

## Protocol buiten slapen

### Uitgangspunt

#### Waarom buiten slapen?

Buiten slapen is een gewoonte die vooral in Noord-Europese landen zoals Denemarken en Zweden al generaties lang wordt toegepast. Wetenschappelijk onderzoek en praktijkervaringen tonen aan dat kinderen die buiten slapen:

- Dieper en rustiger slapen
- Een sterker afweersysteem ontwikkelen
- Minder vatbaar zijn voor verkoudheden en infecties
- Meer prikkelverwerking aankunnen dankzij frisse lucht en natuurlijke omgevingsgeluiden

Buiten slapen draagt dus bij aan **de gezondheid, rust en ontwikkeling** van jonge kinderen.

Momenteel zijn er steeds meer kinderdagverblijven, die de mogelijkheid bieden om

kinderen buiten te laten slapen. Ook “Trots” heeft besloten deze mogelijkheid

aan te bieden. Wij hebben hiervoor speciale veilige buitenbedjes aangeschaft, die

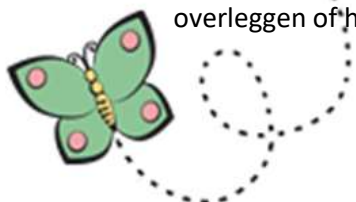
voldoen aan de wettelijke normen. Uiteraard staat veiligheid altijd voorop. Daarom volgen wij onderstaand beleid.

### Voor het buiten slapen hanteren we de volgende regels:

Om het buitenslapen voor jonge kinderen veilig te laten verlopen, hanteren wij de volgende richtlijnen:

#### Algemene voorwaarden:

- Kinderen slapen buiten alleen met schriftelijke toestemming van ouders.
- De slaapplek is beschut, droog, goed geventileerd en vrij van tocht.
- Elk kind wordt tijdens het slapen elke 10–15 minuten gecontroleerd.
- Kinderen worden aangepast gekleed op de weersomstandigheden (slaapzak, muts, handschoenen indien nodig).
- Het buitenbed is zo geplaatst, dat er vanuit het gebouw ieder moment gekeken kan worden in het bed.
- Er gelden alle regels voor het veilig slapen (protocol veilig slapen en wiegendood) ook voor het buiten slapen.
- Het bed moet 1x per week grondig schoongemaakt worden van binnen en van buiten.
- Als er een defect is aan het bedje, dit direct melden bij de andere pedagogisch professional en overleggen of het nog gebruikt mag worden.



- Voordat je het bedje gebruikt, droog je de binnenkant met een droge doek.
  - Het wel bevinden van het kind staat voorop. Als het kind niet goed of helemaal niet slaapt in het buitenbedje, slaapt het binnen.
  - Het bedje wordt altijd uit de wind en de zon gedraaid.
  - De voeten van de kinderen worden na het slapen gecontroleerd, heeft het kind koude voeten, dan moet het kind extra kleren aan. Heeft het kind zweetvoeten, dan moeten er kleren uit.
- Warmtestuwing is de belangrijkste oorzaak van wiegendood.

### Temperatuur grenzen:

Op de babyfoon kun je aflezen hoeveel graden het op dat moment buiten is. In het slaapkleding schema kun je zien wat het kind aan moet bij welke temperatuur.

| Temperatuur         | Gebruik buitenbedjes                                                                                                                |
|---------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| > 0 °C t/m<br>25 °C | Toegestaan, mits aan algemene voorwaarden voldaan is                                                                                |
| 0 °C tot -5 °C      | Toegestaan, maar alleen met extra toezicht en warme kleding (muts, wanten, warme slaapzak)                                          |
| < -5 °C             | Niet toegestaan wegens risico op onderkoeling                                                                                       |
| > 25-28°C           | Alleen toegestaan met extra maatregelen: schaduw, luchtige kleding, voldoende vochtinname en regelmatige controle op oververhitting |
| Bij extreem<br>weer | Niet toegestaan bij regen, mist, harde wind, onweer of hittewaarschuwing (KNMI code oranje/rood)                                    |

---

### Overig:

Het gebruik van buitenbedjes wordt dagelijks beoordeeld door het team op basis van temperatuur en weersomstandigheden.

Het beleid is afgestemd op adviezen van GGD, VeiligheidNL en RIVM.

Ouders moeten een toestemmingsformulier “veilig slapen” hebben ingevuld



## Schema slaapkleding buiten

Bij gebruik onder de 10 °C:

Dikke **slaapzak**, **Muts**, **wantjes**, evt. wollen sokken. Geen losse dekens. Controleer of nekje warm maar niet klam is.

### SIZE

Bag 4 seasons  
up to 100 cm  
length adjustable at 74 cm

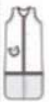


European design

### TOG RATINGS

| Room temperature | TOG |
|------------------|-----|
| > 24 °C          | 0.5 |
| > 21 °C          | 1.0 |
| ♥ > 18 °C        | 2.0 |
| ♥ > 16 °C        | 2.5 |

### TOG ADVICE

| Temperature °C | Summer<br>0.25 TOG                                                                  | Spring<br>0.5 TOG                                                                   | Autumn<br>2.0 TOG                                                                   | Winter<br>2.5 TOG                                                                     |
|----------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| 24 - 27        |  | -                                                                                   | -                                                                                   | -                                                                                     |
| 21 - 23        |  |  | -                                                                                   | -                                                                                     |
| ♥ 18 - 20      |  |  |  | -                                                                                     |
| ♥ 16 - 18      | -                                                                                   |  |  |  |
| 14 - 16        | -                                                                                   |  |  |  |

