



Hitteprotocol BSO Bolderburen

Doel

Het waarborgen van de gezondheid, veiligheid en het welzijn van kinderen en medewerkers tijdens perioden van warm weer en hitte.

Wanneer treedt dit protocol in werking?

Het hitteprotocol wordt toegepast wanneer:

- De buitentemperatuur 25°C of hoger is.
- Het KNMI code geel, oranje of rood afgeeft vanwege hitte.
- De locatiemanager of verantwoordelijke pedagogisch medewerker dit noodzakelijk acht.

1. Algemeen

Kinderen zijn kwetsbaar voor hitte omdat ze niet altijd zelf acties ondernemen als ze het te heet hebben. Het is dus belangrijk dat verzorgers (kleine) kinderen helpen om hun hoofd koel te houden.

Drinkbeleid

- Bied de kinderen vaak te drinken aan, bij voorkeur water. Het is belangrijk om te drinken vóórdat de kinderen dorst krijgen. Houd daarom in de gaten of de kinderen voldoende drinken. Als stelregel kun je aanhouden; ieder uur drinken.
- Water staat gedurende de dag zichtbaar en bereikbaar.

Medewerkers

- Geven zelf het goede voorbeeld door regelmatig water te drinken.
- Plan geen intensieve bewegingsactiviteiten, pas het spel aan. Zoek daarbij een koele plek op, in of rond het gebouw. Soms is het binnen prettiger vertoeven dan buiten.

- Laat kinderen niet te lang in de zon spelen en smeer de kinderen vooraf in met zonnebrandcrème met een zonnebrandcrème met minstens factor 30 met een sterk UVA-filter.
- Zoek verkoeling met waterspelletjes en zwembadjes. Plaats deze in de schaduw en zorg dat er altijd toezicht is. Ververs het water iedere dag.
- Bij sportdagen is het verstandig om het programma in te korten en meer pauzes te nemen. Zorg hierbij voor voldoende drinkwater. Vervang intensieve spellen door waterspelletjes in de schaduw.
- Geef eten met veel vocht, zoals vers fruit (meloen) en groenten (komkommer, tomaat) of een keer een waterijsje

Welke klachten kan een kind krijgen bij hitte?

Als het heet is, worden kinderen sneller vermoeid. Ook kunnen ze klagen over hoofdpijn en hebben ze misschien meer moeite om te concentreren. Soms gaan ze sneller ademen of lijken ze benauwd. In ernstige situaties kan het lichaam uitdrogen en oververhit raken door verlies van teveel vocht en een stijgende lichaamstemperatuur. Wees extra alert op uitdroging bij kinderen bij:

- 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? Breng het kind dan naar een koele plek en laat het drinken, als het daartoe in staat is. Waarschuw een arts bij ernstige klachten of als de situatie niet verbetert.

Signalen van oververhitting

Let op:

- Rood gezicht
- Hoofdpijn
- Duizeligheid
- Misselijkheid
- Extreme vermoeidheid
- Prikkelbaarheid
- Overmatig zweten of juist niet zweten

Bij ernstige klachten direct ouders informeren en indien nodig medische hulp inschakelen.

2. Zonbescherming

Kleding

Kinderen worden gestimuleerd om:

- Luchtige kleding te dragen.
- Schouders zoveel mogelijk te bedekken.
- Een pet of zonnehoed te dragen.

Insmeren

- Ouders worden gevraagd kinderen vooraf thuis in te smeren bij dagopvang.
- Op een schooldag smeren medewerkers kinderen opnieuw in met zonnebrandcrème SPF 50, volgens gemaakte afspraken met ouders.

Schaduw

- Activiteiten vinden zoveel mogelijk plaats in de schaduw.
 - Tussen 12.00 en 15.00 uur wordt direct zonlicht zoveel mogelijk vermeden.
 - Voor de tussenschoolse opvang kan dit betekenen dat we met de kinderen binnen blijven. Hierover zal afstemming zijn met school.
-

3. Activiteitenbeleid

Bij 25°C - 30°C

- Rustige buitenactiviteiten.
- Regelmatige drinkpauzes.
- Extra schaduwplekken gebruiken.

Bij 30°C - 35°C

- Intensieve sport- en spelactiviteiten beperken.
- Buiten spelen verkorten of alleen in schaduwrijke plekken spelen
- Binnen de koelste ruimtes in het pand opzoeken en daar rustig spel organiseren.
- Verkoelende activiteiten aanbieden zoals waterspelletjes.

Boven 35°C

- Buitenactiviteiten alleen indien verantwoord.
 - Kinderen verblijven hoofdzakelijk binnen in de koelste ruimtes.
 - Fysiek intensieve activiteiten worden geannuleerd.
-

4. Binnenruimtes

- Zonwering en gordijnen sluiten aan de zonzijde.
 - Ramen openen wanneer dit zorgt voor verkoeling.
 - Elektrische apparaten die warmte afgeven zoveel mogelijk uitschakelen.
 - Ruimtes regelmatig ventileren.
 - Kinderen mogen vaker rustmomenten nemen.
-

5. Wateractiviteiten

Wateractiviteiten mogen uitsluitend plaatsvinden:

- Onder direct toezicht van medewerkers.
- Op een veilige, overzichtelijke plek.
- Met aandacht voor gladheid.

Kinderen dragen droge kleding wanneer dit nodig is om afkoeling of ongemak te voorkomen.

6. Communicatie met ouders

Bij aangekondigde hitte worden ouders gevraagd:

- Hun kind luchtige kleding aan te trekken.
- Een pet of zonnehoed mee te geven.
- Eventueel reservekleding mee te geven.
- Hun kind thuis alvast in te smeren.

Bij extreme hitte kan BSO Bolderburen aanvullende maatregelen communiceren via de gebruikelijke communicatiekanalen.

8. Evaluatie

Na een periode van extreme hitte evalueren medewerkers:

- De effectiviteit van de maatregelen.
- Eventuele incidenten.
- Verbeterpunten voor toekomstige hitteperiodes.

Vastgesteld door: BSO Bolderburen

Versie: 1.0

Datum: _____