



**Slaap lekker
bij Spring!**

Veilig Slapen op de dagopvang

nieuwsgierig naar jou





Veilig Slapen op de dagopvang

Welkom bij Spring! We leren jou en je kindje graag kennen en doen er alles aan om te zorgen voor een veilige en vertrouwde omgeving. Dat geldt ook voor slapen op onze opvang. Zeker voor baby's is de overgang van thuis naar de opvang een grote verandering. Samen met jou willen we ervoor zorgen dat deze overgang prettig verloopt. In deze folder lees je dan ook meer over veilig slapen op de opvang. En wat je thuis kunt doen om je baby alvast voor te bereiden op slapen bij ons.

Wist je dat...

Wij, om slapen bij ons zo veilig en vertrouwd mogelijk te maken, werken met het protocol Veilig Slapen?

Dit is grotendeels gebaseerd op de richtlijnen van het Nederlands Centrum voor Jeugdgezondheid en Veiligheid.nl.

Slaapritme

Ieder kind heeft een eigen slaapritme. We bespreken graag met je hoe het slaapritme van jouw kindje is en proberen dat ritme zoveel mogelijk te volgen op de opvang.

Bij het in bed leggen van jouw kindje zorgen we voor een goede overgang van de groep naar het bedje. We benoemen bij het verschonen wat er gaat gebeuren en zingen bijvoorbeeld een liedje. De slaapzak van thuis gaat aan en ook een eigen (veilige) knuffel of speen mag mee naar bed. Zo herkent jouw kindje wat er gaat gebeuren. Deze vaste rituelen dragen bij aan de emotionele veiligheid en geborgenheid. Wanneer jouw kindje ontspannen in bed wordt gelegd, valt het makkelijker en rustig in slaap.

Bedje

Bij ons slapen kinderen in een bedje in een slaapkamer. Dit kan wennen zijn voor een baby. Daarom is het prettig als je baby thuis al ervaring heeft met slapen in een bedje.

Alle bedjes die we hebben bij Spring voldoen aan de veiligheidseisen. Zo hebben ze de juiste spijlafstand en is het matras goed passend en stevig.

Wist je dat...

Wij minimaal elk halfuur controleren of je kind nog lekker ligt te slapen? Ook heeft elke slaapkamer een eigen babyfoon.

Slapen op de rug

Baby's die op hun buik slapen lopen meer risico op wiegendood. Daarom slapen baby's bij Spring altijd op de rug. Hierin volgen wij strikt de richtlijnen van het Nederlands Centrum voor Jeugdgezondheid en Veiligheid.nl. Wij adviseren om het rugslapen thuis ook aan te houden, dan is de overstap naar de opvang gemakkelijk. Draait je baby zelf naar de buik, maar kan het nog niet zelf terugdraaien? Dan draaien we jouw baby terug op de rug. Wanneer je kindje zelf terug kan draaien is dat niet meer nodig.

Inbakeren

Om inbakeren veilig en volgens de juiste methode te laten plaatsvinden is specialistische kennis en ervaring nodig. Op verkeerde wijze en met ongeschikte middelen inbakeren kan risicovol zijn én de kans op het ontwikkelen van een heupafwijking bevorderen. Daarom bakeren we bij Spring kinderen niet in.

Babyslaapzak

Wij vragen je om een slaapzak van thuis mee te geven voor je kindje. Dit voelt en ruikt lekker vertrouwd. Let wel op dat de slaapzak goed passend is.

De hals- en armopeningen mogen niet zo ruim zijn dat een baby in de slaapzak kan verdwijnen.

Ook moet er in de slaapzak voldoende ruimte zijn voor het vrij bewegen van de benen. Een veilige slaapzak, met of zonder (afritsbare) mouwen, sluit met de rits naar de onderzijde toe zodat de baby er niet zelf bij kan. De slaapzak wordt eventueel in combinatie met een lakentje of dekentje gebruikt.



Veilig knuffelen

Er bestaan veel soorten knuffels, die niet allemaal veilig zijn om in bed te leggen bij de jongste baby's. Daarom kijken we op de opvang naar de grootte en dikte van de knuffel. We leggen je baby bij voorkeur in een leeg bedje. Is je kindje gewend aan het slapen met een knuffel of een doekje? Geef deze dan gerust mee, dan kijken we samen of het veilig is.

De knuffel of het doekje:

- Is een klein knuffeldoekje. Kleiner dan het hoofd van je baby (dus geen hydrofiele doek bijvoorbeeld);
- Heeft geen vulling;
- Heeft geen beschadigingen;
- Is vrij van touwtjes, lintjes en strikjes, oogjes of knoopjes;
- Bevat geen muziekdoosje, belletjes of balletjes binnenin.

Speenkoorden en knuffels maken we los van de speen en gaan niet mee naar bed. Speelgoed gaat ook niet mee naar bed.

Sieraden en attributen

Kinderen gaan bij ons zonder sieraden en accessoires (bijvoorbeeld oorbellen, armbandjes, haarelastiekjes of haarspeldjes) in bed. Ook blouses en kleding met een capuchon of koordjes gaan uit. Dit vanwege de veiligheid. Het is fijn als je hier rekening mee kunt houden als je je kind komt brengen.

Gebruik van draagdoeken en draagzakken

Om een draagdoek veilig en volgens de juiste methode te gebruiken is specialistische kennis en ervaring nodig. Onjuist gebruik van draagdoeken is onveilig. Daarom gebruiken we bij Spring geen draagdoeken.

We gebruiken ook liever geen draagzakken. Bij het gebruik van een draagzak moet je zeker weten dat de veiligheid van het kind geborgd is. Die veiligheid staat of valt met zowel de draagzak zelf als het gebruik ervan. Daarnaast beperkt een baby in een draagzak onze medewerkers in hun handelen. Bijvoorbeeld bij het op de grond meespelen, boekjes lezen, andere kinderen op schoot nemen en het verschoneren. Ook krijgt de baby in de draagzak geen gerichte aandacht.

Wil je om een specifieke reden toch graag dat er gebruik wordt gemaakt van een draagzak? Dan stemmen we met je af hoe en wanneer de draagzak gebruikt wordt. We gebruiken alleen de draagzak die je thuis ook gebruikt én als de draagzak veilig is volgens de veiligheidseisen van de Consumentenbond. Samen maken we hier afspraken over die we schriftelijk vastleggen.

Slapen en rusten 2-4 jaar

Peuters hebben niet altijd meer de behoefte om te slapen.

Maar soms hebben ze nog wel behoefte aan een moment van rust, bijvoorbeeld na de lunch. Hoe dit is voor jouw peuter, stemmen we graag met je af. Je peuter kan bij ons, in overleg met jou, slapen in een slaapzak óf onder een katoenen dekentje of lakentje.



Naast bedden, hebben we bij Spring ook speciale peuterbedjes (stretchers) waarop gerust kan worden. Ook deze bedjes voldoen aan de wettelijke veiligheidseisen.

Buiten slapen

Een aantal van onze locaties maakt gebruik van buitenbedjes. Wij zijn voorstander van buiten slapen; er is minder kans op warmtestuwing en kinderen lijken buiten rustiger en langer te slapen. Daarnaast krijgen kinderen door het slapen in de buitenlucht andere (zintuigelijke) ervaringen: ze voelen warmte en kou, een briesje langs hun gezichtje, ruiken de geuren van de buitenlucht en horen de geluiden van buiten. Dit zijn ervaringen die bijdragen aan de ontwikkeling van kinderen.



Als jouw locatie gebruik maakt van buitenbedjes, dan word je hierover geïnformeerd tijdens het intakegesprek. We laten je graag het buitenbedje zien, zodat je erop vertrouwt dat ook jouw kind hierin lekker kan slapen. Het welbevinden van jouw kind staat voorop. Bij het buiten slapen worden dezelfde preventieve maatregelen gehanteerd ter voorkoming van wiegendoed als bij het binnen slapen.

Anders dan thuis

We kijken uit naar jullie komst! Wij begrijpen dat het een en ander bij ons soms net even anders gaat dan thuis. We hopen dat je door de informatie in deze folder bent voorbereid op deze verschillen. En misschien kun je jouw kindje alvast laten wennen aan het slapen in een slaapzak met een veilige knuffel en het slapen op de rug? Dan slaapt je kindje bij ons net zo lekker als thuis!

Heb je nog vragen? Stel ze ons! Neem daarvoor contact op met de professionals van de groep.