

Gezondheid, hygiëne en voeding

Handboek Kind in beeld
Werkwijzer 4



Gezond opgroeien

Jong geleerd, is oud gedaan. Helemaal als het gaat om een gezonde levensstijl. Als kinderen al op jonge leeftijd gezond gedrag aanleren, dan is het voor hen een stuk makkelijker om die levensstijl later vast te houden. Het is de basis voor een goede gezondheid, waardoor kinderen letterlijk en figuurlijk 'lekker in hun vel' zitten. En kinderen die goed in hun vel zitten, ontwikkelen zich beter. Gezond opgroeien van kinderen kun je ondersteunen door aandacht te hebben voor gezondheidsrisico's, hygiëne, voeding, beweging, zonbescherming en frisse lucht (binnen en buiten). Daarin ben je met elkaar steeds op zoek naar de juiste balans.

Ons verhaal

Deze werkwijzer gezondheid, hygiëne en voeding vormt samen met de werkwijzer 'Veiligheid' ons veiligheids- en gezondheidsbeleid. Elke locatie voegt daar een eigen Plan van Aanpak 'Veiligheid en Gezondheid' aan toe. Gastouders voegen hier hun risico-inventarisatie aan toe. Zo laten we zien hoe we omgaan met risico's op het gebied van gezondheid, hygiëne en voedselveiligheid. Ook aan ouders, want die mogen ervan uitgaan dat hun kind zich in een gezonde omgeving kan ontwikkelen.

Daarom informeren we ouders al in de kennismakingsperiode over ons gezondheidsbeleid. Ouders van locaties vinden deze informatie op de website en in het ouderportaal. Ouders in de gastouderopvang delen hun wensen tijdens het intakegesprek en gastouders houden hier rekening mee. En hebben ouders vragen over gezondheid, hygiëne en voeding? Dan kunnen ze bij jou, de clustermanager of de bemiddelingsmedewerker (GOB) terecht.

De werkwijzer gezondheid bestaat uit vijf thema's:

Visie op gezondheid; over de wijze waarop wij kijken naar gezondheid;

Aandacht voor risico's; over het opstellen en evalueren van het Plan van Aanpak;

Preventiemaatregelen; over onze maatregelen om gezondheidsrisico's te voorkomen, over hygiënemaatregelen, veilig medicatie geven, vaccinatie, voedselveiligheid, gezond binnen- en buitenmilieu;

Handelen bij zieke kinderen; over wat te doen bij ziekte, medische handelingen, kinderen met extra medische zorg en over onze meldingsplicht bij infectieziekten;

Voeding; over het aanleren van een gezond eetpatroon, het voedingsaanbod, trakteren, koken en bakken met kinderen.

Visie op gezondheid

Lekker vies worden hoort erbij

Hoe maak je gezond eten en drinken, bewegen en naar buiten leuk voor kinderen? En hoe zorg je ervoor dat je ook voldoet aan de gezondheid- en hygiënerichtlijnen? Ook hier is het steeds zoeken naar de juiste balans. Natuurlijk wil je niet dat een kind ziek wordt van het zoeken naar beestjes in de aarde of

PM 4.01
Preventieafspraken
gezondheid en
hygiëne

een bezoekje aan de kinderboerderij. Tegelijkertijd stimuleren dit soort activiteiten of bezigheden juist wel de ontwikkeling van het kind. Hetzelfde geldt voor koekjes bakken of spelen op een kleed op de vloer; het is niet altijd geheel hygiënisch, maar biedt wel kansen om volop te onderzoeken, te experimenteren en nieuwe ervaringen op te doen. Lekker vies worden hoort daarbij en is vaak met water en zeep zo weer opgelost. Natuurlijk doen we dat binnen de kaders van onze 'preventieafspraken gezondheid en hygiëne'. Lekker naar buiten voor beweging en buitenlucht Voor een gezonde ontwikkeling van kinderen is contact met de natuur en bewegen van grote waarde. Het bevordert de algehele conditie en het immuunsysteem. Juist het jonge brein heeft de uitdaging en prikkels van bewegen nodig. Om te leren onthouden, vooruit te kijken en samen te werken. Klauteren over grasheuveltjes en spelen met zand en water; het zijn voor een kind vaak geweldige ervaringen. Weer of geen weer, met de juiste kleding aan is buiten voor kinderen op elk moment van de dag leuk. Zeker als je zorgt dat er in de buitenruimte ook echt iets te ontdekken is. Dat zie je terug in onze inrichting van de buitenruimte op de locaties. In de meeste tuinen staat het ontdekken in de natuur centraal. Er is voldoende ruimte om lekker te struinen tussen bosjes, samen te kliederen met modder of om kleine beestjes te zoeken. De tuinen nodigen uit om op avontuur te gaan en vies te worden en zijn tegelijkertijd een plek van rust. Een gastouder hoeft niet zelf een tuin te hebben. Elke dag lekker naar buiten kan ook in het speeltuintje in de buurt of het park even verder op. Ook daar is genoeg te ontdekken en te beleven. Buiten slapen Op sommige locaties zijn ook buitenbedden aanwezig. Dit zijn speciale bedden vooral bedoeld voor de jongste kinderen, waarin zij in de buitenlucht kunnen slapen. Buiten slapen is gezond en vaak slaapt een kind buiten langer dan binnen. Buitenbedden mag je in de zomer én in de winter gebruiken volgens de afspraken 'veilig slapen'. Alle buitenbedden voldoen bij ons aan de door de overheid gestelde eisen. En voor de frisse lucht hebben de bedden horrengaas, dat licht binnenlaat en de insecten tegenhoudt. In het kennismakingsgesprek vraag je de ouder altijd om toestemming voordat je een kind laat slapen in een buitenbedje. Gezond en gevarieerd eten Bij een gezonde leefstijl hoort ook het aanleren van een gezond eetpatroon. Dit betekent vooral: gezond en gevarieerd eten, voldoende groente en fruit en water drinken. Door onze 'Zes Gezonde Gewoontes' te volgen, ondersteun je (samen met ouders) deze gezonde levensstijl. Vocht, volkoren(vezels), vitaminen, eiwit, bewegen en buitenlucht spelen een grote rol in deze 'Zes Gezonde Gewoontes'. Het laat zien dat gezond eten lekker en ook leuk is. Als gezonde producten eten heel gewoon is, kiezen kinderen makkelijker een appel, een stukje komkommer of een volkoren boterham in plaats van een koekje of snoepje.	PM 4.02 Zes Gezonde Gewoontes
--	--

Aandacht voor risico's

Dagelijkse risicoanalyse

Een gezonde omgeving, waar kinderen zorgeloos kunnen spelen en leren, is van groot belang voor een goede ontwikkeling. De nadruk ligt op een omgeving die zo gezond en hygiënisch als nodig is. Die kinderen beschermt tegen gezondheidsrisico's. En toch ruimte biedt om te experimenteren en te ontdekken. Een gezonde en hygiënische omgeving betekent anticiperen op risico's die er dagelijks kunnen zijn. Daarom is het belangrijk dat je je hiervan bewust bent en structureel gezond en hygiënisch werkt. Onze processen die te maken hebben met gezondheid en hygiëne, vormen samen één geheel. Ze zijn nodig om grote risico's te voorkomen en kinderen een gezonde leefstijl aan te leren. Gezondheid en hygiëne is niet alleen het gespreksonderwerp na een calamiteit of het uitbreken van een infectieziekte. Ook in dagelijkse situaties zoek je steeds naar een balans tussen uitdaging en gezondheid.

Aanvaardbare risico's

Het begrip risico is een heel ander begrip dan gevaar. Risico gaat over het inschatten van de kans dat er iets gebeurt en het mogelijke gevolg ervan. De term 'aanvaardbaar risico' kan je daarbij helpen. Wat is precies het risico (bijvoorbeeld als een kind met modder speelt en vergeet zijn handen te wassen) en hoe groot is de kans dat het gebeurt? De norm daarvoor is altijd subjectief en stel je steeds opnieuw per situatie en per kind vast. Door als team pedagogisch medewerkers of als gastouder samen met je bemiddelingsmedewerker risico's te inventariseren en hierover te praten kom je tot inzichten en afspraken. Pas als het risico onaanvaardbaar is, is er sprake van gevaar en zijn (hygiëne) maatregelen nodig.

Inventariseren en aanpassen

Om de risico's per locatie in kaart te brengen heeft elke locatie een Plan van Aanpak 'Veiligheid en Gezondheid'. Door het jaar heen bespreekt de clustermanager regelmatig op een interactieve wijze met beroepskrachten, beroepskrachten in opleiding, groepshulpen, stagiairs en eventuele vrijwilligers de mogelijke risico's rond gezondheid op de locatie en past het plan aan als dat nodig is.

Bij de gastouder thuis vindt elk jaar ook zo'n risico-inventarisatie plaats. De afdeling Pedagogiek en Kwaliteit actualiseert jaarlijks (of vaker indien nodig) de werkwijzer 'gezondheid' en maakt tools voor managers, medewerkers en gastouders voor verdere verdieping (prikborden) en geven bespreektips. Voor het vaststellen van ons veiligheids- en gezondheidsbeleid heeft de ouderraad een adviserende rol.

Plan van Aanpak 'Veiligheid en Gezondheid'

Risico's opvanglocatie in beeld

Locatie-specifieke gezondheidsrisico's met grote gevolgen legt de clustermanager vast in het Plan van Aanpak 'Veiligheid en Gezondheid'. Dit doet zij in samenspraak met medewerkers en oudercommissie. Voor het maken van dit [Plan van Aanpak 'Veiligheid en Gezondheid'](#) is een Excel format beschikbaar.

PM 5.01 Format Plan van Aanpak 'Veiligheid- en Gezondheid'

Risico's die grote gevolgen kunnen hebben voor de gezondheid van ieder kind bij ons op de opvanglocaties, vind je in de bouwstenen kwaliteit van deze werkwijzer gezondheid, hygiëne en voeding. Inhoud van het Plan van Aanpak 'Veiligheid en Gezondheid' ◆ Locatieafspraken om de kans op gezondheids- en hygiënerisico's te verkleinen. ◆ Locatieafspraken om de kans op (brand)veiligheidsrisico's te verkleinen. ◆ Risico-inventarisatie brandveiligheid. ◆ Uitwerking van het vierogenprincipe (0-4 jaar). ◆ Locatieafspraken om grensoverschrijdend gedrag te voorkomen (4-13 jaar). ◆ Verbeteracties naar aanleiding van (bijna) ongelukken of (bijna) fouten of grensoverschrijdend gedrag. De clustermanager zorgt dat dit plan steeds actueel is. Het bijstellen van het Plan van Aanpak 'Veiligheid en Gezondheid' is door het jaar heen een vast agendapunt op overlegmomenten met beroepskrachten, beroepskrachten in opleiding, groepshulpen, stagiairs, eventuele vrijwilligers en de oudercommissie. Samen kijken jullie wat in de praktijk aan maatregelen om risico's te voorkomen werkt, wat niet en leggen verbeteracties vast. Wijzigingen in het Plan van Aanpak 'Veiligheid en Gezondheid' communiceert de clustermanager tijdens een overleg en/of in een locatie-nieuwsbrief naar beroepskrachten, beroepskrachten in opleiding, groepshulpen, stagiairs en eventuele vrijwilligers. De clustermanager maakt altijd een nieuw Plan van Aanpak 'Veiligheid en Gezondheid' voor de aanvraag om een nieuwe locatie te registreren. Dat plan actualiseert ze drie maanden na opening, samen met beroepskrachten, beroepskrachten in opleiding, groepshulpen, stagiairs, eventuele vrijwilligers en de oudercommissie. Risico's huis gastouder of ouder in beeld Voordat je als gastouder begint, voer je samen met de bemiddelingsmedewerker van het gastouderbureau een risico-inventarisatie (RIE) uit. Daarmee breng je de risico's in beeld van de locatie waar de opvang plaatsvindt. Dat kan ook het huis van de ouder zijn. Die RIE wordt jaarlijks herhaald. Bij een verbouwing, een nieuw aan te leggen tuin of de komst van een huisdier doen jullie de RIE opnieuw. Samen maken jullie een plan van aanpak voor geconstateerde risico's. Hoe worden die opgelost of vermeden? Die afspraken leggen jullie vast en je informeert huisgenoten over de risico's en de maatregelen uit het plan van aanpak. Vindt de opvang plaats in het huis van de ouder(s), dan betrekken jullie hen natuurlijk ook bij de uitvoering van de RIE.	
Preventiemaatregelen Veilige randvoorwaarden Het is een feit dat kinderen af en toe ziek worden of bepaalde kinderziekten krijgen. Waterpokken, de zesde ziekte of een verkoudheid; dat is vaak heel normaal. In de meeste gevallen heeft een besmetting al plaatsgevonden voordat de symptomen van de ziekte duidelijk zijn. Toch wil je voorkomen dat een kind vaker ziek wordt dan nodig. Jonge kinderen hebben nog een lage	PM 4.03 Hygiëncode kleine instellingen

weerstand en zijn daardoor kwetsbaarder. Binnen de opvang hebben ze ook een grotere kans op het oplopen van een infectieziekte via andere kinderen en het gebruik van gezamenlijke spullen en toiletten. Daarom is een gezonde en hygiënische omgeving belangrijk voor de gezondheid van het kind. Het verspreiden van ziektekiemen kan soms razendsnel gaan. Handen wassen heel gewoon Handhygiëne is een simpele en effectieve manier om de verspreiding van veel infectieziekten en virussen te voorkomen. Het is daarom belangrijk dat je tijdens het werk regelmatig je handen wast met water en zeep en ze vooral goed afdroogt. Je zorgt ervoor dat ook kinderen regelmatig hun handen wassen. Door dat spelenderwijs aan te bieden, leert een kind hoe dat gaat en waarom het belangrijk is. Het kader voor preventieve gezondheids- en hygiënemaatregelen staat voor kinderopvang in actuele wet- en regelgeving, in de richtlijnen van het RIVM waaronder de ‘hygiëncode voor kleine instellingen’ en op de website van gezondekinderopvang.nl. Dat kader staat in deze werkwijzer uitgewerkt in de thema’s hygiënebeleid, veilig medicatie geven, vaccinatie, omgaan met allergieën en de thema’s gezond binnen- en buitenmilieu.	
Hygiënemaatregelen Gezondheidsrisico’s voorkomen Met elkaar willen we dat iedereen kan spelen, eten en werken in een veilige, schone omgeving. Mogelijke gezondheidsrisico’s krijgen minder kans als je extra aandacht besteedt aan hygiënemaatregelen. Door goed te kijken naar de richtlijnen en naar het gedrag van de kinderen, vind je de juiste balans voor kinderen tussen zorgen voor goede hygiëne en ontwikkeling. Spelenderwijs leer je een kind waar het op kan letten om niet ziek te worden; handen wassen en goed afdrogen, hoesten en niezen in je elleboog, papieren zakdoeken gebruiken en toilethygiëne. Als de kinderen nog jong zijn, doe je dat vooral samen, ouderen kinderen kunnen steeds meer zelf. Soms ondersteun je dat proces met het ophangen van pictogrammen of dagritmekaarten. In ons hygiënebeleid is er aandacht voor persoonlijke hygiëne, hygiëne bij het verschonen en toiletbezoek, voedselveiligheid en voor schoonmaken, ontsmetten en desinfecteren. Beroepskrachten, beroepskrachten in opleiding, groepshulpen, stagiairs en eventuele vrijwilligers gastouders, ouders en kinderen houden we voortdurend op de hoogte van maatregelen en afspraken.	
Persoonlijk hygiëne Voorkomen van ziekte Persoonlijke hygiëne gaat over schone handen, nagelverzorging, tandenpoetsen en hygiëne bij hoesten en niezen. Om gezondheidsrisico’s uit te sluiten is het van belang dat dit op de juiste manier gebeurt. In onze ‘preventieafspraken gezondheid en hygiëne’ staan alle afspraken hierover op een rijtje. Door ze regelmatig even door te lezen, blijft je kennis over deze afspraken actueel. Werk je op één van onze locaties dan is het voor jou goed om te weten dat we op alle	PM 4.01 Preventieafspraken ‘Gezondheid en Hygiëne’

locaties papieren handdoeken en vloeibare zeep gebruiken. Daarnaast is er handgel beschikbaar als het handen wassen niet mogelijk is of voor extra hygiëne (bij situaties zoals die in de RIVM-richtlijnen staan). Ben je gastouder? En gebruik je stoffen handdoeken? Gooi die dan dagelijks of bij zichtbare vervuiling in de was. Voor het snuiten van je eigen neus en die van kinderen gebruik je uitsluitend papieren zakdoeken of tissues, die je na gebruik gelijk weggooit. Tandenspoetsen van kinderen hoeft je niet te doen. Dat kan gewoon thuis, omdat twee keer per dag poetsen voldoende is. Als BSO-kinderen hun tanden na bijvoorbeeld het ontbijt willen poetsen, mag dit natuurlijk wel. Zij kunnen dit vaak zelfstandig.	
Verschonen en toiletbezoek Een hygiënische verschoonplek Het verschonen van kinderen brengt extra risico's met zich mee vanwege het directe contact met ontlasting. Ontlasting kan ziektekiemen bevatten die zich bijvoorbeeld na het billen afvegen of via het verschoonkussen kunnen verspreiden. Om die verspreiding van ziektekiemen via ontlasting te voorkomen, verschoon je op een locatie een kind altijd in de verschoonruimte op een daarvoor bestemde plek. Ben je gastouder dan zorg je voor een hygiënische verschoonplek in je huis. Het verschoonkussen maak je volgens de richtlijnen schoon. Ook houd je verschonen en voedselbereiding strikt gescheiden. In principe is het niet nodig het verschoonkussen te desinfecteren met 70% alcohol, een schoonmaakspray is voldoende. Alcohol gebruik je alleen bij vervuiling met bloed of bloederige diarree. Toiletetiquette Op de wc-bril zitten, afvegen, papier in de wc, doortrekken, handen wassen en afdrogen. Het zijn gewoontes die je een kind naarmate het ouder wordt bij brengt. Dat zelf doen is soms nog best een uitdaging voor kinderen. Soms is het motorisch nog lastig, soms heeft een kind er gewoon het geduld (nog) niet voor. Dan is vooral handen wassen na plassen en poepen echt heel belangrijk om te voorkomen dat eventuele ziektekiemen zich verspreiden. Een overzicht van alle afspraken rondom het verschonen en het toiletbezoek vind je in de preventieafspraken 'gezondheid en hygiëne'.	PM 4.01 Preventieafspraken 'Gezondheid en Hygiëne'
Voedselveiligheid Hygiënisch bereiden en bewaren van voeding Het inkopen, bewaren, klaarzetten en bereiden van voeding hoort op een hygiënisch verantwoorde manier te gebeuren. Dat verkleint het risico's op voedselinfecties en -vergiftigingen met maag- en/of darmklachten tot gevolg. Ons kader is de 'Hygiëncode voor kleine instellingen'. Meer informatie hierover vind je op de KIDDI-website. Een link naar deze website staat op alle Junis-iPads en -telefoons. Door op het KIDDI-logo te klikken, kom je direct terecht op de KIDDI-website. De belangrijkste basisvoorwaarden voor voedselveiligheid is persoonlijke hygiëne, ook voor kinderen die meehelpen met voedselvoorbereiding. Werk altijd met schone materialen in een schone werkomgeving. Voorkom	PM 4.03 Hygiëncode kleine instellingen PM 4.10 Afspraken voedselveiligheid PM 4.11 Koelkastposter PM 4.12 Keukenposter babyvoeding

kruisbesmetting (rauwe en bereide producten apart bewaren, schone en vuile producten scheiden). Zorg dat gekoelde producten niet te lang buiten de koelkast staan. Op locaties controleer je steekproefsgewijs de levering van producten aan de hand van het formulier 'registratie aankoop, ontvangst en opslag' en bewaar ze volgens het bewaaradvies. Op onze 'koelkastposter' vind je wat je in de koelkast bewaart en hoe lang dat kan. Controleer de temperatuur van koelkasten en diepvriezer aan de hand van het formulier 'registratie temperatuur koelkast'. Zorg dat je de afvalbak ieder dag leegt en schoonmaakt. Gooi papier, glas, groen-, rest- en chemisch afval als het kan, gescheiden weg. In het 'Afspraken voedselveiligheid' staat dit voor locaties allemaal voor je op een rijtje. Babyvoeding Extra aandacht is nodig voor het bereiden van flesvoeding en moedermelk. Poedermelk en borstvoeding zijn kwetsbare producten en baby's zijn gevoeliger voor micro-organismen die darminfecties veroorzaken. Daarom is het belangrijk dat je samen met ouders zorgdraagt voor goede hygiëne rondom het geven van babyvoeding. Afspraken hierover vind je op de KIDDI- website onder het kopje zuigelingenvoeding en op onze 'keukenposter babyvoeding'.	PM 4.13.a Formulier registratie temperatuur koelkast PM 4.13.b Formulier registratie aankoop ontvangst en opslag
Schoonmaken, ontsmetten of desinfecteren Hygiënisch werken voorkomt ziek worden Een schone locatie of huis helpt om de verspreiding van virussen en andere ziekten te voorkomen. Bovendien gedijen bacteriën en virussen er minder en is het voor een kind fijn om te spelen in een schone ruimte en voor jou fijn om in te werken. Door goed en met regelmaat schoon te maken, haal je zichtbaar en onzichtbaar vuil weg en kun je besmettingsrisico's tot een aanvaardbaar niveau beperken. Hygiënisch werken op locatie In het 'schoonmaakrooster' van je groep of locatie vind je welke schoonmaakwerkzaamheden er dagelijks, wekelijks, maandelijks of jaarlijks nodig zijn. Een deel daarvan (vloeren en sanitair) doet het schoonmaakbedrijf, de huishoudelijk medewerker of de groepshulp. De normen voor goed schoonmaken van locaties kun je nalezen op de KIDDI-website. Voorbeelden van schoonmaakroosters vind je onder het kopje formulieren en documenten. Je kunt ook in overleg en met goedkeuring van je clustermanager een aangepast schoonmaakschema gebruiken. Met elkaar zorg je ervoor dat je dit goed uitvoert. Je clustermanager geeft indien nodig aanwijzingen. Als de uitvoering door het schoonmaakbedrijf met regelmaat niet volgens afspraak gaat, geef dit dan door aan je clustermanager. Hygiënisch werken als gastouder Als gastouder bepaal jezelf hoe je je huis netjes en schoonhoudt. Op de KIDDI-website vind je hiervoor tips. Vang je op in het huis van de ouder dan mag je licht huishoudelijk werk doen dat te maken heeft met de opvang, verzorging, hygiëne van de kinderen en in de ruimtes waar de kinderen komen. De rest is de verantwoordelijkheid van de ouder.	PM 4.09.a Voorbeeld schoonmaakrooster weekplanning PM 4.09.b Voorbeeld schoonmaakrooster Hygiëncode PM 4.09.c Voorbeeld schoonmaakrooster dagplanning

Een schoon en fris gebouw of huis In een normale situatie is het schoonmaken met een allesreiniger (in een sprayflacon en verdund met water) voldoende. Sduit het schoonmaakmiddel op het oppervlak, laat het 30 seconden inwerken en verwijder het dan met een doekje. Gebruik je een plantenspuit? Zorg er dan voor dat die niet op de vernevelstand staat. Het is ook belangrijk dat je de sprayflacon/plantenspuit met allesreiniger elke avond leeg weg zet en in de ochtend opnieuw vult. Maak handcontactpunten na elk tafelmoment extra schoon. Dat zijn plekken die jullie op een dag veel aanraken zoals deurklinken, lichtschakelaars, armleuningen, kranen en tablets. Ook dat kan gewoon met allesreiniger. Zorg er ook voor dat je alle plekken waar je eten bewaart goed schoonhoudt. Hiermee voorkom je het aantrekken van ongedierte. Ook het speelgoed geef je regelmatig een sopje en als kinderen dat leuk vinden, kun je hen hierbij betrekken. Zo kunnen ze ervaren dat schoonmaken ook gewoon leuk kan zijn. In tijden waarin de kans op het verspreiden van ziekten of virussen groter is, bijvoorbeeld in het griepseizoen zijn er extra hygiëne-afspraken die je toepast. Die staan in het 'prikbord griep'. Ontsmetten of desinfecteren Wordt een kind, een collega of huisgenoot ziek tijdens opvanguren, dan maak je alles waar zij mee in aanraking zijn geweest goed schoon met allesreiniger. Middelen om oppervlakten te ontsmetten of te desinfecteren gebruik je alleen bij het vermoeden van een (besmettelijke) ziekte of bij verontreiniging met bloed of bloederige diarree. Ontsmetten doe je met een desinfecterend middel (op basis van minimaal 70% alcohol). Bij een aanhoudende uitbraak van een besmettelijke ziekte is er altijd overleg met de GGD en volg je hun advies. Gebruik geen huishoudchloor uit de supermarkt om te desinfecteren. Dat bevat te weinig werkzame stoffen voor desinfectie. Hoe je desinfectiemiddelen goed gebruikt, vind je op de KIDDI-website. Het is voor de werkzaamheid van het desinfectiemiddel van belang om altijd eerst schoon te maken met een allesreiniger. Draag handschoenen bij het gebruik daarvan.	
Veilig medicatie geven Zorgvuldig handelen bij medicijngebruik Het toedienen van medicatie vraagt om grote zorgvuldigheid, omdat sommige middelen bij onjuist gebruik de gezondheid van het kind kunnen schaden. Wij vragen ouders dan ook om de medicatie zo mogelijk thuis, buiten de opvanguren, te geven. Wanneer dit echt niet kan, kunnen zij je vragen om de voorgeschreven medicatie tijdens opvanguren toe te dienen. Ze geven hiervoor schriftelijk toestemming via het formulier 'verzoek toedienen medicatie'. Op basis hiervan kun jij zorgvuldig handelen. Deze procedure geldt ook voor medicatie die niet op recept is verkregen (zelfzorgmiddelen), omdat deze soms ook bijwerkingen kunnen hebben. Voor het juist handelen bij het geven van medicatie volg je de 'afspraken toedienen medicatie'. Schriftelijke toestemming	PM 4.05 Verzoek toedienen medicatie PM 4.06 Afspraken toedienen medicatie PM 4.07 Aftekenlijst bewaren medicatie opiumwet

De ouder is verantwoordelijk voor een volledig ingevuld formulier en een mondelinge toelichting. De ouder laat de medicatie altijd in de originele verpakking met de bijsluiter achter, zodat je de medicatie volgens de juiste veiligheidsvoorschriften kan bewaren. Bij twijfels over het verzoek of het zorgvuldig toedienen van de medicatie overleg je altijd met je clustermanager of bemiddelingsmedewerker. De eerste inname van het medicijn gebeurt altijd door het kind thuis, zodat de ouder zicht heeft op mogelijke bijwerkingen.

Voor locaties geldt dat je samen met de ouder en eventueel de clustermanager kijkt of het toedienen van medicijnen op de groep werkbaar is. Dat hangt af van de samenstelling van de groep, het aantal medewerkers op de groep die medicatie kunnen en willen geven, en de situatie van het kind. Zorg altijd voor een zorgvuldige overdracht aan je collega's over het geven van de medicatie. Vergeet daarbij de invalmedewerkers niet. Stagiairs en leerlingen geven geen medicatie.

Een ingevuld formulier 'verzoek toedienen medicatie' bewaar je op locatie in de kindmap.

Je tekent steeds af wanneer de medicatie gegeven is. De medicijnen berg je veilig, volgens bijsluiter op. Nadat het geven van de medicatie niet meer nodig is, bewaar je het formulier 'verzoek toedienen medicatie' met de aftekenlijst nog een maand.

Medicatiefout of acute bijwerking

Doet de situatie zich voor dat een kind niet goed op een geneesmiddel reageert of dat er onverhoopt toch iets fout gaat bij de toediening van een geneesmiddel, dan bel je direct met de huisarts of specialist in het ziekenhuis. Daarna bel je direct de ouders. Bij een ernstige situatie bel je direct 112. In alle gevallen zorg je ervoor dat je alle relevante gegevens bij de hand hebt. Dit zijn: naam, geboortedatum, adres, huisarts en/of specialist van het kind, het geneesmiddel dat een kind heeft gekregen, welke reacties het kind vertoont en indien van toepassing; welke fout is gemaakt.

Hoestdrank

Geef geen hoestdranken aan kinderen jonger dan 2 jaar. Hoestdrankjes bevatten namelijk slaapverwekkende stoffen die bij jonge kinderen een extra risico geven op wiegendood. Ook als je in de bijsluiter van een ander geneesmiddel leest dat hier slaapverwekkende stoffen in zitten dan geef je deze niet aan kinderen jonger dan twee jaar. Krijgt een kind deze middelen thuis wel, dan blijf je extra alert op mogelijke risico's.

Paracetamol

Kinderen die tijdens de opvang ziek worden krijgen bij ons geen paracetamol. Het onderdrukt de ziekteverschijnselen, waardoor het lastig is om een goed beeld te krijgen van de gezondheidstoestand van het kind. Van ouders hoor je graag bij het brengen, wanneer hun kind thuis nog paracetamol heeft gekregen, zodat je een goede inschatting van de situatie kan maken. Toedienen van paracetamol op bijvoorbeeld voorschrift van de huisarts (bijvoorbeeld ter voorkoming van een koortsstuip) of op verzoek van de ouder bij pijnbestrijding,

kan alleen als de ouder hiervoor het formulier 'verzoek toedienen medicatie' invult en de paracetamol meegeeft. Medicatie die valt onder de Opiumwet Er zijn kinderen met bijvoorbeeld ADHD of een autistische stoornis die medicijnen gebruiken die onder de Opiumwet vallen, zoals Ritalin en Concerta. Deze medicijnen geven ouders in principe thuis. Als dat niet mogelijk is, kan een kind deze medicatie ook op de opvang krijgen. Ouders geven dan alleen die dosis mee die een kind dezelfde dag nog krijgt. Hiervoor vullen ouders ook een formulier 'verzoek toedienen medicatie in. Medicatie die onder de Opiumwet valt, bewaar je in een af te sluiten kast samen met de aftekenlijst 'bewaren medicatie opiumwet' waarop je bijhoudt hoeveel pillen er zijn en wanneer je ze er uithaalt. Als er pillen ontbreken, meld je dit direct bij je clustermanager of bij je bemiddelingsmedewerker. Structureel toedienen medicatie Wanneer het toedienen van medicatie gedurende een langere periode nodig is, overleg je regelmatig met de ouders over de ziekte en het daarbij behorende geneesmiddelgebruik. Wanneer de ouders een nieuwe voorraad geneesmiddelen meebrengen en/of als een kind een nieuw geneesmiddel krijgt, bespreek je in ieder geval de reactie op medicijnen, de reactietijd en de manier van toedienen (hoe verloopt het, hoe kun je het handig aanpakken). Vraag ouders om slechts een kleine voorraad medicatie achter te laten en geef dit meteen weer mee naar huis als het middel niet meer nodig is. Bij structurele medicatie die je incidenteel mag geven, bijvoorbeeld bij een aanval van koorts of benauwdheid, overleg je altijd eerst met de ouder voordat je het aan het kind toedient.	
Visie op vaccineren Ons standpunt over vaccineren Onze organisatie staat achter het belang en de noodzaak van vaccineren volgens het rijksvaccinatieprogramma om kinderen te beschermen tegen de gevolgen van infectieziektes zoals bijvoorbeeld de mazelen. Als kinderen ingeënt worden, is de kans op besmetting namelijk kleiner en het voorkomt dat kinderen ernstig ziek worden. We raden ouders aan om het vaccinatieprogramma te volgen in het belang van de gezondheid van hun kind en die van de andere kinderen op de opvang. Kinderen die niet zijn ingeënt mogen wel naar de opvang komen. Ouders geven bij plaatsing op een locatie in Konnect aan of hun kind volgens het rijksvaccinatieprogramma is ingeënt of de intentie hebben om hun kind te laten inenten. Zij zijn echter vrij om deze vraag niet te beantwoorden. Voor kinderen van het gastouderbureau staat dat in Portabase. Ouders die vragen hebben of aarzelen over een vaccinatie, verwijst je door naar de website van het RIVM voor betrouwbare informatie of naar je clustermanager of bemiddelingsmedewerker (GOB). In de 'RIVM folder vaccineren' kunnen ze ook betrouwbare informatie vinden. Je kunt ook aanbieden om die folder naar hen te mailen. Op basis van de gegevens in Konnect kunnen we een vaccinatiegraad op onze locaties berekenen en is in beeld welke kinderen risico's lopen in het geval er	PM 4.16 standpunt vaccinatie PM 4.17 RIVM folder vaccineren

onverhoopt een uitbraak is in de regio. Dat geldt ook voor de gegevens uit PortaBase. Dat is geen volledig beeld, omdat ouders niet verplicht zijn om informatie te geven over hun deelname aan het rijksvaccinatieprogramma. Op dit moment zien we dat de meeste kinderen op onze locaties zijn ingeënt. Zo handelen om risico's te beperken Wanneer bekend is dat een infectieziekte heerst, laat je de ouders dit zo snel mogelijk weten. Indien nodig verscherp je onze hygiëneregels. In sommige gevallen is een melding bij de GGD noodzakelijk. (zie meldingsplicht infectieziekten). Als het om een ziekte uit het rijksvaccinatieprogramma gaat, gaan we na welke kinderen er gevaccineerd zijn en welke kinderen niet. Samen met de GGD bepalen we vervolgens welke maatregelen er nodig zijn. Als een kind (nog) niet is ingeënt (bijvoorbeeld omdat het kind daarvoor nog te jong is), kunnen ouders zelf kiezen of hun kind wel of niet naar de opvang of de gastouder komt.	
Gezond binnenklimaat Luchtkwaliteit in locaties Een gezonde leefomgeving is van belang voor iedereen. Op een locatie of in een woning met een gezond binnenklimaat, voldoende schone lucht, niet te warm en niet te koud en met een aangenaam geluidsniveau, is het fijn werken en spelen. Een gezond binnenklimaat kan gezondheidsklachten en snellere verspreiding van ziekteverwekkers voorkomen. Om te zorgen voor een gezond binnenklimaat volg je de RIVM-richtlijnen over luchtverversing (ventileren en luchten), temperatuur en het beperken van het gebruik van schadelijke stoffen. Alle afspraken zijn terug te vinden in de preventieafspraken 'gezondheid en hygiëne'. Ventileren en luchten is noodzakelijk Dagelijks voldoende ventileren en vooral vaak luchten is nodig om de lucht in de ruimte te verversen. Dat doe je door in alle ruimten ramen en deuren minimaal een kwartier per dag in zijn geheel open te zetten. Ventileer (luchten via kleine openingen) verder zoveel als kan. Zeker als de kinderen extra actief zijn of zijn geweest. Op iedere locatie is er een Airteq aanwezig, een systeem waarop je de temperatuur, de luchtvochtigheid en het Co2 gehalte van de ruimte kan aflezen. Deze kunnen je clustermanager en de afdeling facilitair ook op afstand monitoren. Controleer regelmatig de temperatuur van de slaapkamers (advies 17-20 graden, maximaal 25 graden) en de groepsruimte (advies 20-23 graden, maximaal 27 graden). Door het aflezen van de Airteq is het heel eenvoudig om op tijd zelf maatregelen te nemen als dat nodig is. Even het raam open zetten als de Co2 waarden te hoog worden (boven de 800 ppm) of de verwarming iets lager zetten als de temperatuur in de groepsruimte stijgt door de zon op de ramen. Hete zomer en het gebruik van airco's Op hele warme dagen is het soms lastig om het binnen koel te houden. Sluit overdag de gordijnen of zonneschermen om de zon zoveel mogelijk buiten te	PM 4.01 Preventieafspraken Gezondheid en hygiëne PM 4.18 GGD folder 'hitte en kinderopvangcentra'

houden. Zet 's ochtends vroeg de ramen en deuren open om te luchten. Zodra de zon op de ramen of deuren schijnt, sluit je deze weer. Laat ze dicht tot het heetste moment van de dag voorbij is. Let op: als alles dicht zit, stijgt het CO₂-gehalte. Zorg daarom voor ventilatie. Dat kan bijvoorbeeld via een deur naar de gang of een raam aan de schaduwkant van de locatie of je gastouderwoning. In de zomer worden ook de slaapkamers vaak warm. Voor jonge kinderen is het belangrijk dat ze in een koele kamer kunnen slapen. Op veel locaties zijn daarom vaste airco's in de slaapkamers aanwezig. In groepsruimtes plaatsen we geen airco's. Gastouders zorgen zelf voor een oplossing die past bij hun situatie en budget. Let op: het gebruik van airco's beïnvloedt het CO₂-gehalte in een ruimte. Heb je airco's op de slaapkamer(s)locatie? Zet deze dan aan vóórdat de kinderen naar bed gaan. Zorg ook voor ventilatie, bijvoorbeeld door een raam op een kier te zetten of de deur een beetje open te laten. Is het erg warm? Kijk dan of er ergens anders in het gebouw of in je gastouderwoning een koelere en veilige plek is waar de jongste kinderen kunnen slapen. Op het prikbord 'Preventie warme dagen' en 'Werken in de hitte en zon' vind je extra afspraken en tips om veilig van warme zomerdagen te genieten. Deze informatie is een aanvulling op de GGD-folder 'Hitte en kinderopvangcentra'. GGD folder 'hitte en kinderopvangcentra'. Schadelijke stoffen Om blootstellingen aan schadelijke stoffen te voorkomen, is er een rookverbod op en rondom alle locaties en in de woning van het gastgezin. Je rookt ook nooit in het zicht van ouders en kinderen. Op locaties is het gebruik van kaarsen niet toegestaan. In plaats daarvan gebruik je LED-kaarsen of LED-waxinelichtjes waarbij je let op losse batterijklepjes. In de preventieafspraken gezondheid en hygiëne vind je nog meer maatregelen om te voorkomen dat kinderen in aanraking komen met schadelijke stoffen. Om legionella te voorkomen, let je erop dat water niet langer dan een week staat. Twijfel je daaraan, gooi dat water weg of spoel de leiding of slang even door. Gebruik daarom ook de brandhaspel van je locatie alleen in geval van brand en niet als 'tuinslang'.	
Gezond buitenmilieu Buitenspelen is gezond Bewegen is goed, voor een lichaam en brein in de groei is bewegen zelfs een noodzaak. Bloedsomloop, spieren en organen worden gestimuleerd. Het bevordert de algehele conditie en het immuunsysteem. Juist het jonge brein heeft de uitdaging en prikkels van bewegen nodig voor groei en ontwikkeling. Het is fijn als een kind veel en vaak naar buiten kan.	PM 5.02.c Preventieafspraken veiligheid-buiten PM 4.19 GGD folder eikenprocessierups

Tijdens het buitenspelen let je goed op de gezondheidsrisico's. Denk hierbij aan het verbranden door de zon, het voorkomen en verzorgen van insectenbeten en de risico's bij het spelen met zand en water. Je vindt een overzicht van die afspraken in de 'preventiemaatregelen gezondheid en hygiëne'. Informatie over giftige planten in je tuin vind je de 'preventiemaatregelen veiligheid-buiten'. Wat je doet als je een nest met eikenprocessierupsen op of vlakbij de tuin ziet staat op de GGD folder eikenprocessierups. Zonbescherming Op zomerse dagen bescherm je kinderen tegen hitte en zon. Even buitenspelen in de zon kan aan het begin en einde van de dag mits ze goed zijn ingesmeerd met een zonnebrandcrème (minimaal beschermingsfactor 30). Op bijna alle locaties zijn er handige dispensers met zonnebrandcrème van CareLyn¹, zodat kinderen ook makkelijker zelf kunnen smeren. Baby's blijven altijd in de schaduw. Tussen 12.00 en 15.00 uur is de zonkracht het sterkst en is het goed om een koelere plek uit de zon op te zoeken. Dat kan een plek in de schaduw zijn of een plek in het gebouw. Zorg eventueel voor extra schaduwplekken. Laat een kind niet bloot in de zon rusten of spelen om zonverbranding te voorkomen. Trek het een katoenen T-shirtje aan met een petje of een katoenen zomerhoedje; nek en schoudertjes verbranden erg snel. Dat geldt ook voor voetjes, trek een kind bijvoorbeeld katoenen sokjes aan.	
Handelen bij zieke kinderen Het zieke kind Ieder kind is wel eens ziek. Dit is vooral vervelend voor het kind, maar ook voor de ouder die hiermee voor de vraag komt te staan: "Kan mijn kind wel naar de kinderopvang of gastouder?" Of een kind wel of niet mag komen/blijven, hangt af van de ziekteverschijnselen, het welbevinden van het zieke kind en de richtlijnen van het RIVM. Informatie over alle ziektebeelden en hoe te handelen, staat op de KIDDI-webiste. Beoordelen of een kind ziek is of niet Of een kind ziek is en misschien naar huis moet, is soms lastig te bepalen. Soms zijn er andere omstandigheden waarom een kind hangerig is of geen zin heeft om mee te doen met de groep. Het is dan belangrijk om het kind gericht te observeren om zo de ernst van de situatie in te schatten. Wanneer het niet goed duidelijk is wat er aan de hand is en waarom een kind zich naar voelt, overleg je met ouders over de situatie. Raadpleeg eventueel de KIDDI-website bij een vermoeden van een besmettelijke ziekte. Wanneer het kind op de opvang of in het gastgezin blijft, dan houd je het kind goed in de gaten. Voelt een kind zich zo naar en is het beter af in de eigen vertrouwde omgeving? Overleg dan met ouders over het eerder ophalen van hun kind. Doe dat ook als je denkt dat een kind medische hulp nodig heeft. Ontstaat er een meningsverschil met ouders over het wel of niet ophalen van hun kind dan zijn de richtlijnen van de RIVM doorslaggevend bij de besluitvorming. Koorts	

¹ De CareLyn SPF30 zonnebrandcrème biedt een verhoogde UVA en UVB bescherming en heeft een Boots 5* classificatie, is extra waterresistent, bevat geen parfum of kleurstoffen. De zonnebrandcrème is PH-neutraal, hypoallergeen en glutenvrij.

Het vermoeden van koorts is geen graadmeter om te bepalen of een kind op de opvang of bij de gastouder kan blijven. Koorts is vaak een momentopname (zeker bij jonge kinderen). Koorts meten gebeurt alleen bij reële twijfel of op verzoek van ouder of huisarts. Op de groep gebruik je hiervoor altijd en met een oor- of infrarood hoofdthermometer. Door niet rectaal koorts te meten respecteren we de persoonlijke integriteit van jonge kinderen het meest en is bij juist gebruik de oor thermometer nauwkeurig genoeg. Als gastouder overleg je met de ouder welk type thermometer je mag gebruiken. Bij twijfel neem je contact op met de ouder. Samen kijk je vervolgens wat het beste is voor een kind en voor de gezondheid van de andere kinderen. Zijn er twijfels over de gemeten temperatuur, dan mag een ouder natuurlijk altijd zelf de koorts van hun kind rectaal komen meten. (Besmettelijke) kinderziekten Van ouders verwachten wij dat zij een besmettelijke ziekte van hun kind melden bij de pedagogisch medewerker of de gastouder. Als een kind een kinderziekte heeft die vermoedelijk besmettelijk is, raadpleeg dan de KIDDI-website. Hier zie je of een kind met zo'n ziekte mag komen. Veel ziekten zijn vaak niet meer besmettelijkheid op het moment dat het kind ziek wordt. Bij twijfel kan de clustermanager of het GOB overleggen met de GGD. Is een kind in lichte mate ziek en ondervindt het weinig hinder hiervan, dan is het op de groep of bij de gastouder welkom. Voor een kind dat zich echt ziek voelt, extra verzorging nodig heeft en niet met het normale dagprogramma mee kan doen, is een dag op de opvang vaak niet fijn. Je kan het zieke kind dan niet die extra zorg en aandacht geven waar het kind behoefte aan heeft. Je kunt de ouder dan vragen om hun kind op te halen.. Inschakelen medische hulp In principe schakelt de ouder bij een ziek kind zelf de huisarts in. Toch kan het zo zijn dat je in sommige situaties of als de ouder niet direct bereikbaar is, rechtstreeks met de huisarts/tandarts van het kind wil overleggen. De gegevens van de huisarts/tandarts van het kind vind je voor locaties in Konnect, als gastouder op het registratieformulier. Bel daarna direct de ouder over het afgesproken beleid met de huisarts/tandarts. In acute situaties bel je direct 112. In de werkwijzer veiligheid staat wanneer je dat in ieder geval altijd doet.	
Kinderen met extra (medische) zorg Ruimte voor kinderen met een zorgvraag Op alle locaties is de opvang van chronisch zieke kinderen in principe mogelijk. Het kan eventueel ook in een gastgezin die daarvoor open staat. Het is afhankelijk van hun zorgvraag en de functionele mogelijkheden van de locatie of het gastgezin. Denk bijvoorbeeld aan kinderen met een chronische ziekte (astma, diabetes, hartafwijkingen etc.), kinderen die medicijnen gebruiken of een ontwikkelingsstoornis of een handicap hebben. Wanneer er extra zorg nodig is dan vraagt dit om afstemming met de ouders. Zo krijgen we een beeld van de extra zorg die nodig is en welke bijzondere handelingen tijdens de opvang nodig zijn. Daarin kunnen we samen werken met andere zorgpartners. Elke beslissing over het plaatsen van een kind met een zorgvraag gebeurt zorgvuldig in overleg met ouders, klantenservice, een clustermanager of	

bemiddelingsmedewerker (GOB). Daarbij houden zij rekening met de samenstelling van de groep of je gezin en de belastbaarheid van pedagogisch medewerkers of gastouder.	
Medische handelingen Wet BIG zorgvuldig toepassen Hoewel je als pedagogisch medewerker of gastouder geen beroepsbeoefenaar bent in de individuele gezondheidszorg, volg je voor de veiligheid van de kinderen toch de Wet BIG (Wet Beroepen in de Individuele Gezondheidszorg). In deze wet staat wie medische handelingen mogen uitvoeren en onder welke voorwaarden. Er zijn drie categorieën van handelingen. ◆ Categorie 1: voorbehouden handelingen Risicovolle handelingen, alleen bevoegde beroepsbeoefenaren mogen deze uitvoeren, zoals een arts of verpleegkundige. ◆ Categorie 2: risicovolle handelingen Deze handelingen mogen alleen na instructie van een arts uitgevoerd worden. Het gaat dan bijvoorbeeld om de volgende handelingen: ○ sonde inbrengen/verwijderen; ○ het bepalen van de suikerspiegel bij diabetici. ◆ Categorie 3: overige handelingen Deze worden verder niet omschreven maar dan gaat het voorbeeld om: ○ het toedienen van medicijnen via een inhalator; ○ het toedienen van zetpillen; ○ het geven van tabletten, drankjes, neusspray of druppels; ○ het verwijderen van pleisters; ○ het aanbrengen van zalf/crème/pilletjes; ○ het verzorgen van lichte verwondingen. Onze afspraken over het verrichten van medische handelingen Je bent niet bevoegd tot het verrichten van voorbehouden en risicovolle handelingen (categorie 1 en 2 Wet BIG). In principe laten we medewerkers en gastouders niet autoriseren voor deze handelingen. Autoriseren is toestemming geven, omdat je van een arts of ouder een instructie hebt gehad voor het verrichten van een risicovolle handeling. We doen dat niet, omdat we onvoldoende kunnen waarborgen dat je voldoende bevoegd bent na instructie en daarna ook bekwaam blijft. Zo proberen we onverantwoorde risico's voor de gezondheid te voorkomen en beschermen we medewerkers en gastouders. Voor medische handelingen bij allergie, diabetes of koortsstuipen maken we een uitzondering. Informatie hierover vind je in het document 'medische handelingen bij allergie, diabetes of koortsstuipen'. Wanneer voor een kind handelingen in de categorie 1 of 2 tijdens de opvang nodig zijn, dan is er overleg met ouders over de volgende mogelijkheden: ◆ de ouder komt zelf op vaste tijden naar de locatie of de gastouder om het kind de medicatie toe te dienen; ◆ de ouder regelt een bevoegd persoon die naar de locatie of de gastouder komt om het kind de medicatie toe te dienen, bijvoorbeeld de wijkverpleegkundige;	PM 4.04 Medische handelingen bij allergie, diabetes en koortsstuipen

◆ je brengt de ouder in contact met een bijvoorbeeld een organisatie voor specialistische verpleegkundige zorg (Allerzorg (medische kindzorg) of Kombino) waarmee ze hierover afspraken kunnen maken. Noodsituaties De Wet BIG is slechts van toepassing op het beroepsmatig verrichten van medische handelingen. In noodsituaties wordt iedereen geacht naar zijn of haar beste vermogen te handelen en kan het verrichten van voorbehouden handelingen in strijd met de wet zelfs noodzakelijk zijn. In dat geval is er sprake van overmacht en levert de hulpverlening geen strafbaar feit op.	
Meldingsplicht infectieziekten Overleg met de GGD bij besmettelijke ziekten We zijn verplicht om de GGD op de hoogte te stellen als één van de volgende situatie zich voordoet: ◆ Meerdere gevallen in één week van acute maag- en darmaandoeningen; ◆ Geelzucht; ◆ Huiduitslag (vlekjes) bij twee of meer gevallen op één groep binnen een twee weken; ◆ Andere ernstige aandoeningen zoals hersenvliesontsteking of meerdere gevallen van longontsteking in korte tijd; ◆ Een opvallend aantal zieke kinderen en/of medewerkers met luchtweginfecties (neusverkoudheid en al bekende luchtwegklachten zoals hooikoorts en astma, rekent de GGD niet tot luchtweginfecties). De clustermanager doet zo'n melding altijd in overleg met de regiomanager. De GGD onderzoekt na een dergelijke melding waardoor de aandoening wordt veroorzaakt en/of geeft aan welke maatregelen nodig zijn om verspreiding van de ziekte tegen te gaan. De gastouder meldt dit altijd bij een bemiddelingsmedewerker. Die doen de melding bij de GGD. Informatie voor ouders over (het vermoeden) van een besmettelijke ziekte Heerst er (vermoedelijk) een bepaalde ziekte, dan willen ouders dat natuurlijk graag weten. Dat doe je op de groep met een bericht op de deur van de locatie of de groep of met een melding via Konnect. Je kunt daarvoor de informatie over het ziektebeeld printen vanaf de website van het RIVM. De gastouder kan dit mailen naar de ouders. In sommige situaties overlegt de clustermanager of de bemiddelingsmedewerker met de GGD voor advies of vervolgstappen of informeert de bedrijfsarts². Het gaat dan bijvoorbeeld over: ◆ het mogelijke besmettingsgevaar; ◆ het risico voor een kind dat (nog) niet is ingeënt; ◆ een verhoogd risico voor een zwangere op een miskraam of aangeboren afwijking bij bepaalde infectieziekten; rodehond, de vijfde ziekte en de waterpokken. Voor deze genoemde ziekten geldt dat als je de infectie hebt doorgemaakt je er de rest van je leven tegen beschermd bent. Je	

² Geldt niet voor gastouders

loopt dan geen risico tijdens je zwangerschap. Ook als je ingeënt bent tegen rodehond loop je geen risico meer.	
Gezond en gevarieerd eten Onze Zes Gezonde Gewoontes Om sterk en gezond te blijven is het belangrijk dat je goed voor je lichaam zorgt. Dat geldt voor iedereen, hoe jong of oud je ook bent. Gezond en gevarieerd eten zijn hiervoor belangrijke ingrediënten. Net als frisse lucht en lekker bewegen. Onze Zes Gezonde Gewoontes geven richting bij het maken van gezonde keuzes. De informatie is kort en bondig en met activerende vragen helpt het je om samen met de kinderen gezonde keuzes te maken. Hoe leuk is dat? Natuurlijk wil je ook dat kinderen vertrouwd raken met de Zes Gezonde Gewoontes. Juist door te ruiken, voelen, proeven, horen, zien en te doen, ervaren kinderen zelf welke producten gezond zijn en dat bewegen in de buitenlucht goed voor hen is. Over de manier waarop je dat kan doen, heb je vast leuke ideeën. Belangrijke voedingsstoffen Vooraf volkoren(vezels), vitaminen en eiwitten zijn voedingsstoffen die nodig zijn om je lichaam gezond te houden. Er is niet één voedingsmiddel waarin alle voedingsstoffen voorkomen. Ook bevatten voedingsmiddelen niet allemaal dezelfde voedingsstoffen en wisselen de hoeveelheden ook nog eens per voedingsmiddel. Daarom is gevarieerd eten voor iedereen zo belangrijk. Als je gevarieerd eet, is de kans het grootst dat je voldoende van alle voedingsstoffen binnenkrijgt. Daarom is het fijn als kinderen dat al jong leren. Aan de hand van de 'keuzelijst voeding' kun je voldoende variëren met gezonde producten voor een lekkere lunch en het groente- of fruitmoment. Water als standaard Ons lichaam heeft water nodig om gezond te blijven en is ook een prima dorstlesser. Wanneer een kind vanaf het begin water of (lauwe) thee leert drinken, went het niet aan zoete dranken als diksap, fruitsap of aanmaaklimonade. Zo krijgt een kind minder suiker binnen en dat is fijn. Want de hersenen van een kind kunnen verslaafd raken aan het gevoel dat het eten van suiker geeft. En daarbij is teveel suiker eten en drinken een belangrijke oorzaak van overgewicht. Bij elk drinkmoment op de locatie staat er voor kinderen water op tafel. Gezond variëren kan met (vruchten)thee of water met een schijfje fruit, komkommer of bijvoorbeeld munt. Bij de lunch staat er op locatie ook melk en sojamelk op tafel. Tussendoor kunnen kinderen altijd water drinken als zij dat willen. Als het warm is of na een flinke fysieke activiteit is een extra glas water altijd lekker. Ook gastouders adviseren wij om kinderen bij voorkeur water of (vruchten)thee aan te bieden Volop groente en fruit Groenten zijn een belangrijk onderdeel van gezonde voeding en zijn lastig te vervangen door andere voedingsmiddelen of vitaminepreparaten. Kinderen die	PM 4.02 Zes Gezonde Gewoontes PM 4.14 Keuzelijst voeding

van jongs af regelmatig groenten en fruit eten, blijven dat vaak ook doen. Juist doordat je dagelijks bij elk eetmoment groente of fruit op tafel zet, wordt groente en fruit eten heel gewoon. Van groene kiwi tot rode appel, van oranje wortel tot gele paprika, er is volop variatie mogelijk. Groente en fruit geven kleur aan het eten, zitten vol smaak, vitaminen en vezels en zijn lekker gezond. Zeker als je kiest voor fruit en groente uit het seizoen. In de 'keuzelijst voeding' staan genoeg suggesties om eens te proberen met de kinderen.

Eiwitten

Eiwitten zijn onmisbare bouwstoffen, zeker voor kinderen in de groei. Zo helpen eiwitten bij het opbouwen en het behoud van spiermassa. Daarnaast hebben botten eiwitten nodig voor groei en het behoud van flexibiliteit. Gelukkig komen eiwitten voor in veel producten die je dagelijks op tafel zet. Denk aan melk, boter, brood, kaas en pindakaas. Maar ook avocado, pompoen, banaan, maïs en dadels zijn eiwitrijk en vinden kinderen vaak lekker. Zo is er genoeg keuze om mee te variëren.

Het past bij een gezond en gevarieerd voedingspatroon om bij iedere maaltijd iets eiwitrijks te eten. Dat kan een schaalkje kwark bij het ontbijt zijn, kaas op de boterham of een eitje als tussendoortje. Juist door die verspreiding over de dag krijgt het lichaam de tijd voor de opname en verwerking van de eiwitten.

Volkoren (vezels)

Het is belangrijk dat elke maaltijd ook voldoende 'voedingsvezels' bevat. Dat is belangrijk voor een goede werking van de darmen. In groente, fruit en volkorenproducten zitten de meeste voedingsvezels. Vanaf ongeveer één jaar kan een kind bijna alle volkorenproducten mee-eten. Voor sommige kinderen is dat best even wennen. Volkorenproducten zien er soms een beetje anders uit en hebben vaak een meer stevige textuur die anders aanvoelt in je mond. Het is goed om daar rekening mee te houden. Begin bijvoorbeeld met fijn volkorenbrood en maak na gewenning de overstap naar wat grover volkorenbrood.

Ook met volkoren producten kun je makkelijk variëren denk aan een volkorencracker of een volkorenbeschuitje. Zelfs van de krentenbol is er een volkorenvariant. Lekker voor een feestelijk ontbijtmoment.

Samen eten

Eten en drinken biedt kinderen de gelegenheid nieuwe ervaringen op te doen, eigen smaken en behoefte te ontdekken en zorgt voor sociale momenten. Een fijne sfeer aan tafel creëer je door er echt een gezamenlijk moment van te maken. Laat kinderen, die willen, helpen de tafel te dekken. Maak gezellige bordjes met rauwkost, fruit en gezond broodbeleg, zodat dit er uitnodigend uitziet.

Je eet samen met de kinderen (dat kan ook in kleine groepjes) aan tafel. Dat doe je op vaste momenten, zodat kinderen eraan wennen om niet de hele dag te eten. Je begeleidt kinderen bij de maaltijd (pedagogisch mee-eten) en je hebt daarbij een voorbeeldfunctie.

Op de groepen heb je dezelfde productkeuze als de kinderen. Eet je als pedagogisch medewerker liever iets anders? Of eet je andere producten (niet uit de Schijf van Vijf) vanwege een allergie of dieet? Eet dit dan in je pauze.

Kinderen mogen zelf kiezen welk beleg ze willen, zelf hun boterham smeren en hun beker inschenken. In het begin hebben ze daarbij natuurlijk nog wat hulp van jou nodig. Er is geen vaste volgorde in hartig of zoet omdat het één niet beter is dan het ander. Dwing een kind niet tot eten, het bepaalt zelf wat het eet en hoeveel het daarvan eet. Natuurlijk mag je een kind wel stimuleren om ook nieuwe smaken te proeven.

Voorkom dat kinderen (te) lang wachten aan tafel of lang aan tafel zitten. Vind hierin de juiste balans tussen het sociale aspect en wat past bij de leeftijd. Voor jonge kinderen is bijvoorbeeld wachten met eten totdat iedereen iets heeft, vaak nog te veel gevraagd. Ook BSO-kinderen willen uit school misschien eerst even spelen voordat ze een gezamenlijk eet- en drinkmoment hebben. Na het eet- en drinkmoment mogen de kinderen helpen met het afruimen van de tafel en maken ze hun eigen handen en gezicht weer schoon.

Drinken uit een beker

De overgang van een flesje naar een gewone beker is een belangrijke stap in de ontwikkeling van een kind. Deze ontwikkeling kost tijd en vraagt wat meer hulp en geduld van jou. Zelfstandig leren drinken gaat nu eenmaal in kleine stapjes en morsen hoort daarbij. Om de beker op te tillen, stevig vast te houden, de juiste hoeveelheid te drinken en de beker weer netjes neer te zetten is veel coördinatie nodig en dat vraagt veel oefening. De gemiddelde leeftijd waarop baby's beginnen met het leren drinken uit een beker ligt tussen de 6 en 8 maanden. Wanneer precies het beste moment is, verschilt per kind en doe je in overleg met de ouders. Bij voorkeur drinkt een kind vanaf dat moment uit een gewone open beker (met oortjes) of een 360°graden oefenbeker. Dat is het beste voor de ontwikkeling van de mondmotoriek.

Tussendoortjes

Met fruit en groente als tussendoortje zit je altijd goed. Door het op een gezellige manier aan te bieden, maak je groente en fruit eten leuk. Snij snoeptomaatjes of druiven altijd doormidden, omdat een kind zich er anders in kan verslikken. Naast groente en fruit hebben kinderen tot 4 jaar eigenlijk niets meer tussendoor nodig. Ook de oefenhapjes voor baby's zijn gemaakt van groente en fruit. Bij de BSO krijgen de kinderen naast groente en fruit nog één ander (klein) tussendoortje. Denk aan een volkoren cracker met gezond beleg, een handje noten of gedroogd fruit. Hebben kinderen echt trek, geef ze dan nog een volkoren boterham of een schaalje kwark. Ook gastouders adviseren we om op deze manier om te gaan met tussendoortjes

Feestmomenten en traktaties

Bij het vieren van speciale momenten, zoals een verjaardag, de juni-Junismaand of de feestelijkheden in december, leggen we steeds meer de nadruk op het feest in plaats van de traktatie. Dat is best even wennen. Zo'n verandering kost ook tijd. Met elkaar probeer je zo vooral stil te staan bij het feestelijke moment zelf en daarvan te genieten met bijzondere rituelen.

Verjaardagsrituelen

Binnen je locatie kun je steeds een verjaardagsritueel kiezen dat past bij (de leeftijd van) het kind en daarbij speel je in op de behoeften en wensen van een kind. Een kind dat 1 jaar wordt heeft nog weinig besef van een verjaardagsfeestje en daarom vieren we dat feestje niet uitgebreid op de groep. Het feestje thuis maakt vaak al voldoende indruk. Natuurlijk zijn er wel felicitaties en aandacht voor kind en ouders op deze bijzondere dag.

Voor het vieren van verjaardagen heeft elke BSO eigen tradities en rituelen. Zo zijn er bijvoorbeeld BSO's die één keer in de maand alle verjaardagen vieren van kinderen die in die maand jarig zijn. Hoe ze dat moment invullen, overlegt de mentor van tevoren met de kinderen. Dit kan van alles zijn: iets knutselen, samen een spel doen, een speurtocht in het park, een disco of iets koken. In de database van Doenkids staat hiervoor volop inspiratie. Op de dag zelf laat je de verjaardag van een kind natuurlijk niet onopgemerkt voorbij gaan. Samen zingen of een mooie verjaardagskaart zorgen altijd voor een speciaal momentje voor het jarige kind.

Over het vieren van verjaardagen in het gastgezin maak je als gastouder afspraken met de ouder. Uitgangspunt hierbij is dat je vooral kijkt naar de behoefte van het kind. En dat je het vooral klein houdt als je een feestje viert. Vaak heb je hiervoor zo je eigen tradities. Trakteren mag maar hoeft niet. Een gezonde traktatie heeft de voorkeur.

Om de rust op de groep te bewaren en de hoeveelheid prikkels te beperken vieren we verjaardagsfeestjes op locaties zonder ouders. Natuurlijk krijgen ouders van jullie via de ouderapp een foto van dit bijzondere moment. Bij een afscheidsfeestje is het natuurlijk wel leuk als de ouders erbij zijn, zodat jullie er een echt afscheidsfeestje van kunnen maken.

Trakteren

Een traktatie kan ook prima met gezonde ingrediënten. Die bevatten minder vet, suiker en zout en passen in een gezond voedingsbeleid. Gezond trakteren is soms best een uitdaging voor ouders. Op de locaties zorgen wij met plezier op het feestmoment zelf voor een gezonde traktatie. Voor kinderen van 2-4 jaar mogen ouders dit ook zelf doen, maar het hoeft niet. Wil een ouder wel trakteren en zoeken ze inspiratie? Verwijs hen dan door naar de website van het Voedingscentrum of naar de website gezond trakteren.nl.

Wij hebben de voorkeur voor kleine gezonde, eetbare traktaties. Kleine cadeautjes zijn vaak van kunststof en daardoor niet zo duurzaam. Kleurpotloodjes of stoepkrijtjes of een boek voor de groep zijn wel een verantwoorde keuze. Voor pedagogisch medewerkers hoeft een ouders niets speciaals mee te nemen. De mentor neemt twee weken van tevoren contact op met de ouders van de peuters om hierover afspraken te maken.

Een traktatiemoment op locatie valt altijd samen of komt in de plaats van een ander eet- of drinkmoment. Kinderen trakteren alleen in de eigen groep en alleen aan die kinderen die op dat moment aanwezig zijn. Zo voorkom je een voorraad in de mandjes van de kinderen. Is een traktatie best groot, bewaar dan een deel voor een ander moment op de dag.

Natuurlijk is er ook wel eens ruimte voor een uitzondering. Onze 'keuzelijst voeding' heeft daarvoor een speciale kolom met voldoende gezonde inspiratie. Welke momenten voor je locatie als uitzondering gelden, vind je in jullie locatie-specifieke pedagogisch beleidsplan. Vakantiedagen op de BSO zijn dat bijvoorbeeld niet. Ook dan wordt er zo gezond mogelijk gegeten en is er fruit, groente of een cracker als tussendoortje. Bij een feestelijk paasontbijt of een kerstlunch kan bijvoorbeeld wel een keer vruchtenhagel op tafel staan. Tijdens een uitstapje is een ijsje best een keer lekker, maar past een patatje halen weer niet bij ons gezonde voedingsbeleid. En pannenkoekendag kan prima met volkoren pannenkoeken en banaan of appel als beleg. Organiseren jullie een feestelijk moment op locatie dat niet in het locatie-specifieke pedagogisch beleidsplan staat? Overleg dan even met je clustercoördinator of clustermanager.	
Voedingsaanbod Verantwoord en voldoende variatie Eten en drinken hoort erbij tijdens de opvang. Op locaties hoeven ouders niet zelf mee te geven. Bij gastouders gaat dat in overleg met de ouder. Wanneer ouders voor hun kind dieetwensen hebben dan vragen we hen soms om eventuele vervangende voedingsmiddelen zelf mee te geven. Het gaat dan om producten die we niet kunnen bestellen bij onze vaste leverancier of waarvan het bewaren extra handelingen vraagt. Op de locatie zorg je iedere dag voor voldoende variatie in het aanbod van broodbeleg, drinken, groenten, fruit en soms een ander klein tussendoortje. Alle boodschappen kun je aan de hand van de keuzelijst voeding via jullie leveranciers bestellen. Overleg altijd met je clustermanager als je incidenteel wilt afwijken van deze keuzelijst. Bij het samenstellen van het voedingsaanbod op locatie is de Schijf van Vijf van het Voedingscentrum ons uitgangspunt. Eten volgens deze Schijf van Vijf zorgt ervoor dat een kind voldoende mineralen, vitamines, eiwitten, koolhydraten, vetten en vezels binnenkrijgt. Producten die niet in de Schijf van Vijf staan zijn te zout, te zoet, bevatten ongezonde vetten of te weinig vezels. Bied je een kind daar teveel van aan dan is dat ongezond. Het Voedingscentrum verdeelt deze minder gezonde producten in twee categorieën; dagkeuzes en weekkeuzes. Producten uit de 'dagkeuze' categorie zijn kleiner en minder ongezond dan de weekkeuzes. Op onze locaties staan 'dagkeuze' producten voor variatie of smaakontwikkeling op tafel. Een aantal producten uit de 'weekkeuze' staat als uitzondering voor feestmomenten op de keuzelijst . Babyvoeding Voor baby's op de locaties is er de standaard flesvoeding van Nutrilon, inclusief de bijbehorende flessen en spenen. Als ouders andere wensen hebben ten aanzien van flesvoeding, vraag hen dan om dit van huis mee te nemen. In de gastouderopvang nemen ouders voeding voor de baby altijd zelf mee.	PM 4.12 Keukenposter babyvoeding PM 4.14 Keuzelijst voeding PM 4.15 Voedings- verschoon- en slaaplijst

Voor baby's volg je het eigen voedingsschema, dat je met de ouders afstemt. Als een kind nog borstvoeding krijgt, stem je samen met de ouder de voedingen af. Vraag aan de ouder, die werk en borstvoeding geven wil combineren, wat je kunt doen om haar te ondersteunen. Zo kun je bijvoorbeeld met een ouder die in de buurt werkt, afspreken dat zij langskomt om haar baby zelf te voeden. De ouders kunnen ook afgekolfde borstvoeding meegeven. Ook het geven van de eerste hapjes stem je af met hen. Fruithapjes voor baby's maak je op locatie zelf van verse producten. De gastouder spreekt met de ouder af wie voor het fruithapje zorgt. Als ouders willen dat hun baby ook een groentehapje krijgt, vraag hen dan om dit zelf mee te brengen. Belangrijke informatie over het meebrengen en bewaren van babyvoeding staat op de 'Keukenposter babyvoeding'. Die hangt op een zichtbare plek in de keuken van een locatie en kun je ook meegeven aan ouders tijdens het kennismakingsgesprek. In Konnect leg je de afspraken die je met ouders maakt over de voeding en het voedingsschema vast. Je informeert de ouders van de jongste kinderen (≤ 18 maanden) via Konnect ook over de voedingsmomenten, net als over de verschoon- en slaapmomenten. Ter ondersteuning kun je overdag de 'Voedings-verschoon- en slaaplijst' bijhouden waarop je deze momenten noteert. Aan het einde van de dag zet je deze informatie dan voor de ouder in Konnect. Gastouders gebruiken hiervoor een heen-en-weer schriftje.	
Koken en bakken met de kinderen Met gezonde ingrediënten kokkerellen Onder jouw begeleiding is het voor kinderen leuk en leerzaam om zo af en toe eens te koken of te bakken, het liefst natuurlijk met gezonde producten. Zo maken kinderen kennis met verschillende smaken en geuren en experimenteren ze met verschillende ingrediënten. Spelenderwijs leren ze wat goede voeding is en waar het voedsel vandaan komt. Wat je zelf bereidt, wil je meestal ook wel proeven. Om te voorkomen dat dit extra calorieën voor kinderen zijn, kies je ervoor om: ♦ het gerecht op te eten tijdens vaste eet-/drinkmomenten óf ♦ (een deel) van de zelfgemaakte gerechten mee naar huis te geven óf ♦ ouders aan het eind van de dag uit te nodigen om mee te proeven. Kijk voor tips en inspiratie voor gezond koken en bakken met kinderen ook eens in het kookboek van 'moestuin tot tafel', gemaakt door medewerkers en kinderen van Junis.	

Bouwstenen kwaliteit werkwijzer gezondheid, hygiëne en voeding

Deze bouwstenen beschrijven de gezondheidsrisico's tijdens de opvang en geven een beeld van de maatregelen om deze risico's te verkleinen. Tegelijkertijd hebben we een rol bij het aanleren van een gezonde leefstijl bij kinderen. Door deze maatregelen regelmatig te evalueren en eventueel bij te stellen creëren we een goede balans tussen gezondheid enerzijds en ruimte om te ontwikkelen en experimenteren (en fouten te maken) anderzijds. Dat is belangrijk om te weten.

RISICO'S HERKENNEN en BENOEMEN

- ◆ Een kind wordt (ernstig) ziek door het contact met ziektekiemen of virussen.
- ◆ Een kind krijgt verkeerde medicatie of medicatie wordt op een foutieve wijze toegediend.
- ◆ Een kind krijgt onhygiënisch bereid voedsel of te veel en te vaak ongezond voedsel.
- ◆ Een kind beweegt te weinig.
- ◆ Een kind verblijft in een onhygiënische omgeving.
- ◆ Een kind verblijft in een ongezond binnen en/of buitenmilieu.

MAATREGELEN NEMEN

- ◆ We bevorderen een gezonde leefstijl.
- ◆ We gaan lekker vaak naar buiten met de kinderen en stimuleren contact met de natuur.
- ◆ We hebben aandacht voor kinderen met een allergie of intolerantie.
- ◆ Handen wassen is bij ons heel gewoon.
- ◆ We zorgen voor een schoon en fris gebouw/woning
- ◆ We handelen zorgvuldig bij het geven van medicijnen.
- ◆ Ouders krijgen informatie over ons gezondheidsbeleid.

EVALUATIE EN BIJSTELLING

- ◆ Vanuit onze pedagogische visie werken we aan een cultuur waarbinnen we elkaar durven aanspreken op zaken die beter kunnen.
- ◆ We registreren (bijna)fouten, (bijna)ongevallen en gevaarlijke situaties centraal in de verbeter- en aandachtregistratie, analyseren de situatie en kijken welke maatregelen nodig zijn. Clustermanagers bespreken dit met beroepskrachten, beroepskrachten in opleiding, groepshulpen, stagiairs en eventuele vrijwilligers en ook altijd in hun werkoverleg met de regiomanager. Bemiddelingsmedewerkers bespreken dit met gastouders
- ◆ Clustermanagers registreren verbetermaatregelen en de opvolging daarvan in het Plan van Aanpak 'Veiligheid en Gezondheid' van de locatie.
- ◆ De afdeling Pedagogiek en Kwaliteit analyseert de verbeter- en aandachtregistratie 4 keer per jaar en brengt hierover 2 keer per jaar verslag uit aan het managementteam. Het is ook input voor de risico-inventarisatie van het primaire proces die het managementteam twee keer per jaar doet.
- ◆ Aan de hand van interne checks door de afdeling Pedagogiek en Kwaliteit kijken we wat in de praktijk op locaties werkt en wat niet. Ze gaan daarvoor in gesprek met medewerkers over werkafspraken en procedures of zetten een vragenlijst uit. Dit is vaak objectieve feedback waarop we als organisatie tussentijds op kunnen sturen.

- ◆ Voor het vaststellen van de documenten van ons veiligheids- en gezondheidsbeleid hebben de ouderraad en de lokale oudercommissies een adviserende rol. De bestuursadviseur en de clustermanagers dragen hier zorg voor.