

# HITTE PROTOCOL

Eenvoudige maatregelen die helpen om de gevolgen van hitte te beperken:

Dus biedt de kinderen vaak water aan, buiten de geplande drinkmomenten.



Pas het spel aan, zorg voor koelte: draag dunne kleding. Blijf in de schaduw of binnen en beperk lichamelijke inspanning in de middag (tussen 12 en 15 uur). Laat de kinderen rustig spelen (lezen, puzzelen, filmpje kijken)

Houd je groepsruimte koel: opwarming van de groepsruimte kan worden beperkt door tijdig gebruik te maken van zonwering en ventilator.

Let op dat je de zonwering op tijd sluit, voordat de zon op de ramen komt. Open de zonwering weer als de zon van de ramen af is. Zorg voor extra frisse lucht door het openen van ramen en/of deuren op tijdstippen dat het buiten koeler is, zoals 's avonds, 's nachts en 's ochtends. Zorg dan dat de zonwering omhoog is, dan kan er meer



Zorg voor elkaar: let bij warm weer extra op je collega's of ouders die hulp kunnen gebruiken. Biedt ze ook even wat te drinken aan. Tip: doe zelf ook geen zwaar huishoudelijk werk. Koel op tijd je polsen en/of je voeten.

# Hitteprotocol

(informatiebronnen RIVM en GGD)



## Hitte in en om het gebouw

In Nederland kan het in de zomertijden binnen in een gebouw warmer worden dan buiten. Het gebouw koelt u door 's nachts intensief te ventileren. Het is dan buiten minder warm dan binnen. Het wijd open zetten van ramen en deuren werkt verkoelend, als de lucht binnen flink in beweging komt.

Warm weer kan leiden tot klachten als vermoeidheid, concentratieproblemen, duizeligheid en hoofdpijn. Daarnaast kunnen huidklachten optreden zoals jeuk en uitslag met blaasjes. Bij hitte kunnen kleine blaasjes op een jeukende rode huid optreden door het verstopt raken van zweetklieren, meestal onder kleding. Dit wordt ook wel prickly heat genoemd en is niet gevaarlijk maar wel hinderlijk. Verlichtend werkt luchtige kleding, afnemen met een koele natte doek en drogen met een frisse luchtstroom. Door uitdroging kunnen kramp, misselijkheid, uitputting, flauwte en bewusteloosheid optreden.

Kinderen zijn kwetsbaar voor hitte omdat ze minder goed kunnen aangeven hoe het met ze gaat. Daarom zijn maatregelen belangrijk als het binnen meer dan 25°C wordt. Abbo kindcentra kinderopvang heeft daarom een hitteprotocol opgesteld, dat gemakkelijk en snel uitvoerbaar is voor de beroepskrachten.

Dit organisatie brede hitteprotocol is via de website in te zien door alle ouders.

De specifieke maatregelen per locatie zijn opgenomen in de locatie specifieke Beleidsplannen Veiligheid en Gezondheid.

Hierdoor gelden de volgende adviezen:

- Gebruik de zonwering voor de ramen waar de zon op staat en doe deze omlaag voordat de zon naar binnen schijnt.
- Zet zo min mogelijk lampen (LED lampen geven geen warmte af) of apparaten aan.
- Zet ramen en deuren wijder open wanneer dit verkoelend is. Doe ze echter nooit dicht bij warmte, ventileren blijft noodzakelijk.
- Ventileer 's nachts zoveel mogelijk extra, zodra het buiten koeler is dan binnen.
- Gebruik een ventilator in de ruimtes als het warmer wordt dan 25°C.
- Laat de kinderen buiten blijven als het daar koeler is dan binnen (maar voorkom blootstelling aan direct zonlicht tussen 12.00 en 15.00 uur). Zorg voor schaduw op de speelplaats.
- Doe geen spelletjes waarvan kinderen het te warm krijgen.
- Geef kinderen en beroepskrachten voldoende mogelijkheden om extra te drinken.

## Wie lopen risico bij aanhoudend warm weer?

Kinderen zijn kwetsbaar voor hitte omdat ze niet altijd zelf in staat zijn om maatregelen te nemen om oververhitting te voorkomen. Het risico tijdens hitte voor jonge kinderen wordt vooral bepaald door het gedrag van verzorgers.

# Hitteprotocol

(informatiebronnen RIVM en GGD)



## Wat te doen als het lang warm weer is?

Eenvoudige maatregelen die helpen om de gevolgen van hitte te beperken:



Laat kinderen meer drinken: zorg ervoor dat een kind voldoende drinkt, ook als het geen dorst heeft. Het drinkt te weinig als het minder plast dan gebruikelijk of als de urine donker van kleur is. Bedenk dat je ook ongemerkt veel vocht verliest door transpiratie.. **Dus biedt de kinderen vaak water aan, buiten de geplande drinkmomenten.**



Pas het spel aan, zorg voor koelte: draag dunne kleding. Blijf in de schaduw of binnen en beperk lichamelijke inspanning in de middag (tussen 12 en 16 uur). Laat ze vooral buiten met water spelen. Pas op: het eerste water uit de tuinslang kan kokend heet zijn!!!!

**Tip: Laat de kinderen rustig spelen ( lezen, puzzelen, filmpje kijken)**



Houd je groepsruimte koel: opwarming van de groepsruimte kan worden beperkt door tijdig gebruik te maken van zonwering en ventilator. Zorg voor continue ventilatie door ventilatieroosters open te houden of ramen op een kier te zetten. Het wijd openen van ramen helpt alleen als het buiten minder warm is dan binnen. Anders komt er juist extra warmte binnen. Luchtbeweging helpt om zweet te verdampen en heeft hiermee een verkoelend effect. Het wijd openen van ramen en deuren kan zorgen voor luchtbeweging. Een ventilator ook. Begin te ventileren zodra het buiten koeler is dan binnen.

**Tip: Let op dat je de zonwering op tijd sluit, voordat de zon op de ramen komt. Open de zonwering weer als de zon van de ramen af is. Zorg voor extra frisse lucht door het openen van ramen en/of deuren op tijdstippen dat het buiten koeler is, zoals 's avonds, 's nachts en 's ochtends. Zorg dan dat de zonwering omhoog is, dan kan er meer frisse lucht naar binnen.**



Zorg voor elkaar: let bij warm weer extra op je collega's of ouders die hulp kunnen gebruiken. Biedt ze ook even wat te drinken aan. **Tip: doe zelf ook geen zwaar huishoudelijk werk. Koel op tijd je polsen en/of je voeten.**

## Gevolgen van hitte voor de gezondheid

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.

# Hitteprotocol

(informatiebronnen RIVM en GGD)



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.

## Is er een maximaal toegestane binnentemperatuur?

Het gebouw heeft het hele jaar door goede temperaturen - voor groepsruimten in het stookseizoen tussen 19 en 25 graden - voor slaapruidten in het stookseizoen tussen 15-19 graden - voor groepsruimten in de zomer tussen 22 en 27 graden - voor slaapruidten in de zomer maximaal 25 graden.

Is het binnen boven de 25°C? Dan nemen behaaglijkheid en prestaties af. Volg daarom op tijd de richtlijnen uit dit protocol.

## Andere milieufactoren in het zomerseizoen

Naast hitte zijn er nog een aantal andere milieufactoren die in de zomer voor gezondheidsproblemen kunnen zorgen. Een voorbeeld is de eikenprocessierups, waarvan de brandharen jeuk en andere klachten kunnen veroorzaken. Zomersmog, een vorm van luchtverontreiniging kan leiden tot luchtwegklachten, vooral bij gevoelige personen en bij lichamelijke inspanning. Het zwembadwater kan verontreinigd zijn met blauwalg of andere micro-organismen. Verder kunnen er tekenbeten worden opgelopen bij verblijf in de natuur.

## Tips om warmte-overlast te beperken

- 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.
- 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 factor 30.
- 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.
- Om de allerkleinsten genoeg te laten drinken kun je bijvoorbeeld extra water aan de melkproducten toevoegen. Geef eten met veel vocht, zoals vers fruit (meloen) en groenten (komkommer, tomaat).
- Laat kinderen enkel in een rompertje (met luier) onder een lakentje slapen.

# Hitteprotocol



(informatiebronnen RIVM en GGD)

- Zorg voor extra schaduw op het speelplein, met bijvoorbeeld schaduwdoeken of zonnezeilen en parasols.
- Zorg dat je voor iedere groep/ ruimte een ventilator hebt, of indien nodig meerdere ventilatoren..

Heb je zelf nog ideeën of vragen over verbeteringen, bespreek deze dan met je locatiehoofd.

## **Uiterste maatregel: opvang (deels) sluiten**

Iedere periode van hitte vraagt maatwerk. En naast temperatuur speelt ook de luchtvochtigheid een rol. En of er al eerder een periode van hitte is geweest of niet, waardoor de ruimtes sneller opwarmen. Het kan voorkomen dat de temperaturen zo hoog oplopen, dat veilige kinderopvang niet meer geboden kan worden.

Als laatste maatregel kan Abbo kindcentra kinderopvang overwegen om de opvanglocatie (een deel van) een dag te sluiten. Het kan zelfs een overweging zijn om dat besluit per groep te nemen. Bijvoorbeeld wanneer de slaapruijnte voor de baby's onverantwoord warm is, maar er voor de BSO-groep nog wel voldoende verkoelende maatregelen en/of activiteiten mogelijk zijn. Let wel; de situatie moet per locatie en per dag(deel) beoordeeld worden en het besluit om geen opvang te bieden moet weloverwogen genomen worden. Hierover wordt altijd in gezamenlijk overleg met de directie, het locatiehoofd en oudercommissie een besluit genomen.

De kinderopvangorganisatie moet een voorgenomen sluiting ter advies aan de oudercommissie voorleggen; de oudercommissie heeft namelijk adviesrecht op de openingstijden.

In de dagen van oplopende temperaturen is regelmatig overleg tussen opvang en oudercommissie belangrijk. Ook is het belangrijk om individuele ouders op tijd te informeren over het hitteprotocol en hen op de hoogte te houden over een mogelijke sluiting. Mocht het tot een sluiting komen, dan weten ouders dat er met zorg en aandacht een keuze is gemaakt.

## **Financieel compenseren van gemiste opvanguren**

Als een groep of kindcentrum wegens te hoge temperaturen moet sluiten, dan moeten de kosten voor de gemiste opvanguren aan ouders worden terug betaald.. De vraag of er wel of niet sprake is van overmacht is in dergelijke situaties niet aan de orde, omdat het niet gaat over de betaling van een eventuele schadevergoeding, maar alleen om de terugbetaling van een niet geleverde dienst.

Dit besluit wordt alleen genomen in overleg met de directeur-bestuurder en de oudercommissie.

Let op; voor de terugbetaalde uren kinderopvang, vervalt ook het recht op kinderopvangtoeslag. Ouders moeten dus hun aantal uren afgenomen én betaalde uren in MijnToeslagen aanpassen.

We kunnen in overleg met ouders tot een andere afspraak komen. We kunnen afspreken dat ouders de opvang door blijven betalen en op een andere manier gecompenseerd worden (denk aan ruildagen). Onze organisatie kan dan op de normale manier door blijven factureren en de kinderopvangtoeslag voor ouders zal in dat geval ook gewoon door lopen.