



Protocol Slaapgewoonten

Het doel van dit protocol is om kinderen een prettige en veilige slaapomgeving bieden, rekening houdend met de slaapgewoonten van het kind.

Wat wordt er verstaan onder een prettige en veilige slaapomgeving

Vanuit de GGD worden een aantal eisen gesteld aan een veilige slaapomgeving. Elk kind heeft een bedje waar het, elke keer wanneer het kind op het kinderdagverblijf komt, in slaapt. Het bedje wordt gedeeld met kinderen die op andere dagen komen. Op eenzelfde dag wordt het bedje nooit door twee kinderen gedeeld. De bedjes worden tussendoor verschoond, zodat een kind nooit op het beddengoed van een ander kindje ligt. Matrasjes worden voor het weekend 'omhoog' gezet zodat ze kunnen luchten. De slaapkamers worden dagelijks gelucht en er is voldoende ventilatie.

Wat vinden wij belangrijk

Kinderen hebben slaap/rust nodig om te kunnen groeien en ontwikkelen. Dit geldt voor de thuissituatie, maar ook voor de situatie op een kinderdagverblijf. Om kinderen voldoende rust te bieden proberen wij kinderen, met de regelmaat van thuis, in bed te leggen. We houden hierbij rekening met de wensen van ouders, maar er wordt voornamelijk gekeken naar de behoefte van het kind. We willen hierbij benadrukken dat in onze visie het kind centraal staat.

Soms kan het gebeuren dat een baby die in de box is gelegd om te spelen, in slaap valt. We laten in dit geval het kindje in de box slapen. De ervaring heeft ons geleerd dat kinderen wakker worden van de overdracht naar het bed.

Slaapgewoonten

Ieder kind heeft zijn/haar eigen slaapgewoonten. We vinden het belangrijk dat we hierover in gesprek gaan met ouders en proberen om zoveel als mogelijk vast te houden aan de slaapgewoonten van thuis. Hierbij wel met het uitgangspunt dat andere kinderen en pm'ers geen hinder ondervinden van deze slaapgewoonten en het slapen veilig is. In een gesprek over slaapgewoonten kunnen de volgende onderwerpen aan bod komen:

- In slaap vallen met een muziekdoosje: dit is alleen mogelijk indien andere kinderen in dezelfde slaapkamer hier geen hinder van ondervinden.
- Inbakeren: dit mag alleen door middel van een door de GGD-goedgekeurde methode en doeken. De betreffende pm'ers moeten door de ouder geïnstrueerd worden. Ouders tekenen hiervoor het formulier Slaapgewoonten.
- Elastiekjes en speldjes in de haren, oorbellen in de oren: deze worden verwijderd.
- Buikslapen: dit verhoogt het risico op wiegendood en mag alleen met toestemming van ouders. Ouders tekenen hiervoor het formulier Slaapgewoonten. Wanneer een kind zichzelf goed kan omdraaien (rug/buik en buik/rug) is dit geen probleem. Alle kinderen worden op de rug in bed gelegd. Kinderen die nog niet terug kunnen draaien worden op de rug gelegd wanneer zij op de buik gedraaid zijn.

- Gevoerde slaapzakken (met mouwen): deze worden niet gebruikt omdat deze te warm zijn.
- Knuffeldoekjes groter dan 30x30 cm: worden niet gebruikt omdat het kind hierin verstrengeld kan raken.
- Vastleggen van een slaapzak in bed: dit wordt niet gedaan omdat een kind dan beperkt wordt in zijn bewegingen.
- Als een kindje om bepaalde redenen niet in bed kan slapen, maar bijvoorbeeld wel in de wandelwagen of box dan is dit in uitzonderingsgevallen mogelijk. Ook hiervoor wordt een formulier ondertekend en ligt de verantwoording bij de ouders/verzorgers.

Van bovenstaande afspraken (met uitzondering van het vastleggen van een slaapzak) kan afgeweken worden wanneer ouders dit op het formulier Slaapgewoonten invullen en hiervoor tekenen. De verantwoordelijkheid ligt dan bij ouders.

Zie ook het protocol voor Veilig Slapen om te zien hoe wij wiegendood tot een minimum proberen te beperken.