

## Protocol veilig buiten spelen

### *Inhoudsopgave:*

- 1 Inleiding
- 2 Controle (speel)tuin gastouder
- 3 Buiten spelen bij regen, zon en kou
- 4 Zwembad(je) in de tuin
5. Water rondom huis
6. Gezond- en veiligheid

### *Inleiding:*

Elke dag even buitenspelen is belangrijk voor de kinderen. Zij kunnen door rennen, fietsen etc. al de energie even kwijt om daarna weer rustig in de groep te kunnen spelen. Natuurlijk zorgen vooral de weersinvloeden ervoor dat buitenspelen wordt belemmerd. Het regent of het is wel heel koud om naar buiten te gaan! Toch is het van belang dat er elke dag even een frisse neus wordt gehaald. In dit protocol staat beschreven waar je op moet letten bij het buitenspelen met de verschillende weersinvloeden en welke maatregelen en aanpassingen er zijn om elke dag even te kunnen uitwaaien.

### Controle (speel)tuin gastouder

Voordat er buiten gespeeld kan worden dient de (speel)tuin te worden gecontroleerd.

Aandachtspunten die dienen te worden gecontroleerd:

1. Aanwezigheid van verontreiniging van de (speel)tuin, het gras en de zandbak in de vorm van ongedierte, uitwerpselen, glas, sigaretten, afval etc.
2. Controle of alle hekjes/poorten goed zijn afgesloten.
3. Eventueel kapot speelgoed verwijderen.
4. Controle oneffenheden (speel)tuin: Denk hierbij aan gladde plekken van ijs, mosplekken in de schaduw of scheven tegels.
5. Controle kleine voorwerpen. Verwijder kleine voorwerpen die in de mond kunnen worden genomen uit de (speel)tuin.

### *Vastzetten tuin en/of achterdeur:*

Tijdens het buitenspelen kun je de buitendeur openlaten, voor het contact met de gastkinderen. De buitendeur dient buiten met een haak aan de muur te worden vastgezet om het klemmen van vingertjes te voorkomen. Het hekje dient gesloten te zijn wanneer de buitendeur open staat. Kinderen mogen niet zelf aan het hekje komen.

### *Toeziht:*

Tijdens het buitenspelen is er bij jonge kinderen ten alle tijden een gastouder aanwezig. Een stagiaire of vrijwilliger mag nooit alleen de verantwoordelijkheid dragen voor de gastkinderen. Indien er iets dringends binnen moet worden geregeld is de gastouder verantwoordelijk voor wat er buiten gaande is.

### *Spelen:*

Houd rekening met de leeftijdsfase en het speelgedrag van het kind. Maak vooraf duidelijke afspraken waar de kinderen mogen fietsen en waar de kleinste kinderen spelen. Houd deze bij voorkeur zover mogelijk uit elkaar. Beperk druk spelen wanneer er veel kleine kinderen zijn.

### *Zandbak:*

De zandbak moet afgeschermd kunnen worden met een net, gaas of plaat om honden en katten te beletten het zand te bevuilen met uitwerpselen.

De mazen van gaas of net moeten klein genoeg zijn om vooral katten tegen te houden. Het net moet strakgespannen zijn zodat het niet op het zand ligt. Naast vervuiling door honden/kattenpoep heb je meer soorten vervuiling: fysisch (glas, sigarettenpeuken). Bacteriologisch (bladeren etc.).

Microbiologisch (schimmels). Zon, regen en wind zorgen voor een natuurlijke reiniging van het zand. Bij voorkeur de zandbak niet afdekken met een plank of deksel omdat het zand hierdoor erg vochtig blijft en er schimmelvorming kan ontstaan. Controleer het zand voor dat erin gespeeld wordt. Eventuele aanwezige verontreiniging dient direct te worden verwijderd. Het zand moet worden verschoond als uitwerpselen van honden of katten in het zand worden aangetroffen, die er langer dan 3 weken in hebben gelegen.

a. Zand moet goed vormbaar zijn bij een zekere mate van vochtigheid. - Zand mag niet geel afgeven aan handen of kleren. - Het gehalte organische stof (planten resten) moet laag zijn. - Meestal wordt duinzand of bergzand gebruikt als meest ideale zand om mee te spelen. - Rivierzand is te grof en daarom niet geschikt als speelzand.

b. Verversen van het zand. Het zand moet minimaal een maal per jaar verversen worden bij voorkeur voor het begin van het speelseizoen. Zand kan ook gestoomd worden. Bij zichtbare langdurige vervuiling uitwerpselen moet het zand in het geheel worden vervangen.

c. Hygiëne eisen. - Niet eten en drinken in de zandbak. - Kleding uitkloppen na het spelen in de zandbak. - Apart speelgoed voor de buitenzandbak. Speelgoed na het spelen opbergen in berging. - Buitenspeelgoed. Buiten speelgoed 4x per jaar schoonmaken. - Na het spelen in de zandbak worden de handen gewassen.

Buitenspelen in de regen, de zon of de kou:

#### *Buitenspelen in de regen*

Niets is voor kinderen leuker dan in de plassen stampen en rennen.

Waar moet je rekening mee houden met het spelen in de regen:

- Alleen kinderen die zelf kunnen lopen, kunnen naar buiten
- Zorg bij alle kinderen voor regenkleding, zij moeten tenslotte hun eigen kleding nog de hele dag dragen,
- Droog de kinderen goed af wanneer je klaar bent met spelen en trek eventueel droge kleding aan.

#### *Buitenspelen in de zon.*

De zon schijnt, kinderen voelen zich lekker bij mooi weer. De zon zorgt ook voor de aanmaak van

vitamine D, dat is goed voor hun botten. Maar te veel zon is niet gezond. Niets is zo vervelend als een roodverbrande huid. Andere nadelen van te veel zon kunnen pas op latere leeftijd aan het licht komen, zoals huidveroudering, maar ook huidkanker. Met de juiste bescherming kan veel ellende voorkomen. Elke keer als de huid verbrandt, raken huidcellen beschadigd door de UV-straling. En juist bij kinderen komt die beschadiging hard aan. Hun huidcellen zijn extra kwetsbaar. Bovendien zijn ze in de groei: de celdeling gaat zo snel dat er soms te weinig tijd is om alle beschadigde huidcellen te herstellen voordat ze zich weer gaan delen. In die cellen ontstaan dan als het ware 'littekens', die kinderen hun leven lang meedragen. Dit is aan de buitenkant niet te zien, want die beschadigingen zitten diep in de huidcellen. Maar hoe meer 'littekens', hoe groter de kans dat een kind op latere leeftijd huidkanker krijgt.

*Daarom is bescherming zo belangrijk, zeker voor kinderen.*

#### *Zonkrachtwaarden*

De zonkracht wordt weergegeven op een schaal van 1 tot 10. In Nederland staan verwachte zonkrachtwaarden in de weerberichten in de krant of op internet: Op radio en tv wordt alleen melding gemaakt van zonkracht 6 of hoger. Net als de weersverwachting is dit een voorspelling.

0 Geen zonkracht

1-2 Vrijwel geen zonkracht

3-4 Zwakke zonkracht

5-6 Matige zonkracht

9-10 Zeer sterke zonkracht

De zonkracht wordt bepaald door: Het jaargetijde: in de zomer is in Nederland de zonkracht sterker dan in de winter. In de tropen daarentegen maakt het jaargetijde niet uit. Het tijdstip op de dag (oftewel de stand van de zon): uv-straling is in Nederland het sterkst tussen 11 en 15 uur. De afstand die UV-stralen door de dampkring moeten afleggen is dan het kortst. De plaats op aarde: hoe dichterbij de evenaar, hoe sterker de uv-straling. Maar ook: hoe hoger (in de bergen), hoe sterker de UV-straling. De mate van weerkaatsing: uv-straling wordt sterker door weerkaatsing via sneeuw, zand en water. Bewolking: door een dichtbewolkte lucht komt nauwelijks uv-straling, bij heilig weer kan de doorlating van UV-straling toch aanzienlijk zijn. Bij schapenwolkjes kan de intensiteit van UV-straling zelfs toenemen doordat straling gereflecteerd wordt tussen de wolken.

Indien het warm is buiten vergt dit een ander beleid dan bij een normale temperatuur. Kinderen raken sneller oververhit, er worden andere speelmaterialen met daarbij behorende gezondheidsveiligheidsrisico's.

Daarom dienen de onderstaande aandachtspunten in acht te worden genomen:

- \* Kinderen onder een jaar mogen alleen in de schaduw spelen, zij moeten direct zonlicht vermijden.
- \* Bij zonnig weer is het belangrijk schaduw te creëren middels parasols, schaduwdoeken e.d.
- \* Kleding (ook een petje/hoedje), biedt de beste bescherming tegen de zon. Vraag indien mogelijk aan de vraagouders de kinderen thuis al in te smeren met een factor 30 of meer en passende kleding c.q. hoofddeksels te verzorgen.
- \* Van 12 tot 15 uur wordt de zon vermeden en wordt er in de schaduw gespeeld.
- \* Bij warm weer krijgen de kinderen meer drinken aangeboden dan normaal. Naast uur is er ook een drinkmoment om uur voor de kinderen die niet slapen.
- \* Wanneer het erg heet is het slim de activiteiten aan te passen, rustiger aan te doen en is vaker rusten belangrijk.

Elke huid reageert anders en daarom is het van belang dat je hiervan op de hoogte bent bij elk kind.

### *Huidtype*

#### Verbrandingservaring

1. 1 verbrandt zeer snel
2. 2 verbrandt snel
3. 3 verbrandt niet snel
4. 4 verbrandt bijna nooit

#### Bruiningservaring

1. Wordt niet bruin
2. Wordt langzaam bruin
3. Wordt makkelijk bruin
4. Bruint zeer goed

#### Uiterlijke kenmerken

1. Zeer lichte huid, vaak sproeten, rood of lichtblond haar, blauwe ogen.
2. lichte huid, blond haar, grijze, groene of lichtbruine ogen.
3. licht getinte huid, donkerblond tot bruin haar, vrij donkere ogen.
4. een van nature getinte huid, donker haar, donkere ogen.

#### *Anti-zonnebrandmiddelen:*

Anti-zonnebrandmiddelen zijn gemaakt om zonnebrand te voorkomen. Ze bevatten UVfilters waardoor minder UV-straling de huid bereikt. Een middel dat alle UV- straling wegfiltert bestaat niet. Gebruik van een anti-zonnebrandmiddel is geen vrijbrief om onbeperkt te zonnen. Wie dat doet, vergroot zelfs de kans op huidkanker. Een antizonnebrandmiddel moet gezien worden als een aanvullende maatregel, naast het dragen van kleding en het opzoeken van de schaduw in plaats van de volle zon.

Zorg dat je als gastouder de kinderen voorafgaand het buitenspelen altijd insmeert met een anti-zonnebrandmiddel. Zorg dat dit middel minstens factor 30 bevat. Zorg dat je in overleg met de vraagouders weet welke middelen je voor welk kind moet gebruiken; let hierbij ook op huidallergieën of andere lichaamsreacties. Tijdens de zonnige periode worden de kinderen iedere 2 uur opnieuw ingesmeerd. Herhaal het insmeren na het zwemmen. Waterproof-producten zullen toch voor een deel verdwijnen bij het afdrogen of spelen in het water en zand. Smeer kinderen daarom ook met deze producten regelmatig in.

#### *Overlast insecten:*

Bij overlast van wespen of ander ongedierte dient er een hor voor de deur worden geplaatst of de deur te worden gesloten. Beperk zoet eten en drinken. - Bij buiten drinken worden rietjes of tuitbekers gebruikt om te voorkomen dat een bij of wesp in de mond van een kind terecht komt.

- Plakkerige monden worden direct gereinigd.

#### *Buitenspelen met koud weer.*

Slim om met de vraagouders te overleggen dat er rekening gehouden wordt met de kleding van de kinderen. Een warme jas, hoofddeksel, sjaal en wanten zijn daarom van essentieel belang.

Kleding dient te worden aangepast aan de temperatuur. Indien een kind niet de juiste kleding mee heeft kan hij/zij niet mee naar buiten. De speeltijd zal moeten worden aangepast bij extreme koude temperaturen. Een frisse neus halen bij extreme koude is vaak al voldoende. Voor het buitenspelen bij koud weer moet de (speel)tuin extra worden gecontroleerd op gladde plekken.

's-ochtends dient bij openen te worden gestrooid met zout.

#### Zwembad(je) in de tuin

Prettig voor de gastkinderen, een zwembad(je) in de tuin!

Met een opblaasbadje of een zwembad waarbij de hoogte van het bad beneden de 1.20 meter is gelden de volgende maatregelen- tips:

Zorg dat je je (gast)kind(eren) altijd kan zien!!

Een zwembad(je) mag voor de kinderen zonder zwemdiploma('s) niet direct toegankelijk zijn. (minimaal 1,20m hoog) Zorg dat het trapje of andere omhoog klim mogelijkheden weggehaald worden.

Zorg voor zwembadjes bij de kinderen.

Blijf bij de kinderen, (<3jaar) zo dichtbij dat je ze kan aanraken.

Laat geen andere kinderen opletten.

Zorg dat je niet afgeleid wordt door je telefoon e.d.

#### *Verdere tips:*

\*In het zwembad mag niet worden gegeten of gedronken. Kinderen dragen zwemluiers indien zij niet zindelijk zijn.

\* Het zwembad wordt gecontroleerd op bladeren, ongedierte en vuil, deze kunnen bacteriën achterlaten in het zwemwater wat bij incidentele consumptie van de kinderen kunnen leiden tot buikklachten.

\*Bij zichtbare vervuiling wordt het zwemwater direct ververs. - Het zwembad wordt dagelijks gereinigd door: \* Leeg laten lopen. \* Uitspuiten met de tuinslang.

\* Op zijn kop laten drogen.

#### Water rondom huis/opvanglocatie

In Nederland is veel water niet bedoeld om te zwemmen. Denk maar eens aan sloten en meren voor waterbeheersing, rivieren en grachten voor scheepsvaart en vijvers met een sierfunctie. Niet echt veilig voor volwassenen om in terecht te komen, laat staan voor kinderen. Kinderen komen soms onbedoeld in het water terecht door een steile helling naar het water toe, een onregelmatige walkant, kroosvorming, een modderige helling of door gladde stenen. Wat kun je als gastouder doen?

#### *Rondom de vijver:*

Je kunt het gevaar helemaal buitensluiten door de vijver te dempen. Maak er bijvoorbeeld een (tijdelijk) een zandbak van. Als je de vijver wilt of kunt dempen, dan kun je volgende maatregelen nemen om de vijver zo veilig mogelijk te maken:

-Maak een afscherming rond vijver of tuin waar de kinderen niet doorheen kunnen. Een hek moet een hoogte hebben van minimaal 1,20 meter en verticale spijlen met een afstand van maximaal 10cm tussen de spijlen.

-Houd altijd toezicht op de kinderen op de

-Ruim direct na het spelen het speelgoed bij de vijver op.

#### *Water in de wijk:*

Scherm je tuin goed af, zodat de kinderen niet zomaar naar buiten kunnen wandelen en dus in de buurt van water kunnen komen

Als de kinderen de leeftijd hebben dat zij buiten op straat of in de speeltuin gaan spelen; maak duidelijke afspraken met hen.

Als er speelgoed in open water valt, maak duidelijk dat zij hiervoor altijd een volwassene erbij roepen.

Wat kun je van de gemeente verwachten?

De gemeente is verantwoordelijk voor de grachten, slootjes en meren in de buurt. Zij zorgen er dus voor dat de waterdiepte zo ondiep mogelijk is, dat de overgang van land naar water duidelijk is en dat er trapjes bij steile kanten worden aangebracht om bijvoorbeeld uit de gracht te klimmen. Voor de kleine kinderen schuilt er ook verdrinkingsgevaar in ondiep water. Let hierop!

#### Gezond- en veiligheid

Vanwege de hygiëne of gezondheid van de kinderen gelden met het buitenspelen een aantal aandachtspunten. Aandachtspunten m.b.t. gezondheid:

- \*In de tuin staan geen giftige planten en er worden geen schadelijke bestrijdingsmiddelen gebruikt.
- \*Controleer de kinderen op teken en beten als ze naar binnen gaan, als kinderen in een gebied hebben gespeeld waar struiken, bomen en hoog gras aanwezig waren.
- \*Na het spelen met zand wassen de kinderen hun handen. In de zandbak wordt er geen eten of drinken genuttigd.
- \* Water in bakken of emmers wordt na het spel meteen weggegooid. De gastouder let erop dat de kinderen niet drinken van het water dat bedoeld is voor een activiteit.
- \*Kinderen mogen niet in de schuur spelen in verband met gereedschap e.d.
- \*Altijd direct toezicht bij het spelen op een speeltoestel of trampoline.
- \*Bij de kinderen worden, voordat zij gaan buitenspelen, de jassen gecontroleerd op lange koortjes/touwtjes. Daar dient een knoop/strik in gemaakt te worden, zodat ze niet ergens achter kunnen blijven haken. Ook wordt er gecontroleerd of de veters in de schoenen goed vastzitten.