worden meteen gerepareerd.
- Eventueel los geraakte vloerbedekking wordt meteen vastgezet.
- Er is een extra kinderleuning aangebracht op 60 cm hoogte aan de muurkant.
- De trap is breed zodat de leidster er naast kan lopen om te helpen.

N.b. In het hoofdstuk 'ongevallen voorkomen en beperken' staat beschreven welke regels en afspraken er gelden voor de trap.

## 1.8 Vloeren

- Er worden alleen kortpolige vloerkleden gebruikt.
- Vloermatten hebben of een stroeve onderkant of er wordt onder de vloermat een extra antislipmat gelegd, waardoor schuiven wordt voorkomen.
- Bij de entree ligt een droogloopmat.

## 1.9 Ramen

- Alle ramen zijn voorzien van veiligheidsglas.

## 1.10 Radiatoren

- In de groepsruimten en in de gangen zijn er paneelradiatoren met een omkasting. Omdat het kantoor geen groepsruimte is waar kinderen verblijven is daar geen paneelradiator aangebracht.
- (Kantoor)personeel let er op dat de verwarming niet te heet is als er kinderen op kantoor zijn en zij let er op dat kinderen de verwarming op het kantoor niet aanraken. Zo nodig wordt



met oudere kinderen afgesproken dat ze niet aan of bij de verwarming op het kantoor mogen komen.

### **1.11 Muren**

- Alle muren zijn glad afgewerkt.
- Er bevinden zich geen spijkers of andere uitstekende delen in de muur.

### **1.12 Speelruimten**

De richtlijnen hebben betrekking op de speelruimten binnen en buiten.

- In de groepsruimten wordt in hoeken gespeeld, waardoor de loopruimte en de speelruimten van elkaar gescheiden zijn.
- Ook op de buitenspeelplaats en de centrale speelhal zijn loop- en speelruimten van elkaar gescheiden.
- Rondom het meubilair is en de speeltoestellen is loopruimte gecreëerd, waardoor het risico op botsingen en stoten wordt verkleind.
- In de groepsruimten is voldoende bergruimte voor speelgoed gecreëerd.
- De moestuin is alleen met een hekje toegankelijk voor de BSO-kinderen.

### **1.13 Sanitair**

- Het aankleedkussen wordt vervangen zodra het tijk beschadigingen vertoont.
- In de sanitaire ruimte is geen stellingkast aanwezig.
- De aankleedtafel is uit de looproute geplaatst.
- Er is een dichte goed te reinigen aankleedtafel.
- De aankleedtafel is elektrisch in hoogte verstelbaar en heeft een automatische stop.
- Het trapje is voorzien van een goede leuning en heeft aan de achterkant dichte treden.
- De aankleedtafel heeft opstaande randen aan de zijkant en achterkant en is tegen de muur geplaatst.
- Omvallen van het aankleedblok is vanwege het gewicht onmogelijk.
- De afvalbak is hoog en de inhoud is niet toegankelijk voor kinderen.
- Er worden geen potjes gebruikt.

### **1.14 Meubilair**

- Er worden geen tweedehands gestoffeerde meubels aangeschaft.
- Het meubilair is of rond afgewerkt, waardoor het geen scherpe hoeken heeft of wordt afgeschermd als het wel scherpe hoeken heeft.
- Het meubilair wordt regelmatig op splinters gecontroleerd en gerepareerd of vervangen, zodra het splintert.
- Als er ergens een hoge (stelling)kast is geplaatst, is deze stevig aan de muur vast gezet.
- Speelgoed wordt in afgesloten kasten (stofvrij) opgeborgen of de open kasten met speelgoed worden stofvrij gehouden.

### **1.15 Verlichting**

- Lampen zijn voorzien van beschermende armatuur. Als er bijvoorbeeld een bal tegen de lamp aankomt, zal deze niet breken en naar beneden vallen.

### *1.16 Inrichting algemeen*

- Kieren en naden worden afgedicht waardoor plaagdieren uit het gebouw geweerd worden.
- Ruimtes zijn zo ingericht dat stofnesten worden voorkomen.
- Waar mogelijk worden gesloten opbergruimtes gebruikt.

## 2 Binnenmilieu

### 2.1 Algemeen

Het **binnenmilieu** is het milieu in gebouwen of voertuigen en staat in tegenstelling tot het buitenmilieu. Beide kunnen een relevante invloed op de gezondheid hebben. Meestal wordt met binnenmilieu de lucht en zijn chemische bestanddelen bedoeld, maar het kan ook om bijvoorbeeld licht, straling of geluid gaan.

De binnenlucht is vaak veel meer vervuild dan de buitenlucht. Daarom speelt de kwaliteit van de binnenlucht een belangrijke rol in de levenskwaliteit. Voorbeelden van gevolgen van een slecht binnenmilieu zijn het ontstaan of verergeren van aandoeningen zoals astma, allergie, hoofdpijn, misselijkheid, vermoeidheid, irritatie van ogen, neus of keel.

De gemiddelde Nederlander brengt zo'n 85-90% van zijn tijd binnen door. Daarom wordt een goed binnenmilieu sinds enkele jaren als een belangrijke factor voor onze gezondheid gezien. Kleine kinderen, zieke mensen en ouderen vertoeven vaak nog veel langer binnen, zeker in de wintertijd. Zo blijkt uit onderzoek dat kinderen tussen 0 en 2,5 jaar al gauw meer dan 95% van de tijd binnen doorbrengen, waarvan de helft van hun tijd in de slaapkamer. Andere belangrijke locaties zijn de woonkamer, het kinderdagverblijf en de school. Thuis wordt amper buiten gespeeld in de winter. De belangrijkste buitenactiviteiten van kinderen vinden plaats tijdens de speeltijd op het kindercentrum of op school. In ons pedagogisch beleid staat dat de kinderen vanaf de dreumesgroep elke dag naar buiten gaan; behalve bij extreme weersomstandigheden.

#### Oorzaken van een slecht binnenmilieu

De oorzaken van binnenmilieuproblemen zijn zeer divers en kunnen te vinden zijn in bijvoorbeeld vocht- en schimmelproblemen, slecht werkende verwarmingstoestellen, gebrekkige ventilatie en verkeerd materiaalgebruik bij nieuwbouw en renovatie. Heel vaak ligt een combinatie van factoren aan de basis van binnenmilieuproblemen:

- de constructie van het gebouw (vb. gebruikte materialen),
- het gebruik van de faciliteiten (vb. verluchtings- of ventilatiemogelijkheden),
- de luchtkwaliteit buiten het gebouw (vb. gebouw in een drukke straat),
- bewonersgedrag (vb. roken, schilderen, klussen)

Een bekend voorbeeld van een binnenmilieuprobleem is vergiftiging met koolstofmonoxide. Dit is een potentieel dodelijke vergiftiging.

#### Voorbeelden van bronnen van vervuiling in het binnenmilieu

- Chemisch: CO (koolstofmonoxide), asbest, formaldehyde, vluchtige organische stoffen, fijn stof, loodverf, loden waterleidingen, verbrandingsgassen (uit o.a. tabak, kachel, geiser, haard, passief roken, benzeen enz.
- Biologisch: schimmel, huisstofmijt, allergenen van huisdieren, enz.
- Fysisch: geluid, straling, licht, temperatuur, enz.

#### Binnenmilieu in het kindercentrum van Cool Kidz

In de volgende paragraaf staat beschreven wat Cool Kidz doet om een gezond binnenmilieu te scheppen. Per onderdeel wordt de aard en de grootte van het risico omschreven. Het gaat om:

- Beheersing van het binnenklimaat.
- Omgaan met giftige en vluchtige stoffen.
- Tegengaan van geluidsoverlast.

## 2.2 Binnenklimaatbeheersing

Een gezond binnenmilieu betekent dat de lucht schoon en fris is en weinig stofdeeltjes en micro-organismen bevat. Ook de temperatuur en de vochtigheid van de lucht mogen niet te laag of te hoog zijn. Wanneer er onvoldoende aandacht aan een gezond binnenmilieu wordt besteed, kan dit leiden tot bijvoorbeeld slaperigheid, concentratievermindering, allergieën, prikkeling van ogen, neus of keel, luchtwegaandoeningen, infecties of een onbehaaglijk gevoel. Omdat een slecht binnenklimaat op de korte en lange duur een groot gezondheidsrisico vormt, verkleint Cool Kidz dit met de volgende maatregelen:

### Temperatuur

- De temperatuur wordt regelmatig gecontroleerd en is in de verblijfsruimte niet lager dan 17°C.
- De temperatuur in de verblijfsruimte wordt op 20°C ingesteld en het ventilatiegedrag wordt aangepast wanneer de temperatuur oploopt.
- Ramen van te warme ruimtes, waar zon op staat, worden van een zonwering voorzien.
- In de verschillende ruimtes worden temperatuurverschillen van meer dan 5°C voorkomen.

### Ventilatie

- Het kindercentrum heeft een luchtcirculatiesysteem dat 's ochtends aan gezet wordt.
- Ramen of ventilatieroosters zijn geopend en/of de mechanische ventilatie staat aan.
- Als ruimtes bedompt ruiken dan worden meer ventilatiemogelijkheden gecreëerd.
- Er wordt extra geventileerd tijdens bewegingsspelletjes.
- Gedurende de nacht wordt geventileerd.
- De ramen en deuren worden wijd opengezet, als de temperatuur binnen oploopt boven de 25°C.
- Op warme dagen 's nachts wordt geventileerd om het gebouw af te koelen.
- Ventilatiegedrag wordt aangepast als de activiteit daarom vraagt.

### Luchtvochtigheid

- De luchtvochtigheid wordt regelmatig gecontroleerd en ligt tussen de 40% en 60%.
- Als de lucht te droog is, 's winters, worden er bakjes water op de verwarming gezet.
- Oorzaken van een te hoge luchtvochtigheid zoals lekkages worden direct bestreden.

### Rook

- Er wordt binnen niet gerookt.

### Allergenen

- Bij inschrijving wordt gevraagd of en welke allergie(en) een kind heeft.
- Richtlijnen om contact met allergenen te vermijden zijn te vinden in de protocollen 'pand en buitenruimte'.
- Bordkrijt wordt binnen niet gebruikt, alleen buiten.
- De stofzuigers die gebruikt worden, hebben een hepafilter.

### ***2.3 Giftige en vluchtige stoffen***

Het innemen of inademen van giftige stoffen brengt een dermate groot gezondheidsrisico met zich mee, dat Cool Kidz er alles aan doet om dit te voorkomen.

#### **Aanwezigheid van giftige stoffen**

- Giftige stoffen zijn niet aanwezig of worden uit de buurt van kinderen gehouden (giftige planten, muizengif, toiletblokjes).
- Giftige stoffen worden hoog opgeborgen of in een kast met (kinder)slot.

#### **De gifwijzer**

- De gifwijzer hangt op een duidelijk zichtbare plaats of is direct te vinden.
- Alle pedagogisch medewerkers weten waar de gifwijzer ligt of hangt.

#### **Muizen**

- Als er muizen zijn wordt er muizengif in afgesloten doosjes gebruikt en deze worden neergezet op plaatsen waar kinderen niet bij kunnen.
- De muizen worden bestreden door een erkend bedrijf.

#### **Medewerkers**

- Er mogen geen sigaretten(peuken) rondslingeren.
- In tassen van personeel kunnen dingen zitten die voor kinderen gevaar opleveren. (medicijnen, sigaretten). Tassen worden in de kluis opgeborgen.

#### **Vluchtige stoffen**

- In ruimtes met kinderen worden geen spuitbussen (verf, haarlak en luchtverfrissers) gebruikt.
- Er wordt geen wasbenzine, terpentijn, verfoplosmiddelen of andere chemicaliën met oplosmiddelen gebruikt in het bijzijn van kinderen; alleen 's avonds en in het weekend.
- Na het gebruik van boven genoemde middelen, worden ramen en deuren wijd tegen elkaar open gezet.
- Er wordt geen verf, vlekkenwater of boenwas gebruikt waar kinderen bij zijn.

### ***2.4 Geluidsoverlast***

Geluidsoverlast kan zeker bij langdurige blootstelling op den lange duur gehoorbeschadigingen veroorzaken. De kwetsbare oren van kinderen moeten beschermd worden, zodat de kinderen die ons kindercentrum bezoeken, zich kunnen ontwikkelen, sociaal gedrag aan kunnen leren en kunnen communiceren. We nemen de volgende maatregelen om gehoorbeschadigingen te voorkomen:

- Kinderen worden niet opzettelijk blootgesteld aan hard lawaai. Vooral voor baby's en peuters is dat van belang, omdat zij nog meer dan volwassenen en grotere kinderen gevoelig zijn voor gehoorbeschadiging.
- Luidruchtige werkzaamheden worden zo gepland dat geluidsoverlast voorkomen wordt.
- Het volume van de tv, radio, stereo wordt in de gaten gehouden, mag niet te hard staan.
- Bij geluidsoverlast worden passende maatregelen genomen.
- Op alle groepen is een iPad aanwezig. Deze kan gebruikt worden om filmpjes aan de kinderen te laten zien of muziek te laten horen. Het geluid uit de iPad, televisie of radio, cd-speler, mag niet te hard staan.

- Als het geluid zo hard staat dat het kind anderen niet meer kan horen praten, wanneer de muziek aan staat, wordt aan het kind uitgelegd dat het geluid zachter moet.
- De medewerkers van de baby- en de peutergroepen letten er op dat er geen vreemde voorwerpen in de oren van kinderen terecht komen.
- Er wordt geen oorsmeer uit de oren verwijderd met vingers, watten of wattenstaafjes.
- Als we oorontsteking of gehoorverlies vermoeden, bespreekt de pedagogisch medewerkster dit met de ouders. Aanwijzingen voor mogelijke oorontsteking zijn bij baby's: vaak huilen en trekken aan het oor. Oudere kinderen klagen over een pijnlijk oor.

## 3 Overdracht van ziektekiemen

### 3.1 Algemeen

Het is niet te voorkomen dat kinderen ziek worden. Kleine kinderen hebben nog weinig weerstand opgebouwd en de kans op besmetting is groter waar veel mensen bij elkaar komen. Ziek worden hoort erbij, maar we hoeven het niet op te zoeken. Daarom treffen we onze maatregelen.

De meeste ziekteverwekkende micro-organismen worden door efficiënt reinigen verwijderd. Na verwijdering van het vuil is de voedingsbodem weg, zodat de kans op groei van micro-organismen afneemt. Dwarrelende stofdeeltjes kunnen ademhalingsmoeilijkheden opleveren bij astmapatiënten. Door goed schoonmaken wordt het aantal stofdeeltjes verlaagd. In een normale situatie is goed en regelmatig reinigen voldoende om besmettingsrisico's tot een aanvaardbaar niveau te beperken. In het schoonmaakrooster staat hoe vaak er schoon gemaakt wordt. In dit document vind je de voorschriften voor hygiënisch werken en schoonmaken.

### 3.2 Hygiëne en schoonmaak

#### Algemene aandachtspunten

- Zichtbare verontreinigingen worden direct verwijderd.
- Alle overige oppervlakken, hulpmiddelen en materialen worden periodiek volgens het schoonmaakrooster gereinigd.
- Gebruik schoon materiaal.
- Besteed extra aandacht aan het reinigen van handcontactpunten, kranen, lichtknopjes, deurkrukken.

#### Vloeren en oppervlakten

- Voor het afnemen van stof wordt een stofbindende of vochtige doek gebruikt. Voorkomen wordt dat stof in de lucht gaat dwarrelen.
- Kleden en tapijten worden gestofzuigd.
- Stofzuigen gebeurt het liefst als de kinderen er niet bij zijn.
- De stofzuigers zijn voorzien van een hepafilter.
- Tijdens het stofzuigen wordt er geventileerd.
- De vloer wordt regelmatig en bij zichtbare verontreiniging direct schoongemaakt (dweilen, stofzuigen).

#### Aankleedkussen

- De verschoonplek wordt na ieder kind gereinigd met een oplossing van allesreiniger in water in een plantenspuit (dichtbij spuiten, zodat de oplossing niet verneveld).
- De verschoonplek wordt daarna schoongeveegd met een vochtig wegwerpdoekje.
- Het wegwerpdoekje wordt na gebruik meteen weggegooid.
- Bij diarree of bloed wordt er gedesinfecteerd. Eerst wordt er gereinigd op de gebruikelijke manier, daarna wordt er alcohol (70%) gespoten op het aankleedkussen.
- Laat de alcohol aan de lucht drogen.

#### Spenen en fopspenen

- Flesspenen worden dagelijks één minuut uitgekookt.
- Fopspenen worden minimaal wekelijks uitgekookt.
- Ieder kind heeft een eigen herkenbare fopspeen.

## Afval

- Afval wordt in afgesloten afvalbakken weggegooid.
- De afvalbakken worden dagelijks geleegd.
- Afvalzakken worden dagelijks naar buiten gebracht en weggegooid in een gesloten container.
- Verwijder direct afval op trappen en vloeren.

## Speelgoed

- Er wordt alleen eenvoudig te reinigen speelgoed gebruikt.
- Zichtbaar verontreinigd speelgoed wordt direct gereinigd.
- Speelgoed dat in de mond genomen wordt, wordt dagelijks gereinigd.
- Er worden alleen stoffen speelgoed en knuffels aangeschaft die op 60°C gewassen kunnen worden of speelgoed en knuffels die op 40°C gewassen worden, worden na het wassen in de droger gedroogd.
- Pedagogisch medewerkers zien er op toe dat er geen speelgoed mee naar het toilet genomen wordt.
- Speelgoed voor binnen en buiten wordt gescheiden gehouden.

## Zwembadjes

- Het water in kleine badjes wordt dagelijks verschoond.
- Het water wordt na tussentijdse vervuiling (door bijvoorbeeld vogelpoep) gedurende de dag ververs.
- Badjes die niet gebruikt worden, worden droog opgeborgen.
- Voor gebruik in het badje wordt het juiste speelgoed gekozen.
- De pedagogisch medewerkers zien er op toe dat kinderen niet eten of drinken in het zwembadje.

## Textiel

- Voor dingen die meerdere keren per dag gereinigd moeten worden, zoals aankleedkussen en tafel, gebruiken we wegwerpartikelen zoals reinigingsdoekjes en papieren handdoeken.
- Als er textiel gebruikt wordt, bijvoorbeeld handdoeken bij het spelen met water, dan wordt per kind een schone handdoek gebruikt en deze na gebruik in de was gegooid.
- Alle overige schoonmaakttextiel, theedoeken, dweilen, schoonmaakdoekjes enz, worden dagelijks in de was gedaan.
- Schoonmaakdoekjes worden na gebruik met heet stromend water uitgespoeld.
- Bij zichtbare verontreiniging, na vuile klusjes én minimaal elk dagdeel wordt een schone vaatdoek gepakt.
- Zichtbaar vuil beddengoed wordt direct verschoond. .
- Dekbedden en dekens worden minimaal één keer per week gewassen.
- De verkleedkleden worden op 60°C gewassen of verkleedkleden die op 40°C gewassen worden, worden na het wassen in de droger gedroogd.
- Verkleedkleden worden maandelijks gewassen.
- Wanneer zieke kinderen met verkleedkleden spelen, worden de kleden extra gewassen.
- Knuffels en stoffen speelgoed worden maandelijks op 60°C gewassen.
- Wanneer zieke kinderen (met bijvoorbeeld een koortslip) met de knuffels voor algemeen gebruik spelen, worden de knuffels direct extra gewassen.
- Textiel wordt op minimaal 60°C gewassen of op 40°C en daarna in de droger gedroogd.
- Met bloed bevulde kleding en linnengoed wordt op 60°C gewassen.



## Ongedierte

- Vliegen en insecten worden door horren geweerd.
- Uitwerpselen van ongedierte worden direct opgeruimd.
- Bij blijvende overlast wordt IRADO-ongediertebestrijding gebeld voor advies en bestrijding.

## Overige

- In het kindercentrum zijn geen kamerplanten aanwezig, stof van stengels en bladeren afspoelen is daardoor niet nodig.
- Knutselwerken of andere dingen die niet gereinigd kunnen worden, worden na een maand verwijderd.
- De pedagogisch medewerksters zien er op toe dat jonge kinderen (leeftijd 0-4 jaar) alleen onder toezicht in de ruimte(s) komen waar afval en luiers worden opgeslagen.
- De pedagogisch medewerkster maakt met de oudere kinderen (leeftijd 4-12) afspraken met betrekking tot het omgaan met afval. De pedagogisch medewerkster let op naleving daarvan.

## 3.3 Handenwasprotocol

### Algemeen

Ziektekiemen worden onder meer via de handen overgedragen. Een goede handhygiëne door groepsleiding, maar ook door de kinderen, is één van de meest effectieve manieren om besmettingen te voorkomen. De handhygiëne verbetert door geen sieraden te dragen aan handen of polsen.

### De groepsleiding wast de handen:

- Voor het aanraken van voedsel.
- Voor het eten of helpen met eten.
- Voor en na wondverzorging.
- Voor het aanbrengen van zalf of crème.
- Na hoesten, niezen en snuiten.
- Na toiletgebruik.
- Na het verschonen van een kind.
- Na het afvegen van de billen van een kind.
- Na contact met lichaamsvochten zoals speeksel, snot, braaksel, ontlasting, wondvocht of bloed.
- Na contact met vuile was of afval.
- Na contact met dieren.

### Handen wassen hoe? Regels voor personeel en kinderen:

- Gebruik stromend water.
- Handen worden met water en vloeibare zeep gewassen.
- De zeep wordt over de gehele handen verdeeld.
- Handen worden na het wassen goed schoongespoeld.
- Handen worden met een papieren handdoek gedroogd.

### Handen wassen extra:

- Zieke medewerkers besteden extra aandacht aan een goede handhygiëne.

- Bij kinderen die aan wondjes en/of blaasjes krabben, wordt extra aandacht aan handhygiëne besteed.
- Er worden spatels, vingercondooms of rubber handschoenen gebruikt worden bij het gebruiken van crème of zalf.

#### Regels voor kinderen

- Kinderen moeten voor het eten de handen wassen.
- Kinderen moeten de handen wassen, als blijkt dat de handen na het hoesten of niezen zichtbaar vuil zijn.
- Kinderen moeten de handen wassen na toiletbezoek.
- Kinderen moeten de handen wassen na contact met dieren.
- Kinderen moeten de handen wassen nadat zij in het zand gespeeld hebben.

### 3.4 Wond en lichaamsvocht

#### Algemeen

Kleine kinderen hebben nog weinig weerstand tegen infectieziekten. Daardoor zijn ze veel vaker ziek dan volwassenen. Het is een natuurlijk gegeven dat kinderen een aantal infecties moeten doormaken om hun weerstand op te bouwen. Het is daarom niet zinvol (en bovendien ook onmogelijk) om alle contact met ziekteverwekkende micro-organismen te vermijden.

Cool Kidz wil datgene doen wat nodig is om de kans op infectieziekten zoveel mogelijk te beperken. Daarbij gaan we ervan uit dat ondanks onze voorzorgsmaatregelen kinderen toch in aanraking zullen komen met ziekteverwekkers. Omdat besmetting vaak overgebracht wordt door het contact met wond- en lichaamsvochten van een ander persoon (kind of volwassene) staan hieronder de richtlijnen die gevolgd worden om de risico's op besmetting te beperken.

#### Wonden en wondjes

- Pus/wondvocht wordt voordat het gaat lekken met bijvoorbeeld een wattenstaafje gedept.
- Wondjes worden met een waterafstotende pleister afgedekt.
- Materialen en oppervlakken die verontreinigd zijn met pus of wondvocht worden direct met een reinigingsmiddel schoongemaakt.
- Bij elk contact met bloed, wondvocht of lichaamsvochten die zichtbaar met bloed zijn vermengd worden wegwerphandschoenen gedragen.
- Gemorst bloed wordt met handschoenen aan verwijderd.
- De ondergrond wordt met water en zeep schoongemaakt.
- Het oppervlak wordt daarna met ruim alcohol 70% gedesinfecteerd.
- Wondjes worden met een waterafstotende pleister afgedekt.
- Pleisters worden regelmatig (of wanneer ze doordrenkt zijn) verwisseld.
- Er wordt voorkomen dat een kind met een koortslip anderen zoent.
- Bij kinderen die aan wondjes en/of blaasjes krabben, wordt extra aandacht aan handhygiëne besteed.
- Bij bijtincidenten waarbij bloed vrij komt wordt binnen 24 uur contact opgenomen met de bedrijfsarts, huisarts of GGD.

#### Zieke kinderen

- Als kinderen ziek zijn mogen zij het kindercentrum niet bezoeken.

## Zwembadjes

- Voor kinderen die nog niet zindelijk zijn, worden zwemluiers gebruikt.
- Groepsleiding ziet er op toe dat kinderen niet eten of drinken in het zwembadje.
- Voor het vullen van zwembadjes wordt water van drinkwaterkwaliteit gebruikt.
- In zwembadjes wordt gemakkelijk te reinigen speelgoed gebruikt. Speelgoed dat aanzet tot drinken wordt niet in zwembadjes gebruikt.

## Gebruik thermometer

- De thermometer wordt voor en na ieder gebruik met alcohol 70% gedesinfecteerd.
- Er worden hoesjes gebruikt om te voorkomen dat de thermometer verontreinigd raakt.
- De thermometer wordt na ieder gebruik met water en zeep gereinigd.

## Zalf en creme

- Er worden spatels, vingercondooms of latex handschoenen gebruikt bij het gebruik van crème of zalf.
- Of er wordt zalf uit tubes of wegwerpflacons gebruikt. Hiermee voorkom je dat via je handen een ander besmet wordt.

## Hoesten, niezen en snottebellen

- Pedagogisch medewerkers dragen zorg voor een goede hoesthygiëne.
- Kinderen worden er op gewezen dat ze tijdens het hoesten of niezen in de elleboog moeten niezen.
- Aan kinderen wordt geleerd tijdens hoesten of niezen het hoofd weg te draaien of het hoofd te buigen.
- Pedagogisch medewerkers zien er op toe dat kinderen met snottebellen hun neus snuiten of doen dit zelf voor de kinderen.
- Voor ieder kind wordt per keer een schone papieren zakdoek of bijdehandje gebruikt.

## Regels voor kinderen

- Als je moet hoesten of niezen, doe dat dan in je elleboog.
- Draai je om en doe je hoofd naar beneden als je in je elleboog hoest of niest.
- Als je een snottebel hebt of je neus wilt snuiten, pak dan een papieren zakdoek (kinderen die dit zelf kunnen) en gooi die meteen na gebruik in de prullenbak.

## Spuugdoekjes en slabbers

- Ieder kind gebruikt een schoon spuugdoekje/slabber.
- Doekjes/slabbers worden meteen na gebruik opgeruimd.
- De regel is dat we vochtige wegwerpdoekjes gebruiken om snoeten en handen te vegen. Ieder kind een eigen doekje en na gebruik meteen weggooien. Maak je toch een keer gebruik van een stoffen washand, gebruik dan een schone en gooi hem na gebruik meteen in de was.

## Luiers, verschoningen en toiletbezoek

- Vuile luiers worden in een apart afgesloten zakje direct weggegooid.
- Vuile luiers worden in een gesloten afvalbak weggegooid.
- De verschoonplek wordt na ieder kind gereinigd met een oplossing van allesreiniger in water in een plantenspuit (dichtbij spuiten, zodat de oplossing niet verneveld).
- De verschoonplek wordt daarna schoongeveegd met een vochtig wegwerpdoekje.
- Het wegwerpdoekje wordt na gebruik meteen weggegooid.

- Bij diarree of bloed wordt er gedesinfecteerd. Eerst wordt er gereinigd op de gebruikelijke manier, daarna wordt er alcohol (70%) gespoten op het aankleedkussen.
- Laat de alcohol aan de lucht drogen.
- Er worden geen potjes gebruikt.
- In de toilet en verschoonruimten worden vloeibare zeep en papieren handdoekjes gebruikt.
- Houd je aan het handenwasprotocol.

### Fopspenen

- Fopspenen worden gescheiden in schone bakjes van elkaar opgeborgen.
- Fopspenen worden voorzien van de naam van het kind.
- Fopspenen die op de grond hebben gelegen worden onder stromend water afgespoeld.

### Slapen

- Kinderen slapen zoveel mogelijk in een eigen bedje.
- De namen van de kinderen staan op de bedden.
- Bij gedeelde bedden wordt er verschoond, zodra er een ander kind in het bedje gaat slapen.
- Elk kind heeft een eigen herkenbare slaapzak, de namen staan in de slaapzak geschreven.
- Slaapzakken worden gescheiden van elkaar opgeborgen.

## 3.5 (Huis)dieren en ongedierte

### Algemeen

Huisdieren en ongedierte kunnen ziekteverwekkers verspreiden. Naast het overbrengen van ziekten kunnen dieren ook andere problemen veroorzaken (bijvoorbeeld muggen- en wespensteken of een tekenbeet). Tenslotte zijn veel kinderen allergisch of overgevoelig voor dieren. (hond 12%, kat 8%). Vanuit hygiënisch oogpunt, worden daarom in het kindercentrum van Cool Kidz geen dieren gehouden.

### Contact met dieren

- Wanneer er (voor een bepaalde activiteit) huisdieren worden meegenomen naar het kindercentrum, vragen we eerst aan de ouders van de kinderen of dit tot gezondheidsklachten (allergieën) kan leiden. Dit geldt ook als de kinderen een kinderboerderij bezoeken.
- Dieren toelaten op het kinderdagverblijf, gebeurt pas als we daar de toestemming van ouders voor hebben.
- Het bezoeken van de kinderboerderij, gebeurt pas als we daar de toestemming van ouders voor hebben.

### Bijt- en krabwonden voorkomen

- Pedagogisch medewerkers zijn alert op het voorkomen dat kinderen door een dier gebeten of gekrabd worden.
- Bij bezoek aan dieren is er steeds voldoende begeleiding aanwezig.
- Als dieren gevoerd worden, let de pedagogisch medewerkster op dat dit voorzichtig gebeurt.
- Pedagogisch medewerkers leren kinderen goed omgaan met dieren.
- Als een kind een hond/huisdier wil aaien, moet het kind eerst aan het baasje vragen of dat goed is.

## Ongedierte

- Er zijn horren voor de ramen geplaatst om vliegen, bijen en wespen te weren.
- Overlast van mieren wordt voorkomen door ruimtes goed schoon te maken.
- Etenresten zijn goed verpakt en afgedekt.

## Insecten

- Wespen en bijen worden aangetrokken door zoete geuren. Voorkom dat door: de kinderen niet buiten te laten eten en drinken (ook geen ijsjes). Te controleren of kinderen voordat zij naar buiten gaan geen plakkerige handen of monden hebben. Maak even schoon voordat je met de kinderen naar buiten gaat.
- Verwijder, als een kind door een wesp of een bij, gestoken is, direct de angel met een speciaal spuitje.
- Leg na de wespen- of bijensteek een ijsblokje op het wondje verkoeling.
- Bij een steek in de mond of hals direct ijsklontjes gebruiken en direct naar de dichtstbijzijnde hulpinstantie (SEH of huisarts).
- Neem het spuitje om gif uit te zuigen ook mee bij een uitstapje.
- Soms treedt er na een wespen- of bijensteek een heftige, allergische reactie op (ernstige benauwdheid, verwardheid of bewusteloosheid). Wees hier alert op en waarschuw in dat geval een arts of ambulance.

## Teken

Teken kunnen de ziekte van Lyme veroorzaken. Ze leven in bossen, in struiken en in hoog gras. Ze laten zich vallen op de huid van passerende mensen of dieren. Daar bijten ze zich vast en zuigen bloed op waar ze van leven. Bij het opzuigen van het bloed kunnen bacteriën worden overgebracht.

- Voorkom tekenbeten door bij natuurwandelingen beschermende kleding te dragen (dichte schoenen, sokken, een lange broek en een shirt met lange mouwen).
- Verwijder met behulp van een tekenpincet zo snel mogelijk de teek als die toch op de huid van een kind gevonden wordt.
- Desinfecteer *daarna* het wondje (niet vooraf).
- Neem de tekenpincet ook mee bij uitstapjes.
- Lees de bijsluiters van de tekenpincet zodat duidelijk is hoe deze te gebruiken.

## Muizen en ratten

- We houden het kindercentrum en de directe omgeving ervan goed schoon, zodat er geen voedsel is voor deze dieren.
- Vuilnisbakken, zowel binnen als buiten worden dagelijks geleegd.
- Bij het legen van de vuilnisbakken buiten. Worden tuinhandschoenen gedragen om te voorkomen dat medewerkers gestoken worden.
- Als we toch ongedierte aantreffen schakelen we een professionele ongediertebestrijder (IRADO) in.
- Bij de ongediertebestrijder geven we aan dat er aandacht besteed moet worden aan de veiligheid van de kinderen. Zij mogen niet in contact komen met giftige stoffen.

## Zandbak

Om te voorkomen dat kinderen in aanraking komen met ontlasting van katten of andere dieren, treffen we de volgende maatregelen:

- Voordat kinderen buiten gaan spelen wordt zwerfvuil van de speelplaats en uit de zandbak verwijderd.

- Na het spelen wordt de zandbak afgedekt.
- Zand wordt jaarlijks compleet ververs.
- Het zand wordt vervangen als uitwerpselen van honden of katten in het zand worden aangetroffen.

### 3.6 Legionella

#### Algemeen

Legionella (pneumophila) is een bacterie die de veteranenziekte of legionellagriep veroorzaakt. De ziekte (ook wel legionellose genoemd) kan ontstaan wanneer mensen de bacterie inademen, bijvoorbeeld in een douche of via een sproei-installatie.

De griepvariant (ook wel Pontiac koorts) is meestal tijdelijk en van doorgaande aard, de veteranenziekte daarentegen is een chronische longaandoening met mogelijk dodelijke afloop. Voorwaarde voor infectie is dat de bacterie via de neus of de mond wordt opgenomen en zich kan vestigen in de longen. De verspreiding gebeurt dan ook via zogenaamde aerosolen, dit zijn kleine waterdruppeltjes die de bacterie kunnen bevatten en ontstaan door turbulente waterbewegingen. De legionellabacterie bevindt zich in grondwater, oppervlaktewater en in (leiding)water. Legionella wordt gevaarlijk voor mensen als de bacterie zich vermenigvuldigt en via druppels waternevel in de lucht komt die wij inademen.

Vermenigvuldiging kan vooral gebeuren als de bacterie:

- in water met een temperatuur tussen 25 en 45 °C aanwezig is;
- in stilstaand water aanwezig is;
- in een leiding met roest, kalk of een slijmlaag aanwezig is.

Legionella vermenigvuldigt zich optimaal bij een watertemperatuur van 37 °C. Boven de 55 °C gaat de bacterie dood. De watertemperatuur bij de verschoontafels ligt tussen de 55°C en 60°C. De hete kraan in de keuken ligt boven de 60°C.

22 februari 2012 heeft Cool Kidz een risico-analyse en een beheersplan met betrekking tot de legionellabacterie uit laten voeren door Aqua Assistance bv. De locatie Cool Kidz is toen in orde bevonden.

#### Richtlijnen voor medewerkers

- Zorg ervoor dat jij en de kinderen geen fijne waterdruppels (nevel) inademen. Deze worden in het algemeen meestal gevormd door douches en brandslanghaspels.
- Spoel de waterleiding, na een afwezigheid van meer dan een week, twee minuten door. Doe dit zowel met de koude als met de warme kraan. Leg een douchekop in een emmer water tijdens het doorspoelen.
- Omdat sommige lokalen van Cool Kidz nog niet in gebruik zijn, worden ook in die lokalen de waterkranen iedere maand een minuut lang open gezet. Douchekoppen worden tijdens het doorspoelen in een emmer water gelegd. In het legionellalogboek wordt afgetekend wanneer het doorspoelen is gebeurd.
- Koppel de tuinslang af na gebruik, laat de slang leeglopen en leg hem uit de zon.
- Gebruik de brandslanghaspel niet (deze is meestal al verzegeld).

## 4 Zieke kinderen

### 4.1 Huisregels en preventie

#### Algemeen

Als ouder kies je o.a. voor een kindercentrum omdat de opvang voor je kind gegarandeerd is. Een uitzondering is echter een ziek kind. Zieke kinderen kunnen het kindercentrum niet bezoeken. Dan rijst vanzelf de vraag: wanneer is een kind ziek? In dit protocol wordt uitgelegd hoe met zieke kinderen wordt omgegaan..

#### Wat is 'ziek'?

Kinderen zijn ziek als:

- hun lichaamstemperatuur boven 38,5° is;
- ze één- op één-aandacht van de pedagogisch medewerkster nodig hebben;
- ze een besmettelijke ziekte hebben.

Ziek zijn en koorts is bij elk kind anders. Het ene kind voelt zich met een lichaamstemperatuur van 38° niet lekker, terwijl een ander kind bij een lichaamstemperatuur van 39° nog lekker aan het spelen is. Sommige kinderen hebben vaak verhoging, andere kinderen hebben nooit koorts. Bij het bekijken of een kind op het kindercentrum mag blijven of kan komen, wordt in eerste instantie uitgegaan van de lichaamstemperatuur, maar wordt ook gekeken naar het kind. Kinderen met een temperatuur boven de 38,5° moeten opgehaald worden.

Een kind dat één- op één-aandacht nodig heeft, voelt zich niet lekker. Er wordt verondersteld dat kinderen zich in een dergelijke situatie thuis het beste op hun gemak voelen en het beste thuis kunnen rusten en beter worden. Bovendien vindt in een kindercentrum groepsopvoeding plaats en is er geen mogelijkheid om een kind gedurende de hele dag één- op één-aandacht te geven.

Omdat de temperatuur bij baby's snel op kan lopen, worden ouders van de babygroep gebeld zodra de koorts 38° is. Zij kunnen zich er alvast op voorbereiden dat zij hun kindje op zullen moeten halen.

#### Huisregels

Kinderen kunnen het kindercentrum niet bezoeken als:

- hun lichaamstemperatuur boven 38,5° is;
- ze één- op één-aandacht van de pedagogisch medewerkster nodig hebben;
- er een mogelijkheid is dat het kind anderen kan besmetten.

Kinderen weren is alleen zinvol als het kind nog besmettelijk is. De incubatietijd bij kinderziektes is in de meeste gevallen voordat de ziekte uitbreekt. Het heeft dan niet veel zin om het kind te weren. Om te bepalen of een kind de kinderopvang mag bezoeken raadplegen we de richtlijnen van het RIVM: gezondheidsrisico's in het kindercentrum. Deze staan in de app: Kiddi en staat op de tablets van de groepsleiding.

In onderstaande gevallen wordt ouders verzocht hun kind thuis te houden:

- Als de blaasjes bij de waterpokken open zijn. Het vocht uit de blaasjes kan andere kinderen besmetten.
- Als de blaasjes bij krentenbaard open zijn. Het vocht uit de blaasjes kan andere kinderen besmetten.
- Zodra de blaasjes zijn ingedroogd en het kind zich niet meer ziek voelt of koorts heeft, kan het weer naar de opvang komen.

- Hoofdluis tot de hoofdluis geheel verdwenen is (als een broertje of zusje hoofdluis heeft, wordt van de ouders verwacht dat zij het kindercentrum daarvan op de hoogte brengen).
- Besmettelijke diarree. Er is een apart protocol voor het norovirus.

Overige maatregelen bij (besmettelijke)ziekten:

- Als er een besmettelijke ziekte onder de kinderen heerst, worden de ouders daarvan op de hoogte gebracht via een mededelingenbrief en/of melding in de hal.
- Als een kind ziek wordt tijdens het verblijf bij Cool Kidz worden de ouders op de hoogte gebracht en verzocht om hun kind op te (laten) halen.

Onderstaande richtlijnen zijn aanleiding voor een pedagogisch medewerkster om de ouders te bellen:

- Het kind is hangerig, wil niet spelen, niet eten, klaagt over pijn.
- De lichaamstemperatuur boven 38,5° is.
- Omdat de temperatuur bij baby's snel kan stijgen, bellen we alvast als de thermometer 38 aangeeft.
- Als de ouders te kennen hebben gegeven dat zij over de situatie van hun kind geïnformeerd willen worden.
- Als ouders niet bereikbaar zijn en wij behoefte hebben aan medisch advies, bellen we de huisarts van het kind.
- Als er tussen de ouder en de pedagogisch medewerkster onenigheid dreigt over het ziektebeeld en/of symptomen en het wel of niet ophalen van het kind, worden de richtlijnen uit dit protocol gevolgd. Eventueel wordt de GGD geraadpleegd voor advies.

## Preventie

- In het protocol 'overdracht van ziektekiemen / besmetting door wond- en lichaamsvochten' wordt beschreven welke maatregelen wij treffen om de overdracht van ziektekiemen zo veel mogelijk te beperken.
- Als een kind op het kindercentrum ziek wordt, worden de ouders gebeld met de vraag het kind op te komen halen.
- We vragen ouders recente telefoon- en reservetelefoonnummers aan ons door te geven.
- Tot de tijd dat het zieke kind opgehaald wordt, krijgt het even zijn eigen speelgoed.
- Het speelgoed waarmee het zieke kind gespeeld heeft, wordt gewassen.
- De regel is dat we papieren handdoekjes gebruiken. Worden er toch een keer stoffen handdoeken gebruikt, dan krijgt het zieke kind een eigen handdoek.
- Er wordt voor elk kind een dossier bijgehouden. In het dossier staan gegevens over de gezondheid, eventuele medicatie, allergieën en voedingsvoorschriften vermeld.
- De dossiers worden actueel gehouden.
- Bij plaatsing van een kind wordt gevraagd naar de inentingsbewijzen; een kopie daarvan gaat in het kinddossier.
- Zodra een kind van de babygroep overgaat naar een volgende groep en wij nog niet alle geregistreerde inentingen hebben, wordt opnieuw naar het inentingsbewijs gevraagd en wordt een kopie gemaakt.



## 4.2 Medicijnprotocol

### Toedienen van medicijnen

Het op de juiste wijze toedienen van medicijnen is heel belangrijk. Als dit niet zorgvuldig gebeurt heeft dit grote risico's voor de gezondheid.

Bij Cool Kidz worden medicijnen alleen toegediend als deze door de (huis)arts zijn voorgeschreven. Ouders dienen een verklaring te ondertekenen waarop zij vermelden welk medicijn wanneer in welke dosering moet worden toegediend. De pedagogisch medewerkster noteert het tijdstip van toediening en parafeert daarvoor.

### Paracetamol

Paracetamol wordt veel gebruikt bij kleine kinderen, o.a. bij het doorkomen van tanden en kiezen (al dan niet met koorts), na een inenting of bij pijn of koorts zonder directe aanleiding. Op advies van de GGD wordt door de pedagogisch medewerkers paracetamol *alleen* op voorschrift van een (huis)arts toegediend. Koorts heeft namelijk altijd een oorzaak, die vaak niet direct aan te tonen is. Omdat het kindercentrum aansprakelijk is voor het kind gedurende het verblijf, wordt geen paracetamol toegediend: stel dat het kind ernstig ziek wordt en de koorts is onderdrukt met paracetamol, kan het kindercentrum aansprakelijk worden gesteld. Om dat te voorkomen, wordt paracetamol alleen op doktersvoorschrift gegeven. Indien ouders 's ochtends thuis een kind paracetamol geven, ligt de verantwoording daarvan bij de ouder. Het is ouders niet toegestaan om gedurende de dag op het kindercentrum zelf het kind paracetamol te geven om het kind op het kindercentrum te kunnen laten.

### Homeopathische middelen

Veel ouders geven hun kind homeopathische middelen, zoals Chamodent of neusspray. Ouders wordt gevraagd een medicijnverklaring daarvoor in te vullen. Een verklaring is 1 maand geldig en wordt dus per maand opnieuw ingevuld als een middel gedurende langere tijd wordt gegeven.

## 4.3 Medische handelingen

Wat bij 4.2 geschreven is over de toediening van medicijnen, geldt ook voor medische handelingen. Zorgvuldigheid is geboden. De pedagogisch medewerkers zijn niet bevoegd om medische handelingen uit te voeren. Mocht er zich een situatie voordoen waarin het noodzakelijk is dat er bij een kind tijdens het verblijf een medische handeling verricht wordt, dan zal de manager per geval beslissen of aan dit verzoek gehoor kan worden gegeven. Hierbij worden de regels uit de Wet BIG gevolgd. Deze wet houdt in dat bepaalde handelingen alleen mogen worden verricht als voldaan wordt aan de volgende voorwaarden:

- De medische handeling moet worden verricht in opdracht van een beroepsbeoefenaar die voor het verrichten van de handeling zelf wettelijk bevoegd is.
- De persoon die de handeling verricht, moet de aanwijzingen van de opdrachtgever opvolgen.
- De persoon die de handeling verricht, moet bekwaam zijn om de handeling te verrichten.
- Er wordt een aanvullende overeenkomst met de ouders afgesloten. In een dergelijke overeenkomst worden de afspraken over de aanvullende zorg, de financiering ervan en de aansprakelijkheden van het kindercentrum en het personeel nader geregeld.
- Uit de aanvullende overeenkomst moet expliciet blijken voor welke medische handelingen de ouders van het kind toestemming hebben verleend.
- Uit een zogenaamd "autorisatieformulier" dient de toestemming van een arts en bovendien de beschikbaarheid, bekwaamheid en bereidheid van de medewerkster blijken.

- De medewerkster ontvangt aanwijzingen van de arts of andere wettelijk bevoegde beroepsbeoefenaar met betrekking tot:
  1. de wijze waarop de handeling moet worden uitgevoerd
  2. algemene aandachtspunten ter observatie na het uitvoeren van de handeling
  3. instructies voor het handelen bij bepaalde verschijnselen
  4. de arts bepaalt in hoeverre extra toezicht en tussenkomst van zijn/haar kant noodzakelijk is. Afspraken dienen schriftelijk te worden vastgelegd.

### **Noodsituaties**

De Wet BIG is slechts van toepassing op medische handelingen die beroepsmatig worden verricht. In noodsituaties wordt iedereen geacht naar beste vermogen te handelen en kan het verrichten van voorbehouden handelingen in strijd met de wet zelfs noodzakelijk zijn. In dat geval is er sprake van overmacht en levert de hulpverlening geen strafbaar feit op.

## 4 voeding

Het niet op de juiste wijze inkopen, bewaren en bereiden van voeding kan voedselvergiftiging, maag-darminfecties veroorzaken. Meestal lopen die goed af, maar uitdroging door diarree is ernstig. Vooral kleine kinderen zijn daar gevoelig voor. In de paragrafen 4.1 t/m 4.3 staat welke maatregelen we nemen om te voorkomen dat kinderen en personeel ziek worden door voeding.

### 4.1 Slim kopen, koken en bewaren



**Kopen:** Koop bederfelijke producten als laatste en zet ze bij thuiskomst meteen in de koelkast. Let er goed op dat de verpakking heel is.



**Wassen:** Door je handen goed te wassen, verwijder je bacteriën en virussen, ook schadelijke. Was je handen altijd voor het eten en voor het bereiden van voedsel, maar ook na het aanraken van rauw vlees en na toiletbezoek.



**Scheiden:** Door bij de voorbereiding hygiënisch te werk te gaan, voorkom je de kans op kruis-besmetting. Zorg dat bereid eten niet in contact komt met producten die nog rauw zijn. En gebruik apart keukengerei voor gaar en rauw vlees en vis.



**Verhitten:** Door je eten goed te verhitten, dood je bacteriën en virussen, ook de schadelijke. Verhit warm eten dus goed, vooral vlees, kip, eieren, vis en schaal- en schelpdieren. En schep je eten tussendoor om als je het opwarmt in de magnetron, om de hitte te verdelen.



**Bewaren:** Door je boodschappen en maaltijdstrepsjes goed gekoeld te bewaren, bederven ze minder snel. Bacteriën vermeerderen zich veel minder snel bij een lagere temperatuur. Bewaar bederfelijke producten daarom in de koelkast op 4 °C.

#### Kopen (let op het etiket)

- In producten die niet in de halalwinkel zijn gekocht, mogen geen vleesextracten zitten.
- Houdt de uiterste versheidsdatum in de gaten.
- Geen kleurstoffen.
- Geen kunstmatige zoetstoffen.
- Alleen halal vlees van de Islamitische slager.
- Informeer bij de groepsleiding wat kinderen wel en niet mogen eten.

#### Wassen

##### *Voor het bereiden*

- Lange haren in een staart.
- Handen wassen met zeep.
- Schort om.

##### *Tijdens het bereiden*

- Groente en fruit wassen.
- Handen wassen met zeep na contact met rauw vlees.
- Verschillende snijplanken gebruiken (groente en fruit / brood / vlees / vis).

- Eten goed verhitten, zorg ervoor dat het gaar is.
- Resten van vlees / groente / fruit, etc meteen weggooien (in een afvalbak met deksel).
- Houd rauwe en al bereide producten strikt van elkaar gescheiden.

#### *Na het bereiden*

- Handen wassen met zeep.
- Alle spullen afwassen in warm water met sop of in de vaatwasser.
- Het aanrecht afdoen.
- Etenresten weggooien (in een afvalbak met deksel).

#### *Na het opruimen en schoonmaken*

- Theedoek en vaatdoek in de wasmand en nieuwe klaarleggen.

#### **Reinheid en Scheiden**

- Voedselbereiding en verschoneren gebeurt op gescheiden plaatsen.
- Voedsel wordt in een schone omgeving bereid.
- Er wordt schoon keukenmateriaal gebruikt.
- Kinderen hebben per maaltijd hun eigen servies en bestek.
- Er wordt op gelet dat kinderen niet van elkaars bord of met elkaars bestek eten.

#### **Verhitten**

- Laat voedsel bij voorkeur in de koeling ontdooien, vang het nat op en gooi dit weg, geknoeid dooiwater altijd schoonvegen met een keukenpapiertje.
- Als je vlak van te voren ontdooit, niet in de magnetron, maar in een afgesloten plastic zak in warm water.
- Bedek voedsel tegen ongedierte en vlieden en ruim afval direct op.
- Zorg ervoor dat je bij het opwarmen van het eten het goed laat doorkoken.

#### **Bewaren**

- Ruim bij het uitruimen van de boodschappen eerst de producten op die in de koeling moeten.
- Zet na en tijdens de bereiding van het eten de versproducten weer zo snel mogelijke terug in de koelkast.
- Bewaar de producten volgens de instructies op de verpakking en volg de bereidingsvoorschriften op de verpakking op.
- Voedsel dat je wilt bewaren na bereiding meteen laten afkoelen (zet het in een bak met koud water), hierna afgesloten en meteen in de koeling zetten.
- Bewaar overgebleven eten in de koeling en alleen als het niet langer dan een half uur buiten de koelkast is geweest.
- Koude gerechten tot aan het opdienen in de koelkast bewaren.
- Bewaar eten in de koelkast nooit langer dan 3 dagen.
- Doe een sticker op opengemaakte versproducten en noteer de datum waarop je het product geopend hebt.

- Bij het openmaken van conservenblikken het deksel er geheel afhalen. Het product niet bewaren in een open conservenblik aangezien dit bederf kan opleveren doordat het voedingsmiddel verbinding kan aangaan met de deklaag.

**JA** bewaar wel in de koelkast

**NEE** bewaar niet in de koelkast

Gesneden? Altijd in de koelkast!

[www.voedingscentrum.nl/bewaarwijzer](http://www.voedingscentrum.nl/bewaarwijzer)

weet je over eten  
**Voedingscentrum**

## 4.2 Zuigelingenvoeding

- Geopende groente- en fruitpotjes worden de volgende dag weggegooid.
- Producten worden vlak voor gebruik uit de koelkast gehaald.
- Afgekolfde moedermelk moet gekoeld vervoerd worden. Dit wordt met de ouders besproken. Op de flesjes moedermelk staat naam van het kind en datum van kolven genoteerd. Afgekolfde moedermelk wordt binnen 24 uur aan het kind gegeven.
- (Bevroren) moedermelk wordt in de koelkast bewaard.
- Moedermelk wordt in een flessenwarmer opgewarmd.
- Moedermelk wordt in de koelkast ontdooid of onder een lauwarme kraan.
- Cool Kidz zorgt voor zuigelingenvoeding. Mocht de ouder toch zelf de voeding willen meenemen, dan accepteert Cool Kidz alleen zuigelingenvoeding in poedervorm. Dit kan in een poedertoren of er kan een ongeopend pak voeding meegegeven worden. Op de voeding moet altijd de naam van het kind staan.
- Flesvoeding staat tijdens het voeden niet langer dan 1 uur buiten de koeling. Restjes voeding worden niet opnieuw opgewarmd.
- Er worden eenvoudig te reinigen flessen gebruikt. Ieder kind heeft een eigen fles met eigen naam erop.
- De flessen worden na gebruik meteen schoongespoeld. De flessen worden dagelijks uitgekookt.
- De schone flessen worden op hun kop in de sterilisator of op een schone handdoek bewaard.

### Stappenplan kunstvoeding klaarmaken:

1. Was je handen.
2. Zorg dat de fles goed droog is.
3. Kijk op de verpakking van de kunstvoeding voor de juiste hoeveelheid water en voeding.
4. Vul het flesje met koud kraanwater.
5. Verwarm de fles. Maak de fles niet warmer dan 30 tot 35 graden.
6. Voeg de voeding toe. Gebruik het schepje dat bij de verpakking zit voor de juiste dosering. Doe geen extra schepje of een schepje met een 'kop' erop in de fles, dat is schadelijk voor de baby.
7. Roer de voeding erdoor met een lepel of vork.
8. Controleer altijd de temperatuur van de melk met een druppeltje op de binnenkant van je pols. Wanneer het ongeveer even warm is als je huid, dan zit je goed. Als het te heet is, laat het dan even afkoelen.
9. De kunstvoeding mag max een uur buiten de koelkast bewaard worden. Warm restjes kunstvoeding niet op.

### Stappenplan borstvoeding klaarmaken:

1. Was je handen.
2. Zorg dat de fles goed droog is.
3. Verwarm de borstvoeding in de flessenwarmer tot een temperatuur van 30 tot 35 graden.
4. Zwenk de fles voorzichtig door elkaar zodat de warmte goed verdeelt wordt.
5. Controleer altijd de temperatuur van de melk met een druppeltje op de binnenkant van je pols. Wanneer heet ongeveer even warm is als je huid, dan zit je goed. Als het te heet is, laat het dan even afkoelen.
6. De borstvoeding mag max een uur buiten de koelkast bewaard worden. Warm restjes borstvoeding niet op.








### 4.3 Allergieën/diëten

- voor kinderen met allergieën / diëten wordt apart gekookt
- zorg voor voldoende variatie
- let goed op de ingrediënten ; lees de verpakking
- bij twijfel win advies in bij een collega of de manager of bel de ouders.

## De Schijf van Vijf in een notendop



### Volop uit de Schijf van Vijf

-  Veel groente en fruit
-  Vooral volkoren, zoals volkorenbrood, volkoren pasta en couscous en zilvervliesrijst
-  Minder vlees en meer plantaardig. Varieer met vis, peulvruchten, noten, eieren en vegetarische producten
-  Genoeg zuivel, zoals melk, yoghurt en kaas
-  Een handje ongezouten noten
-  Zachte of vloeibare smeer- en bereidingsvetten
-  Voldoende vocht, zoals kraanwater, thee en koffie

### Buiten de Schijf van Vijf: niet te veel en niet te vaak

- Kleine porties
- Niet te veel zout, suiker en verzadigd vet



## 4.4 Voedingsaanbod

Gezonde voeding draagt bij aan een gezonde lichamelijke ontwikkeling. Het tegendeel is ook het geval. Ongezonde voeding kan op termijn tot allerlei kwalen leiden; diabetes type 2, obesitas, hart en vaatziekten, nierfalen enzovoort. Het voedingsbeleid dat wij hanteren binnen Cool Kidz is gericht op de schijf van vijf. Wij vinden het belangrijk om de kinderen gezonde voeding aan te bieden. Wij vinden dit belangrijk omdat gezond eten een positieve werking heeft op de ontwikkeling van kinderen. Doormiddel van gezond eten krijgen kinderen alle voedingsstoffen binnen die nodig zijn om energie te krijgen, te kunnen rennen en denken. Naast deze voedingsstoffen krijgen de kinderen bouwstoffen binnen die goed zijn voor de botten en spieren waardoor kinderen kunnen groeien. De kinderen krijgen bij ons iedere ochtend een ontbijt, 's middags een verse warme maaltijd als lunch en tussendoortjes. De producten die in deze maaltijden worden gebruikt komen uit de schijf van vijf.

In de schijf van vijf zijn vijf vakken verdeeld die een optimale combinatie laten zien van productgroepen die een gunstig effect hebben op de gezondheid en die gezamenlijk voorzien in de voedingsbehoefte.

De schijf van vijf laat niet alle producten zien. De reden dat er producten zijn die niet in de schijf van vijf voorkomen is dat deze producten te veel zout, suiker, transvet of verzadigd vet of te weinig vezels bevatten. Bij deze producten kan je denken aan roomboter, vet, vlees, volle zuivelproducten, gezouten noten, witbrood en witte pasta. Ook zijn er producten die negatieve gezondheidseffecten geven als je er veel van neemt, bijvoorbeeld: vleeswaren, bewerkt vlees, dranken met veel suiker zoals frisdrank en sap. Als laatste zijn er producten die niet bijdragen aan een gezonde voeding zoals koek en snoep.

Omdat de hierboven genoemde producten soms sterk van elkaar verschillen, zijn ze opgesplitst in twee categorieën: de dagkeuze en de weekkeuze.

- Een dagkeuze is iets kleins: een klein koekje, wat vleeswaren of jam op brood, een waterijsje, een stukje chocolade of een eetlepel tomatenketchup.
- Een weekkeuze is wat groter: een croissant, een stuk taart, een zakje chips, een glas frisdrank, chocopasta op brood.

Binnen Cool Kidz bieden wij de dagkeuzes aan. We zorgen er wel voor dat wanneer de kinderen bijvoorbeeld twee boterhammen eten dat er 1 boterham met hartig is en 1 boterham met zoet. Als een kind geen zoet op zijn brood wilt, mag er op de tweede boterham ook hartig, maar het liefst niet twee keer vleeswaren achter elkaar.

De weekkeuzes zoals chocopasta op brood bieden wij ook aan, dit wordt afgewisseld met jam, stroop en pindakaas. Een zakje chips wordt bij ons niet wekelijks aangeboden. Dit gebeurt vooral in vakanties of met een verjaardag.

Met betrekking tot het maken van de warme maaltijd zijn er een aantal afspraken gemaakt. Voor de baby's wordt er zoutloos gekookt. Er wordt groente voor hen gekookt en dit wordt gemengd met aardappel, pasta of rijst. Voor de dreumesen en peuters wordt geen pittig eten bereid en ook zo min mogelijk zout. De BSO eet op de woensdagmiddag altijd mee, er wordt voor gezorgd dat er zoveel mogelijk variatie zal zijn op woensdag.



## Drinken

Binnen ons kinderdagverblijf worden verschillende soorten drinken aangeboden. 's Ochtends tijdens het ontbijt wordt er melk aangeboden. 'S middags bij het warm eten, het fruit en koekje worden wisselende drankjes aangeboden. We bieden de kinderen een afwisseling aan van siroop, thee (zonder suiker) en water.

Op de babygroep krijgen de kinderen multi-vitamine limonadesiroop (verdund met water), diksap (verdund met water), vruchtenthee en water aangeboden.

## Eetmomenten

In ons dagritme zijn vaste eettijden opgenomen. Dit geeft structuur en rust aan de dag. De eetmomenten gebeuren gezamenlijk aan tafel. Onze eetmomenten zijn:

- 09.00 uur ontbijt + melk
- 12.00 uur warme maaltijd + sap, water of thee
- 15.00 fruit + sap, water of thee
- 17.00 koekje + sap, water of thee

In de zomermaanden komt het vaak voor dat het koekje om 17.00 uur buiten genuttigd wordt.

## *4.5 Allergieën en individuele afspraken*

De maaltijden worden halal bereid, daarnaast serveren wij ook geen rund. De reden dat dit zo gebeurd is omdat er op ons kinderdagverblijf kinderen met veel verschillende culturele achtergronden zitten. Door ons eten op deze manier te bereiden houden wij rekening met de culturen van de klanten. Als er kinderen zijn die bepaalde voeding niet mogen in verband met geloof, allergieën/diëten, dan wordt daar rekening mee gehouden. Wanneer er bijvoorbeeld een kind met gluten allergie is, wordt dat eten glutenvrij bereid.

## *4.6 Traktaties en feestje*


























Is er iemand jarig?, dat betekent feest! Alle verjaardagen worden hier gevierd, die van de kinderen en van de pedagogisch medewerkers. Bij een verjaardag horen natuurlijk traktaties, deze traktaties kunnen niet-eetbaar en/of eetbaar zijn. Wanneer een kindje een eetbare traktatie meeneemt, wordt er aan de hand van de leeftijd van de kinderen gekeken of het gepast is. In principe geven wij de eetbare traktatie altijd aan de kinderen. Wanneer het een zakje betreft waar meerdere eetbare dingen in zitten mogen de kinderen er hier 1 van eten en de rest gaat mee naar huis. Wel vragen wij de ouders om de traktatie het liefst zo gezond mogelijk te houden.

## 4.7 Wat kun je beter niet geven aan je kind?

Voor kinderen vanaf 4 maanden tot 1 jaar.

GEEF NIET	WAAROM NIET
<b>VLEES, VIS, SCHAAL- EN SCHELPDIJREN EN EIEREN</b>	
Rauw vlees en producten van rauw vlees, zoals carpaccio, ossenworst, filet américain, of niet-doorbakken tartaar.	Hierin kunnen ziekmakende bacteriën zitten. Jonge kinderen zijn daar extra gevoelig voor.
Rauwe schaal- en schelpdieren. Rauwe of voorverpakte gerookte vis zoals sushi en gerookte zalm.	
Rauwe eieren en producten met rauwe eieren, zoals zelf-gemaakte mayonaise of tiramisu (uit de supermarkt zijn deze producten wel veilig).	
Lever.	Dit bevat veel vitamine A.
<b>BROODBELEG EN HONING</b>	
Leversmeerworst of leverpaté.	Dit bevat veel zout, verzadigd vet en vitamine A. Een teveel daarvan kan schadelijk zijn voor kinderen.
Smeerkaas en gewone kaas.	Dit bevat veel verzadigd vet en zout. De nieren van jonge kinderen kunnen nog niet veel zout aan.
Honing.	Honing kan besmet zijn met een bacterie waar kinderen tot 1 jaar erg ziek van kunnen worden.
<b>MELK EN MELKPRODUCTEN</b>	
Gewone melk.	Gewone zuivel bevat veel eiwit en weinig ijzer.
Chocolademelk en zuiveldranken met een zoete smaak, zoals Fristi en Yoki.	Deze dranken heeft je kind niet nodig. Ze bevatten veel suiker.
Magere of halfvolle yoghurt.	Vanaf 8 maanden kan een beetje als toetje wel, zolang borstvoeding of opvolgmelk maar de grootste melkbron blijft.
<b>ZOETE KINDERTOETJES</b>	
Alle zoete kindertoetjes, zoals kinderkwark, vruchtenyoghurt of vla.	Deze toetjes bevatten veel suiker.
<b>DRINKEN</b>	
Alle zoete dranken, zoals (vruchten)sap, diksap, aanmaaklimonade en (light) frisdrank.	Deze dranken bevatten veel suiker. en zijn slecht voor het gebit. Ook went je kind hierdoor aan een zoete smaak.
<b>ZOUT</b>	
Toegevoegd zout.	De nieren van jonge kinderen kunnen nog niet veel zout aan.
Kant-en-klaarmaaltijden met toegevoegd zout.	Producten hebben vaak al veel smaak van zichzelf. Het is niet nodig om hier zout aan toe te voegen.

**VAN OEFENHAPJES NAAR MAALTIJD** een voorbeeld van hoe het kan gaan:

	Melkvoeding	Oefenen	Maaltijden	Groente/fruit voor tussendoor
4-6 maanden	 en/of 4-6 voedingen	 1 - 2 oefenhapjes per dag, 3 - 4 lepeltjes per keer		
7 maanden	 en/of 4-6 voedingen	 hapjes opbouwen tot maaltijd (bijv. een portie fruit of brood)		 1 portie (50 gram)
8 maanden	 en/of melkvoedingen afbouwen naar 3 voedingen	 oefenen met water drinken uit een beker	 of 1 hoofdmaaltijd (brood of pap)	 1 portie (50 gram)
9 maanden	 en/of 3 voedingen	 oefenen met water drinken uit een beker	 2 hoofdmaaltijden (1x brood, 1x warm)	 en 1-2 porties (50-100 gram)
10 maanden	 en/of 2 voedingen	 oefenen met water drinken uit een beker	 2 hoofdmaaltijden (1x brood, 1x warm)	 en 1-2 porties (50-100 gram)
11 maanden	 en/of 2 voedingen	 oefenen met water drinken uit een beker	 3 hoofdmaaltijden (2x brood, 1x warm)	 en 1-2 porties (50-100 gram)
12 maanden	 en/of 2 voedingen (borstvoeding of bekertjes gewone melk)	 water drinken uit een gewone beker	 3 hoofdmaaltijden (2x brood, 1x warm)	 en 1-2 porties (50-100 gram)

Productgroep	1-3 jaar	4-8 jaar	9-13 jaar	14-18 jaar
Groente	50-100g 1-2 opscheplepels	100-150 g 2-3 opscheplepels	150-200 g 3-4 opscheplepels	200 g 4 opscheplepels
Fruit	150 g 1 ½ stuk	150 g 1 ½ stuks	200 g 2 stuks	200 g 2 stuks
Brood	70-105 g 2-3 sneetjes	105-140 g 3-4 sneetjes	140-175 g 4-5 sneetjes	210-245 g 6-7 sneetjes
Aardappelen, rijst, pasta, peulvruchten	50-100 g 1-2 aardappelen/opscheplepels	100-150 g 2-3 aardappelen/opscheplepels	150-200 g 3-4 aardappelen/opscheplepels	200-250 g 4-5 aardappelen/opscheplepels
Melk(producten)	300 ml	400 ml	600 ml	600 ml
Kaas	½ plak (10 g)	½ plak (10g)	1 plak (20 g)	1 plak (20 g)
Vlees(waren), vis, kip, eieren, vleesvervangers	50-60 g	60-80 g	80-100 g	100-125 g
Margarine met maximaal 40% vet	10-15 g 5 g /sneetje	15-20 g 5 g /sneetje	20-25 g 5 g /sneetje	30-35 g 5 g/sneetje
Bak-, braad- en frituurproducten, olie	15 g 1 eetlepel	15 g 1 eetlepel	15 g 1 eetlepel	15 g 1 eetlepel
Dranken (inclusief melk)	¾ liter	1 liter	1-1 ½ liter	1-1 ½ liter

## *4.8 Voedingshygiëne*

Een goede hygiëne tijdens het bereiden van voedsel staat bij ons hoog in het vaandel. Tijdens het koken hebben onze koks geen losse haren, de handen worden zowel voor, tijdens als na het bereiden van eten gewassen. Na het bereiden van het eten wordt de keuken schoongemaakt. Zorgen voor goede hygiëne geldt niet alleen voor de medewerkers in de keuken, maar ook voor de medewerkers op de groep. Wanneer er met kinderen aan tafel wordt gegeten wassen zowel de pedagogisch medewerkers als de kinderen hun handen. Het wassen gebeurt met water en zeep en afdrogen met een papieren doekje. Op de babygroep worden de flessen en spenen uitgekookt om bacteriën tegen te gaan. Zowel op de groepen als in de keuken wordt de inhoud van de koelkast wekelijks gecontroleerd op datum en versheid en wordt de koelkast schoongemaakt.

## 5 Veilig slapen

### 5.1 Wat is wiegendood?

Jaarlijks sterven vijftig zuigelingen onverwacht in hun slaap. Dit gebeurt vaak 's nachts, maar kan ook overdag op de kinderopvang voorkomen. In dit hoofdstuk staat meer informatie en wat wij doen om de kans te verkleinen.

Wiegendood is het onverwachts, tijdens de slaap, overlijden van een kindje van nul tot twee jaar.

Wiegendood wordt gekenmerkt door het feit dat er voorafgaande aan het overlijden geen duidelijke ziekteverschijnselen waren. Wiegendood heeft vaak meerdere oorzaken die worden onderscheiden in uitwendige en inwendige factoren. Uitwendige factoren zijn doorgaans vaak te vermijden.

**De meest bekende uitwendige factoren zijn** (zie bijlage verdere uitleg):

- Slapen in buikligging
- Luchtweginfectie
- Passief roken
- Warmtestuwing
- Rebreathing
- Uitwendige adembelemmering
- Oververmoeid
- Medicatie waar je rustig van wordt
- Onveilige slaappleats

**De meest bekende inwendige factoren zijn** (zie bijlage verdere uitleg):

- Een licht geboortegewicht
- Vroeggeboorte

### 5.2 Maatregelen ter voorkoming

Helaas komt het in Nederland af en toe voor dat er een kindje in een kinderdagverblijf overlijdt aan wiegendood. Aandacht voor preventie en voorzorgsmaatregelen kunnen het risico tot het uiterste beperken. Bij Cool Kidz houden we ons aan de volgende richtlijnen.

We leggen een baby (in principe) nooit op de buik om te slapen. Wij doen dit alleen als de ouder hiervoor schriftelijk toestemming heeft gegeven. Als een baby op de buik ligt, is de kans op wiegendood wel vier tot vijf keer zo hoog. Zodra een baby zelf gaat draaien in bed gaan wij ervanuit dat een baby sterk genoeg is om zelf het hoofdje omhoog te houden. Wij zullen een baby dan ook niet regelmatig terugdraaien op de rug. Dit zal de slaap van de baby verstoren.

We voorkomen dat de kinderen het te warm krijgen op de slaapkamer:

Op elke slaapkamer is er een thermometer aanwezig. De ideale temperatuur ligt tussen de 15 en 18 C. Toch kan het zijn dat in de zomer deze temperatuur oploopt. Tot 25 C is de temperatuur nog aangenaam, bij hogere temperaturen zullen er maatregelen worden genomen. Er kunnen dan bijvoorbeeld ventilatoren geplaatst worden in de slaapkamer en de kinderen zullen met de deur open slapen. Ook zullen de kinderen dan niet te warm in bed worden gelegd, bijvoorbeeld met alleen een rompertje aan.

### We zorgen ervoor dat de slaapkamer veilig is:

- We gebruiken goedgekeurde bedjes en matrassen.
- Wij gebruiken nooit een kussen, zachte hoofd- en zijwandbeschermers, tuigjes, koordjes of voorwerpen van zacht plastic in het bedje.
- Er worden geen handdoeken/hydrofiele doeken onder het hoofdje van het kind gebruikt.
- Een fopspeen wordt in bed alleen gebruikt zonder koord eraan. Fopspenen worden regelmatig gecontroleerd op scheuren en andere defecten.
- De slaapkamers worden geventileerd door middel van het ventilatiesysteem.
- Het beddengoed wordt wekelijks gewassen en zo nodig vaker. Ieder kind heeft een eigen bedje en eigen beddengoed/slaapzak.
- Er wordt altijd gebruik gemaakt van een babyfoon op de slaapkamers en deze staat te allen tijde aan.
- Inbakeren gebeurt alleen op verzoek van de ouder. Zie beleid inbakeren. Ouders moeten een toestemmingsformulier invullen.
- Kinderen onder de 2 jaar slapen niet onder een dekbed, zij slapen in een slaapzakje.
- Er mogen geen sieraden, speldjes en haarelastiekjes in bed worden gedragen.
- Kinderen dragen geen capuchons of kleding met koordjes eraan in bed.
- Kinderen slapen in het algemeen in een bedje in de slaapkamer. Dreumesen vanaf 1,5 jaar kunnen ook op een bed in de groepsruimte slapen. Er wordt dan te allen tijde toezicht gehouden.

### 5.3 Inbakeren op het kinderdagverblijf

Soms hebben ouders het verzoek om het kind overdag door ons op het kinderdagverblijf in te laten bakeren. Als het goed wordt toegepast, kan inbakeren een gunstig effect op het welbevinden van het kind hebben. Omdat het voor een kind fijn is als de verschillen tussen thuis en het kinderdagverblijf niet te groot zijn, gaan we op het verzoek in. Het inbakeren moet wel goed gebeuren, anders levert het risico's voor de gezondheid op. Om alle risico's uit te sluiten stellen we er wel een aantal voorwaarden aan.

Kinderen bij Cool Kidz worden alleen ingebakerd op initiatief van de ouders. Dit gebeurt alleen als het CJG of een arts ermee heeft toegestemd dat het kind wordt ingebakerd.

Ouders hebben de techniek en de voorwaarden van het CJG geleerd. Zij passen dit op de juiste wijze toe en zorgen ervoor dat de pedagogisch medewerkers van Cool Kidz het ook op de juiste manier kunnen toepassen.

Inbakeren is het van schouders tot en met de voeten inwikkelen van een jonge baby in doeken om zijn eigen bewegingen te beperken zodat hij/zij zich gemakkelijker kan overgeven aan de slaap. Na enkele weken/maanden zal het inbakeren weer worden afgebouwd.

#### Welke kinderen hebben er baat bij om ingebakerd te worden?

- Kinderen die vaak hazenslaapjes doen van een half uur of korter.
- Kinderen die onrustig zijn en overactief gedrag vertonen. Ze houden zichzelf uit hun slaap door maaierende armpjes.
- Kinderen die onregelmatig drinken en in kleine beetjes.
- Kinderen die veel huilen zonder dat er een aanwijsbare oorzaak is.

Wanneer er op de juiste manier wordt ingebakerd moet er na 2 tot 3 dagen resultaat zichtbaar zijn. Het is raadzaam om gedurende minimaal 6 weken achter elkaar in te bakeren zodat het kind eraan gewend raakt. Stop je te snel met inbakeren, dan wordt het tegenovergestelde effect bereikt. Als er na 3 dagen geen verandering zichtbaar is, dan moet er worden gestopt met het inbakeren.

Inbakeren kan tussen de leeftijd van 1 week en 6 maanden. Na de 4<sup>de</sup> maand wordt er niet meer begonnen met inbakeren omdat het voor de leeftijd van 6 maanden moet zijn afgebouwd. Dit in verband met de toenemende kans op draaien naar de buik.

#### Voorwaarden inbakeren:

- Het kind verkeert in goede conditie.
- Het gebeurt op verzoek van de ouders.
- Het inbakeren gebeurt altijd nadat het CJG of een arts hier toestemming voor heeft gegeven.
- Pedagogisch medewerkers hebben een goede instructie gehad van de ouders.
- Bij kinderen ouder dan 4 maanden wordt niet meer gestart met inbakeren. Alleen kindde leeftijd van 6 maanden heeft bereikt, moet het inbakeren volledig zijn afgebouwd.
- Ouders hebben een toestemmingsformulier ondertekend.

#### Wanneer mag een kind niet worden ingebakerd:

- Verschijnselen van heupdysplasie.
- Aangetoonde of behandelde heupdysplasie.
- Bij koorts.

- De eerste 24 uur na een vaccinatie.
- Bij ernstige luchtweginfecties.
- Als het kindeenvoorkeurshouding (scoliose) heeft dooreenafwijking in de wervelkolom.
- Als er geen toestemmingsformulier is ingevuld door de ouders.

### Afbouwen van het inbakeren:

Het kind heeft ongeveer 1-2 weken nodig om te wennen aan het inbakeren en daarna nog 6 weken om er structuur en ritme in te krijgen. Dit betekent dat er na ongeveer 7-8 weken begonnen moet worden met het afbouwen van het inbakeren, maar in ieder geval op de leeftijd van 4 maanden, zodat uiterlijk voor de 6<sup>de</sup> maand het inbakeren is afgebouwd. Door tijdig af te bouwen wordt tevens voorkomen dat het kind teveel gehecht raakt aan de doeken. Bij het afbouwen is het van belang dat regelmaat en structuur in handelen strikt wordt toegepast. Er moet dus zowel thuis als op het kinderdagverblijf op dezelfde manier worden gehandeld tijdens het afbouwen. Door deze herkenning zal het kind makkelijker wennen aan het slapen zonder doeken. Afbouwen kan stapsgewijs of in 1 keer door de doeken te vervangen voor een passende slaapzak.

## 6 Evaluatie en borging

Het beleid wordt jaarlijks geëvalueerd. Elke afdeling (baby's, dreumesen, peuters, bso) neemt een stuk van het beleid voor zijn rekening. Het wordt kritisch doorgelezen. Er wordt beoordeeld of er volgens het beleid gewerkt wordt. Nagegaan wordt of het beleid en/of de handelswijze van pedagogisch medewerkers bijgesteld/aangescherpt moet worden. Ook wordt gekeken of er zaken in en om het pand verbeterd moeten worden. De pedagogisch medewerkers gaan bij elkaar in de groep meedraaien en beantwoorden de volgende vragen a.h.v. het meedraaien in de andere groep.

- Hoe hygiënisch vind je de ruimte? Zijn er verbeterpunten?
- Hoe wordt er met de hygiëne omgegaan? Zie je nog verbeterpunten?
- Heb je nog tips voor het management en/of het beleid van Cool Kidz?

Bij dit onderwerp wordt ook de kok betrokken. Zij doet mee in het beoordelen van de overige ruimtes; keuken, kantoor, volwassen toiletten, gangen, tuin. Als dit onderwerp aan de orde is, wordt de kok ook uitgenodigd voor de teamvergadering.

Na bespreking in de teamvergadering wordt een plan van aanpak opgesteld. Deze wordt bijgevoegd bij de notulen en besproken in de volgende teamvergadering.