

*Versie 10: mei 2020*

## **Hitte protocol**

Als de temperatuur gedurende meerdere dagen boven de 25 graden komt start bij Dribbel het hitte protocol. In 2019 heeft Dribbel airco laten installeren op beide peutergroepen en in de grote zaal. Ter preventie van de Arbo richtlijnen voor medewerkers en ter preventie van oververhitting van de kinderen en medewerkers. De airco is door een gecertificeerd bedrijf gemonteerd en elk jaar wordt deze gecontroleerd.

Met het in werk zetten van de airco's is het van belang dat de binnen temperatuur niet meer mag verschillen dan maximaal 8 graden met de buitentemperatuur. Dit om grote verschillen in temperatuur tegen te gaan bij het naar buiten gaan. Op de baby-dreumes groepen zijn er geen airco's geïnstalleerd in verband met de leeftijd van de allerkleinste. Op de babygroepen zijn doeken en zonwering met rolgordijnen ter preventie.

### *Temperatuur ruimtes baby en dreumessen*

Voor slaapkamers of overige ruimten die voor kinderopvang gebruikt worden, hebben we waar nodig ventilatoren geplaatst. De slaapkamer deur blijft bij het rusten open zodat er overzicht is. Slaapzakjes worden uitgedaan en kinderen slapen in hun romper, wel met een katoenen laken. Baby's die slapen en niet bewegen kunnen onderkoeld raken. Kinderen onder een jaar houden wij extra in de gaten. Er worden geen lakens of iets dergelijks over bedjes, boxen of buggy's gehangen. (De temperatuur kan snel oplopen.) Als het hitteprotocol van start gaat bakeren we geen kinderen in. Ook hier geldt geen slaapzak aan en de deur van de slaapkamer blijft open voor extra controle. Kinderen kunnen last krijgen van extreme warmte door middel van uitslag (warmte uitslag), minder drinken en lusteloosheid. Houdt u dit thuis ook goed in de gaten. Twijfelen wij over het welbevinden van uw kind dan nemen we contact met u op.

#### *Acties baby-dreumes groep:*

- We doen overdag zo min mogelijk verlichting aan
- We houden de zonneschermen en gordijnen dicht
- Overdag houden we de hitte buiten door de ramen dicht te houden
- We plannen geen intensieve bewegingsactiviteiten! Is het te warm dan blijven we binnen hoe verleidelijk ook om met water te spelen. Kinderen zijn kwetsbaar met hun huid en temperatuur regulatie van het lichaam, we dienen ze hierin te beschermen.
- We ventileren 's morgens en 's avonds het gebouw. Ook hebben we onze CO<sub>2</sub> meters die hun werk doen overdag
- We zorgen dan voor dwarsventilatie als er geventileerd wordt (het openen van ramen en ventilatieroosters in tegenover elkaar liggende gevels, deuren open)  
Let op: het wijd openen van ramen helpt alleen als het buiten minder warm is dan binnen. Als de wind op de ramen staat kan het wijd openen van ramen en deuren wel helpen
- Bij hitte, kinderen niet buiten laten spelen, hoe verleidelijk ook om met water te spelen. Kinderen zijn kwetsbaar met hun huid en temperatuur regulatie van het lichaam, we dienen ze hierin te beschermen.

- Als de airco aan staat is in de grote ruimte of andere peutergroep worden de slaapkamer deuren en tussen deuren opengezet met de ventilatoren zo gedraaid dat er koele lucht de groep op kan stromen. Wordt het te warm op de groep kan er altijd uitgeweken worden naar de grote zaal.

#### *Acties peutergroepen grote zaal en dreumes peutergroepen*

- Zet de airco pas aan als het buiten boven de 25 graden is
- Let op de temperatuur, deze mag max 5 tot 8 graden verschillen met buiten in verband met gezondheidsklachten die kunnen ontstaan zoals bijvoorbeeld verkoudheid
- Is het buiten bijvoorbeeld 35 graden dan staat de airco binnen op max 28 tot 30 graden.
- De airco gaat sowieso niet lager dan 24 graden in de zomer

#### **Overige**

We bieden kinderen gedurende de dag extra drinken aan. In principe water maar als kinderen slecht drinken doen we een klein beetje aanmaak sap. Voor baby's geldt dat we bij extreme hitte met u overleggen om de fles met iets meer water aan te maken, zo krijgen ze extra vocht binnen. Ook een fruithap is extra vocht!

We laten kinderen niet te lang in de zon spelen en smeren kinderen in met zonnebrandcrème, is het te heet nemen we de kinderen mee naar binnen, sowieso tussen 12.00 uur en 15.00 uur. We hebben een tent en een driehoek die zorgt voor schaduw en we hebben parasols. We zoeken verkoeling met waterspeltjes en eventueel een zwembadje waar uiteraard altijd toezicht is. We vermijden plakkerige handen en gezichten in verband met insecten. We houden goed de luiers en het plassen in de gaten. Zowel het volwassen toilet als de peuter toiletjes worden na gebruik gereinigd met spray. Ook de keuken en hotspots worden volgens protocol gereinigd.

#### **Gevolgen van hitte voor de gezondheid.**

De klachten die hoofdzakelijk optreden bij hitte zijn vermoeidheid, concentratieproblemen, benauwdheid en hoofdpijn. In ernstige situaties kan het lichaam uitdrogen en oververhit raken door verlies van vocht en een stijgende lichaamstemperatuur. Symptomen hiervan zijn: - Minder naar de wc gaan - Verminderde lichamelijke activiteit, lusteloos of slaperig - Snelle pols - Droge mond - Huilen, maar zonder tranen - Duizeligheid, misselijkheid of spierkrampen - Overvloedig zweten - Bewusteloosheid.

**Tips voor geschikt eten en drinken**

Geef drinken met zo min mogelijk suiker en vermijd voedsel met veel vet. Geef bijvoorbeeld water, melk, limonade, lauwe thee, diksap of vruchtensap. Eten met veel vocht, zoals vers fruit, komkommer tomat, meloen is ook een goed alternatief. Af en toe een waterijsje mag best of een zout koekje.

Wat als een kind het toch te warm heeft gehad? Vertoont een kind de eerdergenoemde verschijnselen? Breng het kind naar een koele plek en laat het drinken, als het daartoe in staat is. Bij ernstiger klachten, of als de klachten niet verbeteren adviseren we u een arts te waarschuwen.

Ten tijde van het corona virus zijn er vragen gekomen over het gebruik van de airco en verspreiden van het virus. Wij volgen hierin de richtlijnen van het RIVM.

<https://www.nvkl.nl/rivm-vindt-goede-ventilatie-belangrijk-maar-ziet-geen-verband-met-corona/>