

# **Protocol** ***Buiten slapen***



### Achtergrond buitenslapen

*In Scandinavische landen is het al heel lang gebruikelijk dat kinderen buiten slapen. Ook in het noorden van Nederland slapen kinderen van oudsher vaak buiten.*

*Uit onderzoek is gebleken dat kinderen die buiten slapen rustiger, dieper en langer slapen, fitter zijn en beter eten. Ook zou de frisse buitenlucht voor meer weerstand zorgen door een grotere opname van vitamine D. Kinderen die vaker verkouden zijn en last hebben van luchtweginfecties en/of allergieën zouden hierbij gebaat kunnen zijn. Kou is niet erg, daar worden de kinderen op gekleed.*

Bij kindercentrum Huize Zeldenrust is het voor kinderen van 0-4 jaar mogelijk om buiten te slapen in een speciaal buitenbed. Het levert vele gezondheidsvoordelen op wanneer een kindje buiten slaapt, juist daarom sluit het mooi aan bij ons als Gezonde Kinderopvang.

Voorwaarden rondom het buitenslapen:

Voor het gebruik van buitenbedden gelden de volgende afspraken:

- ❖ Alleen kinderen waarvan ouders wensen dat hun kind buiten slaapt, worden in het buitenbedje gelegd. Ouders geven toestemming dat hun kind in een buitenbedje slaapt. Dit doen ouders door middel van het invullen van het 'toestemmingsformulier voor buiten slapen'.
- ❖ De buitenbedden voldoen aan de eisen van het Besluit veiligheid bedden en boxen waaraan elk bed in de kinderopvang moet voldoen. Periodiek worden deze bedden gekeurd.
- ❖ Er is zowel vanuit de groepsruimte als vanaf de buitenruimte voldoende toezicht op het buitenbed en op het kind dat er in ligt.
- ❖ De buitenbedden worden voor gebruik gecontroleerd, zijn veilig en insectenvrij.
- ❖ Ze staan op een vlakke ondergrond, en zijn mobiel waardoor de bedden verplaatst kunnen worden zodat zon, regen en wind geen vrij spel heeft.
- ❖ Ventilatieopeningen en raampjes van het buitenbed worden niet afgedekt. Houd het gaas van het bedje vrij en het bed wordt niet met de gaaszijde tegen een blinde muur aangezet.
- ❖ De matrassen en beddengoed worden 's avonds naar binnen gehaald.
- ❖ De buitenruimte is niet direct toegankelijk voor mensen van buitenaf, bijvoorbeeld door de omheining van een hek.
- ❖ De kinderen worden aangekleed naar de heersende weersomstandigheden.
- ❖ Ouders nemen daarvoor zelf de benodigde spullen zoals een slaapzak en gepaste kleding mee. Winterslaapzakken, slossen en mutsjes worden aangeboden vanuit Huize Zeldenrust. Aan de kledingstukken zitten geen touwtjes, koordjes en strikjes etc.  
Indien niet de juiste kleding meegenomen is voor de heersende weersomstandigheden op die dag dan leggen we het kind binnen te slapen.
- ❖ Er wordt om de 15 minuten bij de kinderen gekeken of ze rustig slapen en of de kinderen er niet te koud of te warm bij liggen. Bij koude voeten, extra kleren aan, extra dekentje. Heeft het kind zweetvoeten, dan kleding uit of dekentje eraf.)
- ❖ De kinderen mogen buiten slapen van -5 graden tot 28 graden boven nul.
- ❖ Er hangt een buitenthermometer in de directe omgeving van het buitenbed ter controle.

- ❖ Als je in de zomer zelf de koelte binnen zoekt, mogen de kinderen niet in het buitenbed slapen. Zo geldt dit ook voor als de gevoelstemperatuur heel koud en guur is.
- ❖ Het welbevinden van het kind staat voorop. Als het kind niet goed of helemaal niet slaapt in het buitenbedje, slaapt het binnen.
- ❖ Als een kind niet fit is, wordt er met de ouders overlegd of het kind wel of niet buiten mag slapen.
- ❖ Er wordt een rooster gemaakt als er meer kinderen zijn (die gebruik maken van het buiten slapen) dan er buitenbedjes zijn. Daarnaast stimuleren we dat alle kinderen met toestemming ook daadwerkelijk gebruik maken van het buitenbed.
- ❖ Voor zonsopgang en na zonsondergang slapen er geen kinderen buiten.
- ❖ Bij 1 pedagogisch medewerker op de groep wordt er met de collega's overlegd of dat buiten slapen mogelijk is zodat er voldoende toezicht gehouden kan worden.
- ❖ Voor het veilig buiten slapen gelden ook dezelfde regels van het veilig binnen slapen.
- ❖ In de risico-inventarisatie veiligheid wordt aandacht besteed aan het buitenslapen.
- ❖ Het buitenbed wordt eens per maand grondig schoongemaakt.
- ❖ Buitenbedden worden alleen buiten gebruikt. Buitenbedden staan overdag niet binnen en worden binnen niet gebruikt als slaapplek voor de kinderen.

Bij bepaalde weersomstandigheden wordt het buitenbed niet gebruikt, omstandigheden als;

- ❖ Extreme mist (vocht)
- ❖ Harde (ruk) wind (omwaaien en tocht)
- ❖ Felle zon en zeer warm weer, tenzij het bed in de schaduw kan staan (warmtestuwing)
- ❖ Regen tenzij het niet kan inregenen
- ❖ Strenge vorst, zeker in combinatie met wind (gevoels)temperaturen onder -10 graden.

Houdt het volgende schema aan qua aankleding bij de buitentemperatuur:

Buiten temperatuur	Bed voorverwarmen met kruik	Winter-slaapzak, broek, shirt, muts en wanten	Winter-slaapzak, broek, shirt en sokken	Deken	Winter-slaapzak	Dunnere slaapzak
-5 - 0 graden	x	x		x		
0 - 5 graden	x	x		x		
5 - 10 graden			x	x		
10 -15 graden				x	x	
15 -20 graden					x	
20 -25 graden						x
25 -28 graden						x