

# Protocol buiten slapen

## Uitgangspunt

In Scandinavische landen is het al heel lang gebruikelijk dat kinderen buiten slapen.

In Finland is onderzoek gedaan naar de ervaringen met buiten slapen. De resultaten van dit onderzoek zijn, dat de kinderen beter en langer slapen, ze zouden fitter zijn en beter eten.

De frisse buitenlucht zou voor meer weerstand zorgen door een grotere opname van vitamine D. Kinderen die vaak verkouden zijn en last hebben van luchtweginfecties en/of allergieën zouden hierbij gebaat kunnen zijn.

Ook in het noorden van Nederland sliepen de kinderen in het begin van de vorige eeuw vaak buiten.



Kou is niet erg, daar worden de kinderen op gekleed: een dikke slaapzak en/ of deken naarmate de temperatuur lager is. Bij vorst krijgen de kinderen wanten aan en een muts op. Ook kunnen we gebruik maken van een speciale buitenslaapzak.

Bij dichte mist slapen de kinderen niet buiten. Door de lage luchtdruk is er een verhoogde kans op luchtvervuiling en dit zou schadelijk kunnen zijn voor de luchtwegen en de longen.

Momenteel zijn er steeds meer kinderdagverblijven, die de mogelijkheid bieden om kinderen buiten te laten slapen. Ook "De Groene Weide" heeft besloten deze mogelijkheid aan te bieden. Wij hebben hiervoor speciale veilige buitenbedjes aangeschaft, die voldoen aan de wettelijke normen.

## Doelstelling

Het buiten slapen van kinderen dient bij te dragen aan een gezonde ontwikkeling van het kind, zowel fysiek als mentaal. Een kind moet het zelf als prettig ervaren en hun ouders moeten er van overtuigd zijn dat dit goed is voor hun kind.

## Voorwaarden

Voor het buiten slapen hanteren we de volgende regels:

- Ouders moeten toestemming geven voor het buiten slapen. Dit staat op het toestemmingsformulier vermeld.
- Het wel bevinden van het kind staat voorop. Als het kind niet goed of helemaal niet slaapt in het buitenbedje, slaapt het binnen.

- Voordat het bedje wordt gebruikt , wordt de binnenkant afgedroogd met een droge doek. Het matras en het beddengoed worden tijdens de nacht binnen opgeborgen.
- Het bedje wordt altijd uit de wind gedraaid.
- De kinderen mogen buiten slapen van 5 graden onder nul tot 28 graden boven nul.
- Er hangt een thermometer bij het raam van de babygroep.
- De poort van de speelweide zit altijd op slot.
- De bedjes staan onder de overkapping uit de zon in de speelweide van de babygroep.
- Wanneer er een kruik gebruikt wordt om het bedje voor te verwarmen dan wordt de kruik uit het bedje gehaald wanneer er een kind in het bedje gaat.

Aan de hand van onderstaande tabel wordt door de leidster de juiste maatregelen genomen en wordt het kind gepast gekleed voordat het in een buitenbedje te slapen wordt gelegd.

Buiten Temperatuur:	Bedje voor verwarmen met kruik.	Winter slaapzak, broek, shirt en sokken, handschoenen aan en muts op.	Winter Slaapzak, broek, shirt en sokken aan.	Deken.	Winter Slaapzak.	Gewone Slaapzak.	Het dakje van het buitenbedje open zetten.
-5 tot 0 °C	X	X		X			
0 tot 5 °C	X	X		X			
5 tot 10 °C			X	X			
10 tot 15 °C				X	X		
15 tot 20 °C					X		
20 tot 25 °C						X	
25 tot 28 °C							X