

Bijlagen Protocollen IKC Al Medina

Voorkomen van een teek of wespenbeet

Onderstaande maatregelen proberen wij kinderen te beschermen tegen een teek-wespenbeet.

Wij spelen erg veel buiten waardoor het risico bestaat dat onze kindjes door een teek of wesp te worden gebeten.

Door onderstaande maatregelen proberen wij dit risico tot een minimum te beperken

- Als we buiten hebben gespeeld zijn onze leid(st)er extra alert op teken. Wij “controleren” de “kindjes”
- Als we dichtbij beboste gedeelten komen zorgen we dat de broek in de sokken gaat en dat niemand blote voetjes heeft
- Als we op pad gaan, hebben we altijd onze “first aid kit” bij ons. Deze is voorzien van o.a. een tekenpen, prikweg en Arniflor vallen en stoten gel en natuurlijk pleisters
- We eten en drinken buiten zo min mogelijk zoetheid, al hoe wel een ijsjes bij heet weer wel heel erg lekker kan zijn, vandaar onze “first aid kit” .

Handelen in geval van calamiteit

1. Blijf kalm;
2. Prikkel de baby (zonder krachtig te schudden!);
3. Roep de hulp in van buren/andere aanwezigen;
4. Pas bij niet reageren op prikkelen reanimatie en mond-op-mondbeademing toe
5. Bel direct 112;

Het volgende moet doorgegeven worden:

- uw naam
 - plaats waarheen de hulp moet komen
 - beschrijf het ongeval; wat is er gebeurd?
 - meld dat het om een kind/kinderen gaat, vermeld de leeftijd erbij
 - beschrijf de toestand van het kind. Meld wanneer het kind beademd of gereanimeerd wordt
- Waarschuw de ouders
Maak notities.

Nazorg is van groot belang. © Stichting Onderzoek en Preventie Zuigelingensterfte kan adviseren en behulpzaam zijn bij nazorg. Meer informatie is te verkrijgen bij Stichting Wiegedood, E-mail www.stichting@wiegedood.nl
Websites: www.wiegedood.nl en www.veiligslapen.nl

Hoest en Niesdiscipline bij “Al Medina ”

Onderstaande maatregelen proberen wij kinderen aan te leren bij het hoesten en niezen. Dit om het risico van besmetting zoveel mogelijk te beperken.

- Niet hoesten en niezen in de richting van een ander kindje
- “Elleboog voor de mond als je hoesten moet” is een zinnetje wat regelmatig bij ons gezongen wordt.
- Tijdens het hoesten en niezen je hoofdje buigen of weg draaien
- Na het hoesten en niezen gaan we onze handen wassen
- We poetsen/ snuiten onze neuzen regelmatig om zo snottebellen te voorkomen
- De ruimten worden regelmatig geventileerd en gelucht.
- We poetsen de neusjes met tissues die direct na gebruik worden weggegooid.

Protocol handen wassen:

Wanneer moeten de handen worden gewassen?

Voor:

- Het aanraken en bereiden van voedsel;
- Het eten of het helpen bij eten;
- Wondverzorging.

Na:

- Hoesten, niezen en snuiten;
- **Toiletgebruik;**
- Contact met lichaamsvochten zoals speeksel, snot, braaksel, ontlasting, wondvocht of bloed;
- Buiten spelen;
- Contact met vuil textiel of de afvalbak;
- Schoonmaakwerkzaamheden.

Handen wassen gaat als volgt:

- Gebruik stromend water. Eerst koud (blauwe)water kraan aanzetten dan de warme(rode) kraan
- Maak de handen nat en doe er vloeibare zeep op.
- Wrijf de handen (gedurende 10 seconden) over elkaar en zorg ervoor dat water en zeep over de gehele handen worden verdeeld.
- Let op de kritische punten: was ook de vingertoppen goed, tussen de vingers en vergeet de duimen niet.
- Spoel de handen al wrijvend af onder stromend water.
- Droog de handen af met een schone droge handdoek.
- Gebruik papieren handdoeken

Protocol Vermissing

Preventief beleid

- Weet hoeveel kinderen er op de groep zijn. Doe dit door o.a. het bijhouden van de

aanwezigheidslijst.

Wanneer een kind is gehaald of gebracht, moet je het nieuwe aantal kinderen weten.

- De kans dat een kind wegloopt of door een onbekende wordt meegenomen, is het grootst tijdens de haal- en brengtijden.
- Let op dat de entreedeur en het hek altijd goed dicht zijn. Wanneer een ouder de deur laat openstaan, wijs de ouder daar dan op. Wanneer een kind zelf de deur kan openen en dit doet zonder toestemming van de groepsleiding, zorg dan voor maatregelen, zoals het omhoog zetten van de deurgrendel.
- Groepsleiding zorgt dat een invalkracht goed geïnstrueerd is. Hierbij wordt gebruik gemaakt van de map voor invalkrachten en een goede overdracht.
- Groepsleiding van IKC Al Medina is op de hoogte van de bezigheden van de kinderen. Als kinderen naar buiten gaan om te spelen of activiteiten buiten de opvang locatie doen, wordt dit doorgegeven aan de groepsleiding.

Vermissing tijdens de opvang

Wanneer je ontdekt dat je een kind uit de groep mist, kun je een aantal dingen ondernemen, die helpen het vermiste kind op te sporen. Dit betreft niet alleen het zelf zoeken, maar ook het verzamelen van informatie over het kind en over de omstandigheden van de vermissing. Onderneem de volgende stappen:

- Meld bij je naaste collega van de groep, dat je een kind mist. Draag de zorg van de andere kinderen over aan je collega, zodat je je kunt richten op het vermiste kind.
- Blijf kalm en denk helder na. Wanneer heb je het kind voor het laatst gezien? Wat was het kind aan het doen? Waar zou het mis kunnen zijn gegaan?
- Bekijk eerst goed alle lokalen, gangen en slaapkamers. Roep ondertussen het kind. Kijk op plaatsen waar kinderen zich kunnen verbergen. Het komt nogal eens voor dat een kind zich verstopt en dan in slaap valt. Als er tijdens de vermissing buiten werd gespeeld, kijk je goed waar het kind heen kan zijn gegaan. Is er een vijver in de buurt of dieren? Bedenk wat interessant kan zijn voor een kind.
- Schakel meerdere collega's in om te helpen zoeken. Zijn die er niet, vraag dan mensen in de omgeving. Ook eventueel ouders die op dat moment aanwezig zijn.
- Een andere collega brengt de locatiemanager op de hoogte. Deze neemt contact op met de ouders en de directie.
- Als het kind niet in het gebouw te vinden is, ga dan buiten zoeken. Neem als het kan een foto van het kind mee en een telefoon, zodat je bereikbaar bent.
- Zoek buiten eerst op de plekken waar het kind gevaar zou kunnen oplopen. Bv. water, putten, verkeerswegen of parkeerplaatsen.
- Vraag aan voorbijgangers of zij een kind hebben gezien.
- Na 15 min. zoeken, bel je de politie.
- Noteer de naam van de politiefunctionaris die je aan de telefoon gesproken hebt en de naam van de politiefunctionaris die als je contactpersoon is aangewezen.

Als het vermiste kind terecht is:

- Informeer je de politie als deze ingeschakeld is.
- Informeer je alle betrokkenen die weten dat het kind vermist is.
- Ga na wat de reden van de vermissing was, zodat een herhaling voorkomen kan worden.

Protocol ziekte en ongevallen van IKC Al Medina kinderopvang BSO.

Algemeen Alarmnummer : 112

Huisarts :

Bij spoed huisarts :

Handelswijze bij zieke kinderen

Uitgangspunt m.b.t. de handelswijze bij zieke kinderen is de gezondheid van het kind en de gezondheid van andere kinderen in het kinderdagverblijf.

De leiding van IKC Al Medina kinderopvang bso en de ouders hebben beide een verantwoordelijkheid om infectieziekten zoveel mogelijk te beperken.

- IKC Al Medina kinderopvang bso heeft een belangrijke preventieve taak ten aanzien van het voorkomen van infectieziekten. Wij raadplegen hiervoor informatiemap "*Infectieziekten en Hygiëne in bso*").
- Ouders melden bij de leiding van IKC Al Medina kinderopvang bso dat het kind een infectieziekte heeft.
- Ouders brengen zieke kinderen niet naar IKC Al Medina kinderopvang bso .
- Zieke kinderen worden in overleg met de ouders opgehaald van het kinderdagverblijf.

De aandacht en zorg die een ziek kind nodig heeft, kan in een kinderdagverblijf niet voldoende worden gegeven. Indien een kind tijdens het verblijf in het kinderdagverblijf ziek wordt, zal de groepsleidster de ouders berichten en de ouders vragen het kind te komen op halen.

In geval van twijfel zullen de belangen van de ouder en die van het kind en de belangen van de andere kinderen in de groep tegen elkaar afgewogen worden. In overleg wordt geprobeerd tot een goede oplossing te komen. Het hoofd van het kinderdagverblijf bepaalt bij alle ziektes en aandoeningen of het kind al dan niet naar het kinderdagverblijf kan komen of opgehaald moet worden.

Zij raadpleegt hierbij de richtlijnen zoals die omschreven staan in de informatiemap "*Infectieziekten en Hygiëne in bso*".

Koorts

Koorts is geen ziekte op zich maar een symptoom van een ziekteverschijnsel welk op dat moment nog niet zichtbaar is.

Als ouders vermoeden dat kinderen ziek zijn, adviseren wij ouders te tempereren.

Als de temperatuur 38 °C of hoger is en/of als kinderen ziek zijn, kunnen we in de groep niet de rust, zorg en aandacht geven die zieke kinderen nodig hebben. We adviseren dan de kinderen die dag niet naar het kinderdagverblijf te brengen.

Als het kind tijdens het verblijf in het kinderdagverblijf een lichaamstemperatuur van 38 °C of hoger heeft, neemt de leiding altijd contact op met de ouders. Er wordt overlegd tussen de leidster en de ouder wat het beste is voor het kind en wat in de gegeven situatie mogelijk is. Afhankelijk van de situatie zal de ouder gevraagd worden het kind zo snel mogelijk op te komen halen:

- De mate waarin het kind ziek is of koorts heeft,
- De ruimte die er in het kinderdagverblijf op dat moment aanwezig is om het kind tijdelijk wat extra zorg en aandacht te geven,

- De mogelijkheid die ouders (of een ander vertrouwd persoon) hebben om het kind snel op te halen.

Het kind dient opgehaald te worden bij 39,5 °C koorts!

In overleg met de ouder wordt aan een goede oplossing gewerkt. Indien nodig ligt de uiteindelijke beslissing of het kind wel of niet in het kinderdagverblijf kan blijven bij het hoofd van het kinderdagverblijf.

Het kind kan weer naar het kinderdagverblijf komen als het een dag koortsvrij is.

Het kan ook voorkomen dat een kind geen koorts heeft, maar dat het kind toch meer aandacht, tijd en zorg nodig heeft dan door de groepsleiding in de groep gegeven kan worden: ouders worden dan geïnformeerd. In overleg kan eveneens besloten worden of het kind gehaald kan worden.

Infectieziekten

Infectieziekten zijn ziekten die op verschillende manieren overgedragen kunnen worden van mens op mens. IKC Al Medina kinderopvang bso houdt zich aan de richtlijnen en handelwijze bij infectieziekten, die omschreven staan in de informatiemap

“Infectieziekten en Hygiëne in bso”

Er zijn veel besmettelijke ziektes. De GGD-Wijzer wordt gehanteerd als leidraad en als in de GGDWijzer staat dat een kind niet mag komen, wordt dat advies opgevolgd.

Als een kind ziek is en koorts heeft, worden de ouders altijd geïnformeerd. Het niet mogen komen en het verzoek aan de ouders een kind op te komen halen is afhankelijk van de mate van het ziek zijn en wat er in de GGD-Wijzer staat over de ziekte.

Een voorbeeld: Kinderen met waterpokken mogen gewoon komen, tenzij de kinderen er ziek van zijn. Het thuis houden hangt dan niet af van de waterpokken, maar van de mate van ziek zijn.

Wettelijk verplichte melding van infectieziekten (artikel 7 van de infectieziektenwet)

Hoofden van kindercentra zijn wettelijk verplicht om het verhoogd voorkomen van een aantal aandoeningen die vermoedelijk besmettelijk zijn te melden bij de afdeling infectieziekten van de GGD. Het gaat om de volgende aandoeningen:

- Diarree melden indien meer dan eenderde deel van de groep in één week klachten heeft;
- Geelzucht (hepatitis A of B) melden bij één geval;
- Huiduitslag (vlekjes) melden bij twee of meer gevallen binnen twee weken in dezelfde groep;
- Schurft melden bij drie gevallen in dezelfde groep; Ook bij andere ernstige aandoeningen van vermoedelijk infectueuze aard: daarbij moeten we denken aan meerdere gevallen van bijvoorbeeld longontsteking of hersenvliesontsteking in korte tijd.

De GGD zal na een dergelijke melding onderzoeken waardoor de aandoening wordt veroorzaakt en of er maatregelen genomen moeten worden om verspreiding van de ziekte tegen te gaan.

Wij verzoeken ouders dringend de groepsleiding altijd te informeren als een kind een besmettelijke ziekte heeft. Indien wenselijk, kunnen dan de andere ouders op de hoogte gebracht worden en kunnen de noodzakelijke maatregelen genomen kunnen worden.

Voor zwangeren is er een verhoogd risico bij de rode hond en de vijfde ziekte. Als een zwangere ouder of leidster deze ziekte niet heeft doorgemaakt of er niet voor is

ingeënt, is er een verhoogd risico.

Bij het uitbreken van besmettelijke ziektes bij kinderen van IKC Al Medina kinderopvang bso, dienen alle ouders informatie te krijgen over:

- Welke ziekte er heerst,
- Wanneer het kind wel of niet naar het kinderdagverblijf kan komen,
- Het verloop van de ziekte en eventuele risico's.

De GGD adviseert maatregelen afhankelijk van de ziekte van het kind voor het betreffende kinderdagverblijf en geeft richtlijnen over de beste informatievoorzieningen over de ziekte naar ouders van de kinderen van het betreffende kinderdagverblijf.

Vaccinaties

Gedurende de periode dat het kind het kinderdagverblijf bezoekt is het wenselijk dat de leiding van het kinderdagverblijf op de hoogte is van het doorlopen vaccinatieprogramma per kind.

Bij inschrijving van elk nieuw kind wordt ouders gemeld dat hun kind ingeënt dient te worden of te zijn tegen DKTP en BMR.

Ouders die hun kind niet hebben laten vaccineren worden door de leiding van het kinderdagverblijf gewezen op het risico van besmettingsgevaar van infectieziekten voor hun kind. Het is uiteindelijk de verantwoordelijkheid van ouders of kinderen wel of niet gevaccineerd worden.

Indien een bepaalde besmettelijke ziekte heerst, kunnen de betreffende ouders geïnformeerd worden door de GGD en eventueel alsnog kiezen voor vaccinatie.

Voor informatie over het rijksvaccinatieprogramma zie informatiemap "*Infectieziekten en Hygiëne in BSO*".

Medicijngebruik

Medicijngebruik valt altijd onder de verantwoordelijkheid van de ouders.

Indien toediening van medicijnen noodzakelijk is voor een tijdelijke periode, zal in overleg met het hoofd van het kinderdagverblijf bekeken worden of deze handeling praktisch uitvoerbaar zijn en in verhouding staan tot de verzorging en omgang met andere kinderen in de groep.

Ouders/verzorgers worden gevraagd een verklaring voor het geven van medicijnen in te vullen en te ondertekenen. We verzoeken het medicijn in de originele verpakking mee te geven met de bijsluiter. Zetpillen tegen koorts worden alleen op doktersvoorschrift gegeven. Wij geven kinderen geen paracetamol tegen koorts (tenzij in specifieke gevallen een koortsstuip dreigt). Het geven van een koortsverlagend middel, zoals een paracetamol zetpil, bij een baby/kind met koorts kan in sommige gevallen een koortsstuip veroorzaken. De oorzaak kan dan zijn dat bij uitwerking van de zetpil de temperatuur in korte tijd snel kan oplopen.

In verband met de preventieve maatregelen ter voorkoming van wiegendoed wordt aan kinderen tot twee jaar geen medicijnen gegeven (ook niet op doktersvoorschrift) met de stoffen *promethazine* erin of het zogenaamde *fenothiazinepreparaat*.

IKC Al Medina kinderopvang bso hanteert de Wet B.I.G. (Beroepen Individuele Gezondheidszorg) voor toedienen van medicijnen.

Zie verder protocol "Geneesmiddelenverstrekking en medische handelingen."

Hoofdluis

Geen ziekte maar wel besmettingsgevaar vormt hoofdluis. Wij verzoeken ouders het altijd bij ons te melden als er bij hun kind hoofdluis is geconstateerd. Als wij hoofdluis

constateren, informeren wij de ouders telefonisch, zodat zij lotion tegen hoofdluis kunnen kopen. Wij verzoeken de ouders om de kinderen thuis direct aan het eind van de dag te behandelen. Als de kinderen behandeld zijn, zijn ze weer welkom. Bij hoofdluis controleren we *alle* kinderen, en vragen wij de ouders de kinderen te controleren op hoofdluis om een epidemie te voorkomen.

Acute noodsituatie

Bij een acute noodsituatie wordt er op de meest effectieve manier medische hulp ingeschakeld. Ouders worden zo snel mogelijk gewaarschuwd.

Acute noodsituaties zijn:

- Het kind krijgt het plotseling benauwd
- Het kind raakt bewusteloos of reageert niet meer op prikkels
- Het kind krijgt plotseling hoge koorts (boven de 39,5 graden)

In het kinderdagverblijf hangt een calamiteitenplan waarin precies beschreven staat op welke manier en in welke situatie, welke vorm medische hulp ingeschakeld wordt:

- Wie alarmeert,
- Wie de groep opvangt als er hulp wordt gehaald,
- Wie de ouders belt,
- Welke hulp er wordt ingeschakeld,
- Gegevens en bereikbaarheid van artsen en locaties van de dichtstbijzijnde ziekenhuizen of EHBO posten zijn hierbij aangegeven.

Handelswijze bij ongevallen

In IKC Al Medina kinderopvang bso is tenminste één groepsleidster aanwezig met een geldig EHBO-diploma of iemand die bekwaam genoeg is om te weten hoe te handelen in noodgevallen. Als een kind een ongeval heeft gehad, zullen de groepsleidster afhankelijk van de ernst van het ongeval medische hulp inschakelen.

De ouders worden afhankelijk van de ernst van het ongeval direct gewaarschuwd.

Het kinderdagverblijf heeft een calamiteitenplan, waarin precies beschreven staat hoe te handelen in dit soort situaties. Alle medewerkers zijn op de hoogte van dit calamiteiten plan en handelen hierna.

Gedurende de openstelling van het kinderdagverblijf is het hoofd aansprakelijk voor de gang van zaken in het kinderdagverblijf, maar ook daarbuiten bij eventuele uitstapjes.

IKC Al Medina kinderopvang bso heeft een passende aansprakelijkheid- en ongevallenverzekering afgesloten voor zowel het personeel, als de kinderen.

Zie ook protocol "Wat te doen bij een ongeval?".

Communicatie naar ouders

Ouders die gebruik maken of gaan maken van de kinderopvang van IKC Al Medina kinderopvang bso zijn op de hoogte van het protocol "*ziekte en ongevallen*" en het daarbij behorende calamiteitenplan. Het hoofd van het kinderdagverblijf draagt er zorg voor dat de ouders deze informatie ontvangen.

De informatiemap "*Infectieziekten en Hygiëne inbso*" is in het kinderdagverblijf aanwezig en is makkelijk toegankelijk voor ouders.

Ouders die gebruik maken van de kinderopvang worden vaak geconfronteerd met opvangproblemen als hun kind ziek wordt. De verantwoordelijkheid van het kinderdagverblijf voor de gezondheid van het kind en de groep waarin het kind verblijft, kan op gespannen voet staan met belangen van de werkende ouder.

Het protocol verschaft informatie voor ouders over de handelswijze bij zieke kinderen bij IKC Al Medina kinderopvang bso.

Uitwisselen van bijzonderheden

Wij verwachten dat ouders aan de groepsleiding doorgeven wanneer er bijzonderheden zijn die van belang kunnen zijn zoals: een slechte nacht, verhoging, ziekte, hangerig, of kinderen medicijnen hebben gekregen (ook paracetamol of een zetpil) en bijzonderheden met betrekking tot de voeding e.d. Andersom geldt hetzelfde en vertelt de groepsleiding bijzonderheden over de dag.

Personeelsbeleid

Groepsleiding en hoofd bij IKC Al Medina kinderopvang bso zijn op de hoogte van het protocol “*ziekte en ongevallen*” en handelen hier ook naar.

Het personeelsbeleid voorziet in die voorwaarden die noodzakelijk zijn voor de uitvoering van dit protocol.

Elke leidster is in het bezit van een EHBO-diploma of kinder-EHBO certificaat.

Ziektebeleid samengevat

De leidsters van IKC Al Medina kinderopvang bso, dragen de zorg en verantwoordelijkheid voor een grote groep kinderen. Wij willen graag de gezondheid en veiligheid van *alle* kinderen blijven waarborgen, en vragen de ouders daarom om ons beleid serieus te nemen en bij twijfel telefonisch contact met ons op te nemen en hun kind niet bij voorbaat te brengen.

- Het is *niet* toegestaan kinderen toe te laten die niet zijn of worden ingeënt tegen DKTP en BMR.
- Een ziek kind kan niet worden toegelaten als het boven de 39,5 °C koorts, een besmettelijke ziekte, koortslip of ernstige diarree heeft. Bij twijfel worden de ouders verzocht graag eerst telefonisch contact met het kinderdagverblijf op te nemen.
- Wordt het kind tijdens zijn/haar verblijf bij IKC Al Medina ziek en overstijgt de ziekte, de zorg en aandacht van de andere kinderen uit de groep, dan vragen wij de ouders het kind op te halen.
- Bij ziekte is de mate van ziekzijn en de bijbehorende zorg en aandacht een indicatie om ouders en/of arts te bellen.
- Wanneer er een ongelukje gebeurt met een kind bij IKC Al Medina , zullen wij een arts raadplegen en de ouders daarover zo snel mogelijk informeren. Er is altijd een leidster aanwezig die in het bezit is van een EHBO-diploma.

Ter verduidelijking:

- Wanneer een kind thuis meer dan 39,5 °C koorts heeft:
=> Ouders worden verzocht het kind niet brengen.
- Wanneer een kind bij IKC Al Medina meer dan 39,5 °C koorts heeft: => Ouders worden verzocht het kind op te halen.
- Wanneer een kind thuis ernstige diarree heeft:
=> Ouders worden verzocht het kind niet brengen.
- Wanneer een kind bij IKC Al Medina 2x diarree heeft:
=> Ouders worden verzocht het kind op te halen.
- Wanneer een kind thuis heeft overgegeven:
=> kind moet de eerstvolgende maaltijd binnen hebben gehouden, anders worden de ouders verzocht het kind thuis te laten.

- Wanneer een kind bij IKC Al Medina heeft overgegeven:
=> De leidster(s) beoordelen of de ouders het kind dienen op te halen.

Protocol veilig trap gebruik

Omdat in IKC Al Medina kinderopvang bso nogal een grote trap aanwezig is, doen wij alle ouders graag een paar tips aan de hand doen om veilig de trap op en af te gaan.

Trap op:

- Loop aan de brede zijde van de trap de trap op.
- Als je kind zelf de trap op loopt, loop dan achter je kind aan!
- Laat je kind de trapleuning vasthouden en aan de brede kant van de trap lopen

Trap af:

- Om je kind direct op de goede manier te leren traplopen, laat je je kind met het gezicht naar voren en de trapleuning vasthoudend naar beneden lopen.
- Loop zelf voor je kind achterwaarts de trap af.
- Loop nooit met twee kindjes tegelijk de trap af, leidsters zijn altijd bereid even te helpen daar waar nodig, vraag erom.

Houd deze tips (daar waar nodig) aan om zo de veiligheid van jezelf, van IKC Al Medina kinderopvang bso en onze leidsters te optimaliseren.

Protocol kinderen in de zon van IKC Al Medina kinderopvang BSO

De zon schijnt. Kinderen voelen zich lekker bij mooi weer. De zon zorgt ook voor de aanmaak van vitamine D, dat is goed voor hun botten. Maar te veel zon is niet gezond. Niets is zo vervelend als een rood verbrande huid. Andere nadelen van te veel zon kunnen pas op latere leeftijd aan het licht komen, zoals huidveroudering, maar ook huidkanker.

Met de juiste bescherming kan veel ellende voorkomen. Extra bescherming van kinderen is belangrijk; op vakantie, maar ook bij mooi weer thuis in de tuin en dus ook bij ons op het kinderdagverblijf. Vandaar dit protocol.

Algemeen

Elke keer als de huid verbrandt, raken huidcellen beschadigd door de UV-straling. En juist bij kinderen komt die beschadiging hard aan. Hun huidcellen zijn extra kwetsbaar. Bovendien zijn ze in de groei: de celdeling gaat zo snel dat er soms te weinig tijd is om alle beschadigde huidcellen te herstellen voordat ze zich weer gaan delen. In die cellen ontstaan dan als het ware 'littekens', die kinderen hun leven lang meedragen. Dit is aan de buitenkant niet te zien, want die beschadigingen zitten diep in de huidcellen. Maar hoe meer 'littekens', hoe groter de kans dat een kind op latere leeftijd huidkanker krijgt. Daarom is bescherming zo belangrijk, zéker voor kinderen.

Zonkrachtwaarden

De zonkracht wordt weergegeven op een schaal van 0-10. In Nederland staan verwachte zonkrachtwaarden in de weerberichten in de krant, op internet: www.knmi.nl en op pagina 708 van Teletekst. Op radio en tv wordt alleen melding gemaakt van zonkracht 6 of hoger. Net als de weersverwachting is dit een voorspelling.

0 Geen zonkracht

1-2 Vrijwel geen zonkracht

3-4 Zwakke zonkracht

5-6 Matige zonkracht

7-8 Sterke zonkracht

9-10 Zeer sterke zonkracht

De zonkracht wordt bepaald door:

- Het jaargetijde: in de zomer is in Nederland de zonkracht sterker dan in de winter. In de tropen daarentegen maakt het jaargetijde niet uit.
- Het tijdstip op de dag (oftewel de stand van de zon): uv-straling is in Nederland het sterkst tussen 12.00 en 15.00 uur. De afstand die UV-stralen door de dampkring moeten afleggen is dan het kortst.
- De plaats op aarde: hoe dichter bij de evenaar, hoe sterker de uv-straling.leeftijd huidkanker krijgt. Daarom is bescherming zo belangrijk, zéker voor kinderen. Maar ook: hoe hoger (in de bergen), hoe sterker de UV-straling.
- De mate van weerkaatsing: uv-straling wordt sterker door weerkaatsing via sneeuw, zand en water.
- Bewolking: door een dichtbewolkte lucht komt nauwelijks uv-straling, bij heilig weer kan de doorlating van UV-straling toch aanzienlijk zijn. Bij schapenwolkjes kan de intensiteit van UV-straling zelfs toenemen doordat straling gereflecteerd wordt tussen de wolken.

Elke huid reageert anders. 22

Huidtype Verbrandingservaring Bruiningservaring Uiterlijke kenmerken

1 verbrandt zeer snel wordt niet bruin zeer lichte huid vaak sproeten,rood of lichtblond haar, blauwe ogen.

2 verbrandt snel wordt langzaam bruin lichte huid blond haar, grijze, groene of lichtbruine ogen

3 verbrandt niet snel wordt makkelijk bruin licht getinte huid, donkerblond tot bruin haar, vrij donkere ogen.

4 verbrandt bijna nooit bruint zeer goed een van nature getinte huid, donker haar, donkere ogen.

Anti-zonnebrandmiddelen

Anti-zonnebrandmiddelen zijn gemaakt om zonnebrand te voorkomen. Ze bevatten UV-filters waardoor minder UV-straling de huid bereikt. Een middel dat alle UVstraling wegfilttert bestaat niet. Gebruik van een anti-zonnebrandmiddel is geen vrijbrief om onbepert te zonnen. Wie dat doet, vergroot zelfs de kans op huidkanker. Een anti-zonnebrandmiddel moet gezien worden als een aanvullende maatregel, naast het dragen van kleding en het opzoeken van de schaduw in plaats van de volle zon.

Protocol Preventie zonnebrand

- Houd de kinderen tussen 12.00 en 15.00 uur zo veel mogelijk uit de zon.
- De kinderen blijven tussen 13.00 uur en 14.00 uur binnen.
- Bij extreem felle zon blijven de kinderen ook tussen 14.00 uur en 15.00 uur binnen.
- Laat kinderen op zonnige dagen zoveel mogelijk in de schaduw spelen.

- Bij zonnig weer zetten we zoveel mogelijk parasols op en creëren we zoveel mogelijk schaduw plekken.
- Kleding (ook een petje/hoedje), biedt de beste bescherming tegen de zon.
- Ouders worden verzocht zonnehoedjes en eventueel andere zonbescherming mee te geven.
- Wanneer een kind een zonnehoedje bij zich heeft zetten we deze altijd op.
- Wanneer de kinderen niet met water spelen, laten we de kinderen broek en shirt aanhouden.
- Een half uur voordat we naar buiten gaan smeren we de kinderen in.
- De kinderen worden zowel 's morgens als 's middags ingesmeerd (minimaal twee keer op een dag).
- Wij gebruiken minimaal beschermingsfactor 20-30. Een kind kan maximaal 23 drie uur in de zon met een hoge beschermingsfactor. Probeer dit echter te beperken.
- Smeer gevoelige zones zoals neus, oren, nek, voeten extra in.
- Waar nodig smeren we de kinderen vaker is.
- Herhaal het insmeren na het zwemmen. Waterproof-producten zullen toch voor een deel verdwijnen bij het afdrogen of spelen in het water en zand. Smeer kinderen daarom ook met deze producten regelmatig in.
- Bij warm weer krijgen de kinderen meer drinken aangeboden dan normaal. Naast 16.30 uur is er ook een drink-moment om 14.00 uur voor de kinderen die niet slapen.
- Wanneer het erg heet is passen we de activiteiten aan, doen rustiger aan en rusten vaker.

Protocol voor de voeding

De locaties van IKC Al Medina kinderopvang hanteren ten aanzien van het voedingsbeleid de

uitgangspunten van het Voedingscentrum.

Het gebruik van de maaltijd en tussendoortjes is een gezamenlijke activiteit. Het gaat niet alleen om het eten en drinken maar ook om het sociale aspect.

De intentie is om op een positieve stimulerende manier met eten en drinken om te gaan.

Bij eventuele eetproblemen wordt overlegd met de ouders.

Babyvoeding (0-1 jaar)

In de babygroepen wordt gebruik gemaakt van melk, yoghurt en opvolgmelk vanaf 6 maanden tot een jaar.

Er wordt alleen dixap gebruikt (roosvice-stop bij erge diarree)

's Morgens is er vers fruit voor de baby's. Potjes fruit zijn alleen als reserve bedoeld

Tussendoor krijgen de kinderen toast, rijstwafel of soepstengel

Als broodbeleg bieden we smeerkaas, smeerworst, kaas, gesneden vleeswaren, pindakaas en appelstroop aan, eventueel dun besmeerd met boter.

Tot 1 jaar krijgen kinderen een warme maaltijd aangeboden (potje)

We bieden ouders de mogelijkheid hun kinderen borstvoeding te geven op het kinderdagverblijf. Indien gewenst kan ook afgekolfde melk gegeven worden en aan ouders wordt een advies verstrekt hoe voeding het beste naar het kinderdagverblijf vervoerd kan worden.

Voeding voor kinderen (1 tot 13 jaar)

Vanaf een jaar is het voldoende dat je kind gevarieerd met de pot mee-eet. Let wel op dat je kind voldoende zuivel (300 ml), ijzer (vlees, groente, aardappel, volkoren brood), vet en vezels (groente, fruit, bruin brood) binnen krijgt. Een kind dat gevarieerd eet heeft alleen

behoefte aan extra vitamine D tot het 4 jaar is.

In het voedingsaanbod binnen IKC Al Medina letten we op toegevoegde suikers en de hoeveelheid vetten. We streven hiermee een evenwichtig en verantwoord voedingsaanbod na.

Dagelijks biedt elke opvangvoorziening vers fruit, bruin brood (indien nodig wit), soepstengels, crackers, rijstwafels, dixap en Carvan Cevitam, soep, groente en melkproducten.

Broodmaaltijden

Het Voedingscentrum adviseert voor kinderen tussen de 4 en 12 jaar per dag een half tot een heel plakje kaas en een half tot een heel plakje vleeswaar. Dat komt neer op één tot twee hartig belegde boterhammen. Minder vette soorten kaas (20+ en 30+) en magere vleeswaren hebben daarbij de voorkeur. Dit is voldoende om alle noodzakelijke voedingsstoffen binnen te krijgen. Méér boterhammen met kaas en vleeswaren zijn niet nodig. Bovendien leveren ze vaak nogal wat vet.

Kinderen hebben een voorkeur voor zoet beleg, met name hagelslag, vlokken en chocoladepasta. Vaak wordt gedacht dat zoet beleg niet goed is. Beleg hoeft echter beslist niet alleen maar hartig te zijn!

Voor de resterende boterhammen zijn fruit en groente zoals plakjes banaan, tomaat, komkommer of groentespread een prima keus. Bij het zoete beleg kan beleg met en zonder vet worden afgewisseld. Zoet beleg zonder vet zijn vruchtenhagel, jam, appelstroop en honing. Chocoladehagel en -vlokken bevatten wel vet: chocoladepasta zelfs vrij veel. Dat geldt ook voor pindakaas en kokosbrood.

Incidenteel wordt in plaats van een broodmaaltijd iets lekkers klaargemaakt, zoals pannenkoek, ei, knakworst, soep, tosti of frietjes.

Bij de BSO is er als kinderen uit school komen, met mate, een koekje of een snoepje bij de thee.

Traktatie

Een traktatie is een extraatje bij het vieren van een feestelijk moment zoals een verjaardag. Voor jonge kinderen is een traktatie al snel een hele maaltijd. Daarom is het belangrijk dat de traktatie niet te groot is en niet te veel calorieën bevat.

Bij de BSO geldt met name dat er alleen in de eigen groep getrakteerd wordt en alleen aan die kinderen die op dat moment aanwezig zijn. Hiermee voorkomen we dat er een voorraad in de mandjes van kinderen kan ontstaan.

Hartig of zoet

Als er rekening wordt gehouden met de grootte van de traktatie en het moment van uitdelen, kan ook een zoete traktatie een prima keuze zijn. Hartige traktaties zoals chips, blokjes kaas of worst bevatten veel (verzadigd) vet en calorieën.

Voorbeelden van traktaties zijn krentjes, popcorn, zoute stengels, fruit.

Speciale voeding

Er wordt met betrekking tot voeding rekening gehouden met de diverse levensovertuigingen in onze samenleving, zoals vegetariërs, geen varkensvlees etc.

Het vaste voedingsaanbod van IKC Al Medina kinderopvang

Nutrilon 1

Nutrilon 2

Indien ouders andere voeding willen is dit aan de ouders om deze mee te nemen en te bekostigen.

Standpunt wat gehanteerd wordt ten aanzien van melk en opvolgmelk:

Na de leeftijd van een jaar neemt de lactose tolerantie van het kind af. (de spijsvertering en de nieren krijgen dan meer moeite met het afbreken van de eiwitten en zouten in melkproducten). Vandaar dat 300ml. zuivel op een dag voldoende is. Bijv. een fles pap 's

morgens en een bakje yoghurt 's middags voldoet al aan die behoefte. Als het kind daarnaast gevarieerde voeding krijgt is bijvoeden met bijv. Nutrilon 3 niet nodig. Als het kind dus niet teveel zuivel binnen krijgt op een dag, is Nutrilon 3 niet nodig. Nutrilon 3 is alleen aan te bevelen als het kind meer dan de benodigde 300ml. per dag wil nuttigen (bijv. omdat het niet genoeg andere voeding binnen krijgt) Nutrilon 3 bevat minder eiwit en zout en is dus beter voor de nieren en meer toegevoegde vitaminen en mineralen. Bron: www.onlineconsultatiebureau.nl

Wat heb je per dag nodig?
Voedingsschema 0 –12 maanden

Borstvoeding	Leeftijd	gewicht	flesvoeding
6 zo nodig 7 of 8 borstvoedingen voedingstijden afhankelijk van de behoefte van de zuigeling aanvulling: - 0,25 mg fluoride aanvulling vanaf de 2e week: - 25 microgram vitamine K	1 – 2 weken 4000 gram	2750-	6 x 70 – 100 ml volledig zuigelingenvoeding. Dezelfde hoeveelheid kan ook over 7 of 8 voedingen verdeeld worden aanvulling: 0,25 mg fluoride
6 borstvoedingen. voedingstijden afhankelijk van de behoefte van de zuigeling aanvulling: - 0,25 mg fluoride - 25 microgram vitamine K - 400-600 I.E. vitamine D	Vanaf 2 weken 4250 gram	3000-	6 x 80-110 ml volledige zuigelingenvoeding. Voedingstijden afhankelijk van de behoefte van de zuigeling voedingstijden afhankelijk van de behoefte van de zuigeling aanvulling: - 0,25 mg fluoride géén vitamine K géén vitamine D
Overgaan naar 5 voedingen bij het bereiken van 4kg lichaamsgewicht aanvulling: - 0,25 mg fluoride - 25 microgram vitamine K - 400-600 I.E. vitamine D	Vanaf 1 maand 4750 gram	3400-	Overgaan naar 5 x 110-150 ml volledige zuigelingen voeding bij het bereiken van 4 kg lichaamsgewicht aanvulling: - 0,25 mg fluoride
5 borstvoedingen aanvulling: - 0,25 mg fluoride - 25 microgram vitamine K - 400-600 I.E. vitamine D	Vanaf 2 maanden 4200-5750		5 x 130-170 ml volledige zuigelingen voeding aanvulling: - 0,25 mg fluoride
5 borstvoedingen aanvulling: - 0,25 mg fluoride	Vanaf 3 maanden 4800-6600		5 x 140 200 ml volledige zuigelingenvoeding

- 400-600 I.E. vitamine D vitamine K is niet langer nodig		aanvulling: - 0,25 mg fluoride
5 borstvoedingen aanvulling: - 0,25 mg fluoride - 400-600 I.E. vitamine D desgewenst: - 1 eetlepel gezeefd vruchtensap (met wat water) - 1-1½ eetlepel gekookte groente, gemalen of gezeefd	Vanaf 4 maanden 5400-7400	5 x 180-200 ml volledige zuigelingenvoeding aanvulling: - 0,25 mg fluoride desgewenst: - 1 eetlepel gezeefd vruchtensap (met wat water) - 1-1½ eetlepel gekookte groente, gemalen of gezeefd
4 borstvoedingen of 3 voedingen en 1 papvoeding bestaande uit: 220 ml volledig zuigelingenvoeding met rijstemeel, maïzena of boekweitmeel: 1 eetlepel doorkookbloem of 4 eetlepels instantbloem (bordklaar) desgewenst: 1 voeding bestaande uit: - 2 eetlepels gemalen groente - 1 eetlepel fijngemaakte aardappel of witte rijst of gezeefde bonenpuree - 1 theelepel olie, (dieet)margarine of boter 1 fruithapje, bestaande uit 2 eetlepels vruchtensap of fijngemaakt fruit. aanvulling: - 0,25 mg fluoride - 400-600 I.E. vitamine D	Vanaf 5 maanden 5900-8000	4 x 200 ml volledige zuigelingenvoeding of 3 voedingen en 1 papvoeding bestaande uit: 220 ml volledig zuigelingenvoeding met rijstemeel, maïzena of boekweitmeel: 1 eetlepel doorkookbloem of 4 eetlepels instantbloem (bordklaar) desgewenst: 1 voeding bestaande uit: - 2 eetlepels gemalen groente - 1 eetlepel fijngemaakte aardappel of witte rijst of gezeefde bonenpuree - 1 theelepel olie, (dieet)margarine of boter 1 fruithapje, bestaande uit 2 eetlepels vruchtensap of fijngemaakt fruit. aanvulling: - 0,25 mg fluoride
2 à 3 borstvoedingen 1 papvoeding bestaande uit: - 200 ml opvolgmelk met 2 eetlepels doorkookbloem of 4 á 6 lepels instantbloem (bordklaar) 1 voeding bestaande uit: - 3 eetlepels fijngemaakte groente - 1 á 2 eetlepels fijngemaakte	Vanaf 6 maanden 6300-8600	2 à 3 x 200 ml opvolgmelk 1 papvoeding bestaande uit: - 200 ml opvolgmelk met 2 eetlepels doorkookbloem of 4 á 6 lepels instantbloem (bordklaar) 1 voeding bestaande uit: - 3 eetlepels fijngemaakte groente - 1 á 2 eetlepels fijngemaakte

aardappel of witte rijst of bonenpuree 1 fruithapje bestaande uit 3 eetlepels vruchtensap of fijngemaakt fruit aanvulling: - 0,25 mg fluoride - 400-600 I.E. vitamine D		aardappel of witte rijst of bonenpuree 1 fruithapje bestaande uit 3 eetlepels vruchtensap of fijngemaakt fruit aanvulling: - 0,25 mg fluoride
--	--	---

<p>Opmerking: Per dag wordt een halve liter aan melkproducten aanbevolen, niet veel minder maar ook niet meer. 1 á 2 x borstvoeding of 1 x opvolgmelk 1 papvoeding: 200 ml opvolgmelk met 2 á 3 afgestreken eetlepels doorkookbloem of 6 afgestreken eetlepels instantbloem (rijst, maïzena, tarwe havermout, boekweit en griesmeel) 1 broodmaaltijd - <input type="checkbox"/> 1 sneetje witbrood (niet te vers, later bruin brood) met bv. jonge kaas, smeerkaas, leverpastei, ongekruid kweek, boterhamworst, fricandeau, kipfilet, pindakaas, fijngemalen notenpasta's. - <input type="checkbox"/> dun besmeren met (dieet)margarine - <input type="checkbox"/> 1 bekertje opvolgmelk, volle melk of volle yoghurt zonder suiker of vruchtensmaak, thee zonder suiker, ongezoet vruchtensap. 1 warme maaltijd - <input type="checkbox"/> 1 - 1½ eetlepel fijngemaakte aardappel of witte rijst, macaroni of spaghetti - <input type="checkbox"/> 3 eetlepels fijngesneden gekookte groente - <input type="checkbox"/> 1 eetlepel gemalen mager vlees, kip, kweek of ei of 1½ gezeefde witte of bruine bonen - <input type="checkbox"/> 1 theelepel (dieet)margarine, olie of boter - <input type="checkbox"/> eventueel melk of water - <input type="checkbox"/> 1 toetje in de vorm van yoghurt of fruit 1 fruithapje aanvulling: - 0,25 mg fluoride - 400-600 I.E. vitamine D. krijgt uw kind minder dan ½ liter opvolgmelk per dag dan vitamine D aanvulling geven!</p>	
10 tot 12 maanden	7700-10.600 gram
3 voedingen ruim voor de volgende maaltijd: - 1 broodmaaltijd toastje, beschuit, soepstengel - 1 warme maaltijd - 1 broodmaaltijd of papvoeding 1 fruithapje aanvulling: - 0,25 mg fluoride 400-600 I.E. vitamine D. krijgt uw kind minder dan ½ liter opvolgmelk per dag dan vitamine D aanvulling geven!	
Maten en gewichten 1 theelepel = ± 2 ml	

1 eetlepel = ±15 ml.

1 afgestreken eetlepel doorkookbloem (rijst, maïzena) = ± 10 gram

1 afgestreken eetlepel instantbloem (rijst, tarwe, havermout enz) = ± 12,5 gram

	Kinderen 4-12 jaar
brood	3-5 sneetjes
Aardappel	1-4 stuks (50-200 gram)
Groente	2-3 groentelepels (100-150 gram)
Fruit	1-2 vruchten
Melk en melkproducten	2-3 glazen (300-450 ml)
Kaas	0,5-1 plak (10-20 gram)
Vlees, vis, kip tahoe of tempeh	65-100 gram * (50-75 gram gaar)
Vleeswaar	0.5-1 plakje (10-15 gram)
Halvarine op brood	5 gram per sneetje brood
Margarine voor de bereiding	15 gram
Vocht	1.5 liter