

Veilig slapen en wennen aan de opvang



Uw kindje gaat starten op de opvang. Dat is voor u als ouder(s)/verzorger(s) en voor uw kindje een nieuwe ervaring. Hier kunnen soms wat spanningen bij komen en een periode van wennen. Om de overgang van thuis naar kinderopvang voor uw kindje zo soepel mogelijk te laten verlopen, hebben we enkele tips op een rijtje gezet die uw kindje zullen helpen.

Daarnaast zijn er ook adviezen voor veilig slapen waar we samen aan kunnen werken. Het is raadzaam om hier in de eerste twee levensjaren van een kind extra aandacht aan te besteden om de kans op wiegendood te minimaliseren. Door thuis dezelfde veiligheidsrichtlijnen te hanteren zal uw kindje minder hoeven te wennen.

Om het risico op wiegendood te minimaliseren hanteren we o.a. de 'Veilig Slapen adviezen' van VeiligheidNL. Deze berusten op de landelijke JGZ-richtlijn Preventie Wiegendood. In deze flyer brengen we alleen die adviezen onder de aandacht waar we samen met ouder(s)/verzorger(s) zorg voor kunnen dragen.

Over de oorzaken van wiegendood is nog veel onduidelijk, maar door onderzoek is er inmiddels wel veel bekend over de omstandigheden waaronder wiegendood zich voordoet. Er zijn een aantal risicofactoren; sommige daarvan zijn niet te beïnvloeden, maar een heleboel factoren wel. Het opvolgen van de preventie adviezen leidt tot drastische verlaging van de incidentie van wiegendood, echter kunnen niet alle risico's worden uitgesloten.

- * **Gebruik geen slaaphulpmiddelen** zoals b.v. inbakerdoeken of zijligkussens. We leggen de kindjes te slapen in **een goed passende slaapzak**.
 - * Leg uw kindje **op de rug te slapen**.
 - * Door het gebruik van **een muziekdoosjes of 'white noise'**, kunnen kinderen makkelijker omgevingsgeluid wegfilteren waardoor ze rustiger slapen.
 - * **Een knuffel(-doekje)** geeft troost en verbinding met thuis, maar er zijn veiligheidsrichtlijnen: **niet te groot, één mee in bed, geen kussenachtige vulling en zonder b.v. opgenaaide kraallogies**.
 - * **Speentjes zonder koord** meegeven, aangezien koorden niet mee mogen in bed.
 - * **Armbandjes en kettingen mogen niet mee in bed**. Het is daarom fijn als deze niet meegaan naar de opvang.
 - * Oefen met momentjes dat uw kindje **zelfstandig kan spelen**, met even wegleggen.
 - * Geeft u borstvoeding? **Oefen tijdig met voedingen vanuit een fles**.
 - * Controleer bij gebruik van **medicatie: geen slaapverwekkende bijwerkingen**.
- Door de verhoogde kans op wiegendood is opvang dan niet toegestaan.

Bij de wenperiode voorafgaande aan de opstart van de opvang, kan blijken dat een kindje langer nodig heeft om te wennen aan alle veranderingen t.o.v. de vertrouwde thuissituatie. Dan worden er tijdelijk in overleg extra wenaafspraken gemaakt en de opvangdagen verkort. Het kan nodig zijn om hier rekening mee te houden met uw werk.