

3. Veiligheid en gezondheid

3.1.1. Protocol Veilig slapen

Helaas komt het in Nederland af en toe voor dat een baby tijdens kinderopvang overlijdt onder het beeld van wiegendood. In dit protocol is te lezen hoe we bij kinderdagverblijf 't Mereltje het risico tot het uiterste proberen te beperken.

We bevorderen veiligheid door:

1. Baby slaapt op de rug	pag. 1
2. Baby ligt niet te warm	pag. 2
3. Veiligheid in bed	pag. 3
4. Voorkomen gezondheidsschade door (mee)roken	pag. 4
5. Voldoende toezicht	pag. 4
6. Zorgdragen voor rust en regelmaat	pag. 4

Rusten op de peutergroepen	pag. 6
Handelen in geval van calamiteit	pag. 7
Stroomschema	pag. 8

Bij het opstellen van dit protocol is gebruik gemaakt van het Model-protocol Veilig slapen in Kinderopvang, versie februari 2026 van Veiligheid.NL.

Wat doen wij om de veiligheid te bevorderen?

1. Laat een baby altijd op de rug slapen.

- Rugligging is de veiligste slaaphouding voor een baby. Leg een baby nooit op de buik te slapen, ook niet 1 keertje.
- Als ouders willen dat hun kind in buik- of zijligging slaapt, moet dit altijd worden vastgelegd op het toestemmingsformulier, waarop de ouders de reden beschrijven en tekenen als eindverantwoordelijke. Wijs ouders die zonder medische reden buikligging wensen, nadrukkelijk op de preventieadviezen. Als er een medische reden is voor het buik- en/of zijslapen, vraag dan ook om een schriftelijke verklaring van de arts en de bij buikligging voorgeschreven thuismonitor, waarmee de baby in de gaten gehouden wordt, voor in het kind dossier.
- NB: kiest een ouder wordende baby, die gezond is, in goede conditie en motorisch zo ontwikkeld, dat vlot om en om draaien geen probleem is, regelmatig zelf voor op de buik slapen, dan is vasthouden aan steeds terugleggen op de rug niet zinvol. De baby steeds terugdraaien zal dan telkens de slaap verstoren. Gemiddeld zijn baby's met vijf maanden in staat om zelf van rug naar buik en weer terug te draaien, maar sommigen zijn er pas met negen maanden aan toe. Let bij deze kinderen wel extra op de bed veiligheid!
- Fixeren/vastleggen van kinderen mag alleen op advies van een arts en dient dan te gebeuren met een 'veilig geacht' hulpmiddel, consequent en elke keer weer uiterst zorgvuldig toegepast. Gebruik van stabilisatierolletjes, zijligkussens of -wigjes tijdens de slaap is niet toegestaan. Het vastleggen

van kinderen ouder dan 9 maanden is ook niet toegestaan. Laat ouders ook altijd het toestemmingsformulier tekenen als ze willen dat hun kind wordt gefixeerd. Vraag altijd om een schriftelijke verklaring van de arts voor in het kind dossier.

- Bij een kind, dat om (medische redenen) op de buik slaapt of op advies van een arts of consultatiebureau gefixeerd wordt, wordt dit duidelijk vermeld op de bijzonderhedenlijst in het keukenkastje.
- Aan een baby die bij het slapen gaan aan een fopspeen is gewend, geven wij die ook consequent voor het slapen, omdat veranderingen in routine duidelijk een risico verhogend effect hebben. Aanbevolen wordt het gebruik van een fopspeen na de leeftijd van 10 maanden af te bouwen.

2. Voorkom dat een baby te warm ligt.

- Warmtestuwing is een risicofactor voor wiegendood. Let daarom goed op dat een baby niet te warm toegedekt wordt.
- Zolang het nekje van een baby in bed prettig (= lauw) aanvoelt, heeft deze het niet te koud. Een baby die zweet, heeft het te warm.
- Zorg dat het niet te warm is/wordt in de slaapvertrekken. De aanbevolen slaapkamertemperatuur is 15 °C tot en met 18 °C. Neem maatregelen om de temperatuur tussen de aanbevolen temperatuur te houden. Hang een thermometer op in de slaapkamers om dit te controleren. Tijdens warme zomerse dagen kan de temperatuur in de slaapkamers oplopen. Indien de temperatuur boven de 25 °C komt treedt het hitteprotocol in werking.
- Lucht regelmatig de verblijfs- en slaapruimten.
- Pas het beddengoed af op de gevoelstemperatuur van de slaapkamer.
- Baby's hebben binnen beslist geen mutsje nodig.
- Belangrijk: Laat een baby nooit met een bedekt hoofd slapen!

Wat dragen de kinderen tijdens het slapen:

- Volg de instructies van de ouders op. Leg een baby bij voorkeur te slapen in een babyslaapzak of maak het bedje laag op met een goed ingestopt laken. Bij gebruik van een babyslaapzak is ander beddengoed vaak niet nodig.
- Als ouders geen instructies geven, ga je uit van de volgende richtlijnen: 's zomers een romper met zomerslaapzak en 's winters een T-shirt met lange mouw of pyjama met slaapzak. Een kind heeft in bed dus geen dikke trui/sweater aan. Een shirt met capuchon is niet toegestaan. Als het slaapt heeft het dus minder dikke kleren aan, omdat je een slaapzak aantrekt. Afhankelijk van de temperatuur kan evt. een laken en evt. een deken gebruikt worden. Als ouders dit wensen slapen de grootste kinderen zonder slaapzak.

Wat is een veilige slaapzak?

- Niet te warm: de temperatuur in de slaapkamer is bepalend voor het type (met of zonder mouwen) en de dikte van de slaapzak. Met de bovenkant van de vingers, voelen we aan de achterzijde van het nekje. Zolang het nekje van een baby in bed prettig (= lauw) aanvoelt, heeft de baby het aangenaam.
- Niet te groot: de armsgaten en de halsopening moeten goed aansluiten, zodat een baby niet met het hoofdje of de armen in de slaapzak terecht kan komen.

- Sluit met een rits: niet met knopen of drukkers. De sluiting van de rits zit ter hoogte van de onderbeentjes. Dit voorkomt dat de grootte van de halsopening kan variëren of een baby de sluiting kan openen.
- Armen kunnen vrij bewegen: de armen van de baby zitten niet opgesloten in de slaapzak of in een gedwongen stand omhoog.

Een door ouders zelf meegebrachte slaapzak wordt alleen gebruikt als deze voldoet aan deze 4 voorwaarden.

3. Zorg voor veiligheid in bed.

- Kinderdagverblijf 't Mereltje gebruikt bedden die voldoen aan de wet (Warenwetregeling nadere eisen kinderbedden en –boxen kinderopvang). De matrassen zijn stevig en vlak en passen goed in de bedjes. Let op:
- Doe de hoeslakens goed om de matrassen, zodat de hoeken niet omhoog gaan staan.
- Maak het bed kort op (de voetjes liggen vrijwel tegen het voeteneinde) of gebruik een slaapzak. Gebruik een lakentje om in te stoppen.
- Onder beddengoed verstaan wij: onderlaken, slaapzak, deken en eventueel een bovenlaken. Bij een dikke katoenen deken wordt een bovenlaken gebruikt. Je kunt een dunne deken of lakentje gebruiken om een kind in te stoppen.
- Bij het sluiten van een bedje controleer je de sluiting (even rammelen).
- Laat de slaapkamers en het beddengoed regelmatig luchten. Ventileer de slaapkamer als er geen kinderen in bed liggen, minimaal 2 keer per dag (10 tot 15 minuten) door de deur open te zetten of door tijdelijk het luchtsysteem hoger te zetten.
- Leg geen kinderen vast door de slaapzak onder het matras te stoppen.
- Vermijd het opvullen van ruimte aan het hoofdeinde, het voeteneinde of aan de zijkant met dubbelgeslagen dekens of een kussen.
- Leg geen dekens of iets dergelijks onder het matras.
- Gebruik nooit een kussen, zachte hoofd- en zijwandbeschermers, zeiltjes, tuigjes, koorden, en voorwerpen van zacht plastic in het bedje.
- Daarnaast mogen kinderen geen (speen)kettingen en -koorden, armbanden, oorbellen, ringen, overige sieraden, elastiekjes, haarklemmetjes, speldjes, haarbanden ed. dragen in de bedjes.
- Vanwege het risico op wiegendood worden gewatteerde kussenachtige materialen, waaronder knuffels en dergelijke, afgeraden in een babybedje.
 - Voor baby's **jonger dan 1 jaar** mag een **(klein) knuffeldoekje**, zonder vulling, wel. Een knuffeldoekje heeft vaak alleen een klein, gevuld koppie en verder bestaat het uit twee laagjes stof. Het doekje mag geen kunststof knisperlaagje bevatten. Met klein wordt bedoeld dat het niet, zodra de baby het knuffeldoekje op haar gezicht legt, het matras mag raken. Als de doek wel rondom het hoofdje het matras raakt, ontstaat er een ruimte waarin uitgeademde lucht kan blijven hangen namelijk. Maar zolang het doekje klein is, is het geen probleem, ook niet als een baby het op het gezichtje legt.
 - Voor kinderen **vanaf 1 jaar** geldt dat zij **wel een knuffeltje** mee mogen in bed, mits het gevulde deel van de **knuffel niet groter is dan het hoofdje van het kind**.
- Kinderen mogen in de peutergroepen (2-4 jaar) wel lange doek en/of een slaapknuffeltje met vulling om te slapen.

4. Voorkom gezondheidsschade door (mee)roken.

Nergens binnen en buiten de gebouwen van 't Mereltje mag worden gerookt.

5. Houd voldoende toezicht.

- Leg de kinderen dusdanig in bed, dat hun hoofden zichtbaar zijn zodra je de slaapkamer binnenkomt.
- Controleer elkaar na het in bed leggen van een kind als extra check dat een bed gesloten is.
- Zodra je een kind op bed legt noteer je dit op de aftekenlijst op de deur van de slaapkamer. Hierbij plak je het naamkaartje van het kind op de plek waar je het kind hebt gelegd op het overzicht op/bij de deur.
- Kijk telkens als je een kind naar bed brengt even in de andere bedjes.
- Kijk ieder kwartier bij alle kinderen en teken dit af op de aftekenlijst. Als je een kind uit bed haalt pas je dit aan op het overzicht op/bij de deur.
- Houd nieuwkomers/jonge baby's tot 9 maanden zoveel mogelijk extra in het oog.
- Maak gebruik van een (beeld)babyfoon; zeker als er buiten wordt gespeeld of wanneer je even elders moet zijn.

6. Zorg voor rust en regelmaat.

- Er zijn sterke aanwijzingen dat veranderingen in omstandigheden en routine bij (jonge) baby's stress en slaapverstoring veroorzaken. Voorkom dit door je zoveel mogelijk te houden aan een vaste slaapkamerindeling en beddenschema van de groep.
- We houden zoveel mogelijk het eigen slaapritme van de baby aan.
- Indien het voor het kind beter is om een keer in een ander bedje te slapen, is het aan te raden dit kind in een zelfde soort bed te leggen (onder- bovenbed).
- De kinderen slapen altijd in een bed op de groep waar ze opgevangen worden. Als een kind op de 2^e stamgroep wordt opgevangen, dan slaapt het in een bed op de eigen stamgroep. Gebruik hierbij altijd een babyfoon.
- Bespreek tijdens het kennismakingsgesprek met de ouders de rituelen van naar bed brengen en hoe je hierop aan kunt sluiten op het kinderdagverblijf.
Er zijn sterke aanwijzingen dat veranderingen in omstandigheden en routine bij (jonge) baby's stress en slaapverstoring veroorzaken. De situatie tijdens kinderopvang verschilt in vrijwel alle opzichten van die in het ouderlijk huis. Om de overgang soepel te laten verlopen hebben kinderen twee wenmomenten, doorgaans van 09.15-12.30 uur. Incidenteel kan in overleg het tweede wenmoment plaatsvinden van 13.15-16.30 uur.

White noise

- Het gebruik van een white noise kan, als dit thuis ook gebruikt wordt om omgevingsgeluiden te dempen. Let er hierbij op dat het geluid op de laagste volumestand staat en dat het apparaat op minimaal 30 cm afstand van het kind geplaatst wordt, om gehoorschade te voorkomen.

Overige regels m.b.t. betrekking tot slapen en beddengebruik:

- Slaapknuffels en spenen worden opgeruimd in het mandje van het kind.

- Draai wekelijks de matrassen om zodat er geen kuilen van het hoofd en billen ontstaan. Zet regelmatig de matrassen rechtop zodat ze kunnen luchten.
- In de slaapkamers mag geen speelgoed meegenomen worden, aangezien dit gevaar op kan leveren i.v.m. struikelen enz. Uitzondering hierop zijn slaapknuffels.

De pedagogisch medewerkers zijn verantwoordelijk voor het toepassen van deze regels. Eventuele problemen in de praktijk moeten worden gemeld bij de vestigingsmanager.

(Hang)wiegen

- Wij gebruiken de (hang)wieg alleen voor die allerkleinsten waarbij het nog niet lukt om in een bedje in de slaapkamer te slapen. We bieden de (hang)wieg dan als tijdelijk alternatief en verkiezen daarbij slapen in de (hang)wieg boven niet slapen/veel huilen in een bedje in de slaapkamer.
- We blijven daarbij steeds proberen of een kind wel in de slaapkamer wil slapen.
- We houden toezicht op het slapende kind.
- Controleer bij het gebruik van de (hang)wieg regelmatig of het gordijntje niet in de wieg valt/kan vallen.
- Kinderen die zich kunnen omdraaien, zitten of zwaarder zijn dan 9 kilo mogen niet in een (hang)wiegje liggen/slapen.

Kinderwagens

- Een kinderwagen is geen (veilige) slaapplek, door de weinige ventilatie. Zodra een kind in de kinderwagen in slaap valt leg je het in een bedje. Dek in geen geval de wagen af met doeken en laat de kap omlaag.

Inbakeren

Over inbakeren bestaat in Nederland geen consensus (overeenstemming). De jeugdgezondheidszorg hanteert de multidisciplinaire richtlijn Excessief huilen met het uitgangspunt dat inbakeren kan worden overwogen, als regelmaat, voorspelbaarheid en prikkelreductie onvoldoende effect hebben. Het inbakeren gaat dan samen met regelmaat, voorspelbaarheid en prikkelreductie. In deze richtlijn is precies omschreven wanneer en hoe veilig en verantwoord kan worden ingebakerd en wanneer het moet worden ontraden.

- Het advies is om inbakeren bij voorkeur na de vierde maand af te bouwen en uiterlijk na de zesde maand geheel na te laten in verband met toenemende veiligheidsrisico's.
- Als ouders willen dat hun baby bij Kinderdagverblijf 't Mereltje wordt ingebakerd, moet eerst worden nagegaan of het inbakeren wordt gedaan op voorschrift van consultatiebureau- of kinderarts en of de juiste, veilige methode wordt toegepast, met goed materiaal en binnen veilige leeftijdsgrenzen.
- Dit alles moet worden vastgelegd op het toestemmingsformulier waarop de ouders beschrijven wat de reden is, met welke middelen en op welke wijze er ingebakerd dient te worden en tekenen als eindverantwoordelijke.

- Ouders nemen zelf de inbakerdoek inclusief handleiding van inbakerdoek mee. Zij leggen het gebruik van de inbakerdoek 1 op 1 aan alle vaste pedagogisch medewerkers van de groep van het kind uit.

NB:

- Een baby die niet in goede conditie is of bijvoorbeeld koorts heeft mag nóóit worden ingebakerd.
- Op verkeerde wijze of met ongeschikte middelen inbakeren kan risicovol zijn en de kans op het ontwikkelen van een heupafwijking bevorderen.
- Een al wat oudere baby die er ingebakerd of losjes ingepakt in slaagt om te draaien, belandt in een levensbedreigende situatie!

Rusten op de peutergroepen

Op de peutergroepen slapen 's middags niet alle kinderen meer. Dit is niet afhankelijk van de leeftijd, maar van de behoefte aan slaap van het kind.

Kinderen die 's middags niet meer slapen, hebben voor hun hersenontwikkeling wel de behoefte om te rusten. Om goed te kunnen rusten, moeten kinderen hun energie kwijt zijn geraakt door bijvoorbeeld intensief te hebben bewogen. Het is belangrijk dat hiervoor activiteiten aangeboden worden. Als kinderen rusten kunnen ze de prikkels verwerken die ze daarvoor hebben opgedaan. De ervaringen worden zo in de hersenen opgeslagen. Kinderdagverblijf 't Mereltje biedt deze kinderen tussen de middag een rustmoment, waarbij de kinderen geen/weinig prikkels binnenkrijgen. Dit kan in de vorm van rusten op een stretcher, een boekje lezen op de bank of een rustige activiteit. Dit rustmoment duurt ongeveer 1-2 uur, afhankelijk van de behoefte van de kinderen. Tijdens dit moment dimmen we de lichten en zetten we evt. een rustig muziekje op. Ook pedagogisch medewerkers zorgen gedurende die tijd voor weinig prikkels: praten rustig en zacht en vermijden zoveel mogelijk overleg op de groep. Met het rustmoment proberen wij te bereiken dat de kinderen niet overprikkeld raken. Hiermee willen we voorkomen dat de kinderen aan het eind van de dag nukkig, geïrriteerd of snel boos worden, zich terugtrekken, moeilijk aanspreekbaar zijn of in conflict komen.

Voor het rusten op de groep hebben we een vast ritueel: we beginnen met het pakken van de stretchers (geen matrassen uit de bedjes) en evt. de eigen knuffels en eigen dekentje met de kinderen. We lezen een verhaaltje voor, doen een ontspanningsoefening met de kinderen of praten even over onze ervaringen van de ochtend. Dit ritueel duurt maximaal 10 minuten en prikkelt de kinderen niet te veel om in actie te komen. Hierna begint het echte rusten.

Rusten op een stretcher

Kinderen die het willen of die het nodig hebben, bijvoorbeeld omdat ze net van hun middagslaapje af zijn en waarvan ouders het fijn vinden dat ze wel even rusten, kunnen na de lunch rusten op een stretcher. Dit kan ook als kinderen heel moe zijn en we dit in het belang van het kind nodig vinden. We communiceren dat achteraf altijd met ouders. De kinderen liggen op een stretcher met een hoeslaken in de groep, waarop ze kunnen rusten. De kinderen die rusten op een stretcher doen dit minimaal een uur en daarna zolang ze dat zelf willen. Soms valt een kind tijdens het rusten in slaap. Mocht een kind in slaap vallen, dan laten we het kind slapen. We zijn daarin kindvolgend. We communiceren dit altijd met ouders.

Er is altijd een pedagogisch medewerker aanwezig in de groepsruimte waar de kinderen rusten.

Andere manieren om te rusten

Naast de mogelijkheid om te rusten op een stretcher kunnen kinderen ook een boekje lezen op de bank en/of een rustige activiteit doen, bv. een puzzel maken of kleien. Hierbij wordt door de pedagogisch medewerkers (in overleg met ouders) gekeken naar de behoefte van het kind.

Calamiteiten

Van ongelukken of bijna-ongelukken moet de directie meteen op de hoogte worden gesteld door middel van het ongevallen- en calamiteitenformulier.

In geval van een calamiteit: Noteer alle feiten vanaf het begin af aan zoals het tijdstip van de gebeurtenis, de aangetroffen situatie in het bedje, de houding van de baby, de kleding en de temperatuur van de slaapkamer en de betrokkenen. De te hulp geroepen arts zal de temperatuur van de baby opnemen. Maak eventueel foto's.

Handelen in geval van calamiteit

Als er ondanks alle voorzorgen toch een baby in ogenschijnlijk slechte conditie wordt aangetroffen: Blijf kalm en prikkel het kind dan door het aan te tikken, de voetzolen te kietelen en het op te pakken (zonder krachtig te schudden, ondersteun het hoofdje!) en kijk of het zich herstelt. Het is van belang om actief te handelen omdat er sprake kan zijn van een zogeheten ALTE (apparent life threatening event = ogenschijnlijk levensbedreigende gebeurtenis), die ten goede kan worden gekeerd.

Een baby die bleek, blauw en/of slap wordt aangetroffen, kan na prikkeling betrekkelijk snel weer bijkomen. Zo niet, bel of roep een collega, die 112 belt. Start direct met reanimeren en pas mond-op-mondbeademing toe. Laat de overige kinderen niet zonder toezicht. Waarschuw de directie of vestigingsmanager, zij neemt contact op met de ouders.

Voor vestigingsmanager en directie: inzake calamiteit

De vestigingsmanager neemt contact op met de ouders en indien nodig of wenselijk met medische instanties. In geval van plotseling en onverwacht overlijden wordt daarvan binnen enkele dagen melding gemaakt aan de Stichting onderzoek en preventie zuigelingensterfte via het speciale meldnummer: 06-52513279. Uiteraard alleen met toestemming van de ouders. Een arts van de werkgroep kan adviseren over de mogelijkheden van nader (medisch) onderzoek en extra begeleiding bieden. Kinderopvang 't Mereltje beseft dat in geval van overlijden nazorg voor de ouders, de betrokken pedagogisch medewerkers en collega's heel belangrijk is. Goede communicatie tussen alle betrokkenen staat daarbij voorop. In de eerste plaats hebben de ouders recht op volledig inzicht. De directie benadert de Expertisegroep Wiegendood (053-4872319) voor advies en hulp bij nazorg.

Stroomschema hoe te handelen bij een calamiteit op de volgende pagina.

Stroomschema in geval van calamiteiten

