

# Hitteprotocol



## Inhoud

<b><i>Inleiding</i></b> .....	3
<b><i>Algemeen</i></b> .....	3
<b><i>Oververhitting</i></b> .....	3
<b><i>Beleid</i></b> .....	4
<b><i>Huisregels ouders</i></b> .....	4
<b><i>Bronvermeldingen</i></b> .....	6

## Inleiding

Voor u ligt het hitteprotocol van Kinderdagverblijf De Groene Weide.

Dit hitteprotocol is tot stand gekomen in samenwerking tussen de directie, de oudercommissie en de pedagogisch medewerkers van Kinderdagverblijf De Groene Weide.

Het hitteprotocol heeft tot doel om de pedagogisch medewerkers te instrueren hoe zij gezondheidsrisico's door aanhoudende warmte bij kinderen en medepersoneel kunnen voorkomen en/of verminderen. Daarnaast het informeren van ouders en verzorgers betreft de alle (genomen) stappen vanuit Kinderdagverblijf De Groene Weide.

In het hitteprotocol is informatie gebruikt vanuit het RIVM en de GGD.

## Algemeen

Kinderen zijn kwetsbaar voor hitte omdat ze niet altijd zelf acties ondernemen als ze het te heet hebben. Het risico tijdens hitte bij jonge kinderen wordt vooral bepaald door het gedrag van ouders/verzorgers. Het is aan hen om ervoor te zorgen dat kinderen niet te warm gekleed zijn, niet verbranden, meer te drinken krijgen en rustiger aan doen. Daarnaast reageert het lichaam van kinderen anders dan het lichaam van volwassenen, waardoor zij meer kans op gezondheidsklachten hebben.

De ideale binnentemperatuur ligt tussen de 18 °C en 22 °C. Bij hoge temperaturen vermindert de behaaglijkheid en nemen ook de (leer) prestaties van kinderen af.

De pedagogisch medewerkers houden de weersvoorspellingen goed in de gaten.

Het hitteprotocol treedt in werking als de weersvoorspellingen uitgaan van dagtemperaturen van 27 °C of hoger. Of als de binnentemperatuur stijgt naar 25 °C of hoger.

## Oververhitting

Welke klachten kan een kind krijgen bij hitte?

Kinderen worden sneller vermoeid, klagen over hoofdpijn en krijgen concentratieproblemen. Soms gaan ze sneller ademen, lijken ze benauwd. In ernstige situaties kan het lichaam uitdrogen en oververhit raken door verlies van teveel vocht en een stijgende lichaamstemperatuur.

Pedagogisch medewerkers zijn in deze periodes extra alert op uitdroging bij kinderen, door te letten op:

- Overvloedig zweten
- Droge mond
- Minder naar de wc gaan/minder plasluiers (met donkergekleurde urine)
- Duizeligheid, misselijkheid/ braken of spierkrampen
- Huilen, in ernstigere gevallen zonder tranen
- Verminderde lichamelijke activiteit, lusteloos of slaperig,
- in het ergste geval raken kinderen bewusteloos

Vertoont een kind deze verschijnselen? Dan wordt het kind naar een koele plek gebracht en moet er extra worden gedronken als het mogelijk is. Wanneer de klachten ernstig zijn of als de situatie niet verbetert word er een arts en de ouders/verzorgers gewaarschuwd.

## Huisregels ouders

- Bij warm weer kinderen luchtige kleding laten dragen, petje of hoedje.
- Voor dat het kind naar de kinderopvang gaat, insmeren met een hoge factor. Zie smeerprotocol.
- Zwempak/ zwembroek/ zwemluier meegeven.

## Beleid

Bij een dagtemperatuur van 27°C of hoger, voeren de pedagogisch medewerkers onderstaande afspraken en activiteiten uit:

Hygiëne en veiligheid
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zodra de zon gaat schijnen, treedt het smeerprotocol in werking</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zorg voor voldoende beschermende kleding, zoals hoedjes, petjes en T-shirts.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tussen 12:00u en 15:00u worden de kinderen zoveel mogelijk binnengehouden. Dit valt veelal samen met de lunch en slaapmomenten van de baby's, dreumesen en peuters</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Intensieve bewegingsactiviteiten worden beperkt. In plaats daarvan worden er waterspelletjes gespeeld en zwembadjes in de schaduw geplaatst. Er is hierbij continu toezicht en dagelijks wordt het water verversd. Speelattributen zoals glijbanen worden uit de hete zon gehouden d.m.v. schaduwrijke plek.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Er worden extra drinkmomenten ingelast voor de kinderen en de medewerkers. Voorkom hierdoor dorst, uitdroging en oververhitting. Naast drinken kan ook door middel van fruit en groente met een hoog vochtgehalte (meloen, komkommer) extra vocht verkregen worden. LET OP: bij aanhoudende hitte kan hier worden afgeweken van het voedingsbeleid! Wanneer kinderen minder goed water of thee drinken kan het eten van een waterijsje voor de nodige vocht zorgen.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wanneer baby's in de kinderwagens liggen, worden de kappen naar beneden gehouden. Onder de kappen wordt het erg warm en hiervoor in de plaats wordt de wagen voorzien van een extra parasolletje.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kinderen slapen in enkel een rompertje (en evt. een luier). De slaapkamers zijn de koelste plek in het gebouw, dus daar zijn geen extra aanpassingen nodig.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• De sanitaire ruimtes en keukens worden extra schoongemaakt, omdat door het warme weer bacteriën extra snel vermenigvuldigen.</li> </ul>
Zonwering / aanpassingen pand
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Verlichting binnen gaat nauwelijks aan om extra opwarming binnen te voorkomen.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ramen blijven dicht en diegene die als eerste start, doet de zonwering naar beneden en als het nog koel is buiten de ramen open.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Schaduwdoeken hangen tijdens de zomerperiode standaard verdeeld over de speelweide.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Het balkon bij de peutergroep (plat dak) wordt gedurende de dag nat gehouden.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• De deur tussen de dreumesgroep en de babygroep blijft zoveel mogelijk gesloten.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ventilatoren gaan overdag aan.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• CO2 melders. Bij code oranje/rood actie vanuit leidsters. Ervaring vanuit leidsters dat deze alarmering nauwelijks wordt behaald</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Er wordt regelmatig geventileerd wanneer mogelijk, en wanneer de buitentemperatuur lager is dan binnen. Hierbij zal zo veel mogelijk gebruik gemaakt worden van dwarsventilatie; waarbij ramen/ventilatioeroosters die tegenover elkaar staan worden open gezet voor voldoende toestroom van verse lucht.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• In de tuin is voldoende schaduw aanwezig waar veel gebruik van gemaakt kan worden.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aan het einde van de dag kan de zonwering omhoog, zodat de warmte het pand kan verlaten.</li> </ul>

## Wat u moet doen als het warm wordt



### Drink voldoende

Drink 2 liter vocht per dag, ook als u geen dorst heeft. Drink bij voorkeur water. Vermijd alcohol.



### Vermijd inspanning

Vermijd inspanning vooral tussen 12.00 en 16.00 uur, de warmste uren van de dag.



### Blijf uit de hitte

Blijf binnen of in ieder geval in de schaduw tussen 12.00 en 16.00 uur, de warmste uren van de dag. Draag een hoed, zonnebril en lichte kleding.



### Zorg voor koelte

Leg af en toe een koele handdoek in uw nek, neem een koele douche of bad. Laat de zonwering zakken of doe de gordijnen dicht van kamers die veel zon krijgen. Doe ook de ramen dicht als het buiten warmer is dan binnen (overdag) en zet ze open als het buiten koeler is ('s nachts en vroeg in de morgen).



### Zorg voor elkaar

Steek een helpende hand toe als er in uw omgeving ouderen of zieken zijn, die hulp nodig hebben om deze adviezen op te volgen.



### Vragen?

Overleg met uw huisarts als u vragen heeft over uw gezondheid of met uw apotheek als u medicijnen gebruikt. Voor alle andere vragen kunt u terecht bij de GGD in uw regio. Weet u het nummer niet, bel dan met Postbus 51 **(0800 - 8051)**.

(GGD, 2020)

## **Bronvermeldingen**

- GGD. (2020, 03). *www.ggd gelderlandzuid.nl*. Opgehaald van [www.ggd gelderlandzuid.nl](http://www.ggd gelderlandzuid.nl): <https://ggdgelderlandzuid.nl/professionals/milieu-en-gezondheid/maatregelen-bij-hitte/informatie-en-tips/>
- LCHV. (2016, 5). *www.rivm.nl/documenten/lchv/binnen-buitenmilieu-kdv-psz-bso*. Opgehaald van [www.rivm.nl](http://www.rivm.nl): <https://www.rivm.nl/documenten/lchv/binnen-buitenmilieu-kdv-psz-bso>
- RIVM. (2011, juni 22). Opgehaald van [www.rivm.nl](http://www.rivm.nl): <https://www.rivm.nl/hitte/kinderdagverblijven-en-scholen>
- W.I. Hagens, M. v. (2015). *Nationaal Hitteplan*. RIVM Briefrapport 2014-0051. Opgehaald van [www.rivm.nl](http://www.rivm.nl): <https://www.rivm.nl/bibliotheek/rapporten/2014-0051.pdf>