

Hitte protocol



Auteurs	Samia el Abdellaoui
Contactgegevens	Telefoon: 036-3031890 E-mail: info@kinderopvangdevlinder.nl
LRKP-nummer	Locatie BSO Rodinweg: 318523024 Locatie BSO De Vlindertoren Moldaviëstraat 2: 209465992 Locatie BSO De Vlinderletter A. Roland Holststraat 58: 237587014 Locatie KDV De Vlinderboom A. Roland Holststraat 169: 263733658
Datum van aanmaak	Januari 2025
Datum van herzien	Januari 2026

INHOUDSOPGAVE

Hitte en kinderen.....	3
Hoe ontstaat oververhitting	3
Wat zijn de symptomen.....	3
Doel hitteprotocol	3
Werkwijze	4
Aandachtspunten	4
Huisregels ouders	4

HITTE EN KINDEREN

De zomer komt er weer aan en het is dan ook weer een goed moment om extra stil te staan bij de gevolgen op de gezondheid. Zeker als het veel dagen achter elkaar warm is kunnen er gezondheidsklachten ontstaan.

De ideale binnen temperatuur in de groepsruimten ligt tussen de 18 °C en 22°C. De ideale binnentemperatuur in de slaapkamers ligt tussen de 15°C en 18°C. In de zomer mag de binnentemperatuur tot ongeveer 25 °C stijgen, maar liever niet hoger. Bij hoge temperaturen vermindert de behaaglijkheid en nemen ook de (leer) prestaties van de kinderen af. Het hitteprotocol treedt in werking als de weersvoorspellingen uitgaan van dagtemperaturen van 25°C of hoger.

HOE ONTSTAAT OVERVERHITTING

Koeling van het lichaam vindt vooral plaats door het verdampen van transpiratievocht. Als er een vochttekort ontstaat in het lichaam gaat het lichaam weer opwarmen omdat het lichaam zijn warmte niet kwijt kan.

WAT ZIJN DE SYMPTOMEN

Symptomen die optreden zijn prikkelbaarheid, hevige dorst, uitputting, duizeligheid. Bij een gebrek aan zouten treden spierkrampen op, hevige moeheid, voorhoofdpijn, duizeligheid, misselijkheid, braken en snelle hartslag.

DOEL HITTEPROTOCOL

Het hitteprotocol heeft tot doel om het personeel te instrueren hoe zij gezondheidsrisico's door aanhoudende warmte bij kinderen en medepersoneel kunnen voorkomen en/of verminderen.

WERKWIJZE

Het management van De Vlinder houdt de weersvoorspellingen gedurende het jaar goed in de gaten. Zodra het warmer weer word, pakt het management de ventilatoren voor de groepen erbij, om zo de klimaatbeheersing onder controle te houden.

Bij een dagtemperatuur van 25 °C of hoger voert het personeel onderstaande afspraken en activiteiten uit:

- 's Ochtends luchten we onze locaties goed door. De tempratuur is dan nog wat lager, waardoor we verse en koelere lucht naar binnen halen
- Plan geen intensieve bewegingsactiviteiten, maar vooral water activiteiten
- Gebruik ventilatoren ook al koelen ze de lucht niet zorgen ze wel voor een stroming van de lucht waardoor het lichaam wel het vocht kan afstaan

AANDACHTSPUNTEN

- Smeer de kinderen in van begin mei tot eind september, op alle dagen dat het zonnig of half bewolkt is: ook als ze in de schaduw spelen!
- Houdt kinderen onder de 12 maanden zoveel mogelijk in de schaduw
- Smeer de kinderen in met voor de leeftijdscategorie bedoelde zonnebrandcrème, tenminste factor 25
- Smeer de kinderen een half uur voor dat er naar buiten wordt gegaan in
- Smeer de kinderen om de 2 uur in
- Laat kinderen tussen 12:00 uur en 15:00 uur, wanneer de UV- straling het krachtigst is, niet buiten spelen.
- Pas het spel aan zodat grote inspanningen worden vermeden
- Gebruik zoveel mogelijk petjes om hoofd en nek te beschermen en draag zoveel mogelijk T-shirtjes ter bescherming tegen de zon
- Let op zout verlies, laat kinderen bouillon of vruchtensappen drinken
- Plan extra drinkmomenten. Het is belangrijk om te drinken voordat de kinderen dorst hebben
- Bij extreem warme dagen maak pet of T-shirt nat en/ of leg een vochtige doek in de nek
- Zoek verkoeling met waterspelletjes en zwembadjes. Plaats deze in de schaduw en zorg dat er altijd toezicht is: ververs het water iedere dag!

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
- Zwempak/ zwembroek/ zwemluier meegeven