

# Protocol Gezondheid en Hygiëne



## Inhoud

<b>Protocol</b> .....	<b>1</b>
<b>Gezondheid en Hygiëne</b> .....	<b>1</b>
<i>Inleiding</i> .....	3
<i>Hygiëne</i> .....	3
Persoonlijke Hygiëne .....	3
Handhygiëne.....	3
Persoonlijke verzorging .....	4
Toilethygiëne .....	5
Hygiëne tijdens het verschonen .....	5
<i>Schoonmaakmethoden</i> .....	7
Desinfecteren .....	9
Hoe om te gaan met bloed .....	10
Legionella.....	11
<i>Voeding en Hygiëne</i> .....	12
<i>Flesvoeding en Hygiëne</i> .....	15
Moedermelk .....	16
<i>Warme weer/ kinderen in de zon</i> .....	18
Een aantal regels die wij hanteren rondom warmte en zon zijn: .....	18
<i>Bijlage 1 Wetten en Regels</i> .....	21



## Inleiding

Binnen ons kinderdagverblijf wordt de gangbare huishoudelijke hygiëne gehandhaafd. Het is belangrijk dat de omgeving waar de kinderen verblijven schoon wordt gehouden, maar het hoeft niet steriele te zijn. Wij vragen iedereen die de kinderopvang bezoekt hun medewerking te verlenen. In de bijlage vind je dan ook enkele wetten en regels die wij hanteren binnen ons kinderdagverblijf. In dit protocol gaan wij dieper in over hoe wij omgaan omtrent het thema gezondheid en hygiëne. Dit protocol is ter inzage op onze website en in de map op de kanjer groep.

## Hygiëne

### Persoonlijke Hygiëne

Ieder mens draagt ontelbare, al dan niet ziekmakende, micro-organismen bij zich. Een groot deel van de infecties wordt door mensen overgedragen. Om verspreiding van micro-organismen naar andere mensen tegen te gaan is een goede persoonlijke hygiëne belangrijk. Pedagogische medewerkers in een kinderdagverblijf kunnen bij de verzorging van de kinderen de micro-organismen van het ene kind via hun handen overbrengen naar een ander kind. Daarom is voor hen een goede persoonlijke hygiëne extra belangrijk.

### Handhygiëne

Ziektekiemen worden onder meer via de handen overgedragen. Een goede handhygiëne door pedagogisch medewerkers, maar ook door de kinderen is één van de meest effectieve manieren om besmetting te voorkomen. De handhygiëne verbetert door geen sieraden te dragen aan handen of polsen.

Wanneer moeten de handen worden gewassen?

Voor:

- het aanraken en bereiden van voedsel;
- het eten of het helpen bij eten;
- wondverzorging

Na:

- hoesten, niezen en snuiten;
- toiletgebruik/billen afvegen;
- het verschonen van een kind;
- contact met lichaamsvochten zoals, speeksel, snot, braaksel, ontlasting, wondvocht of bloed;
- buiten spelen, dieren aaien.
- contact met vuil textiel of de afvalbak;
- schoonmaakwerkzaamheden.



Handen wassen gaat als volgt:

- Gebruik stromend water;
- Maak de handen nat en doe er vloeibare zeep op;
- Wrijf de handen (gedurende 10 seconden) over elkaar en zorg ervoor dat water en zeep over de gehele handen worden verdeeld;
- Let op de kritische punten: was ook de vingertoppen goed, tussen de vingers en vergeet de duimen niet;
- Spoel de handen al wrijvend af onder stromend water;
- Droog de handen af met een schone droge handdoek. Gebruik papieren handdoeken.

Indien er geen papieren maar katoenen handdoeken worden gebruikt, moeten deze minstens elk dagdeel worden vervangen. Als de handdoek vuil of nat is geworden, is tussentijds verschoonen noodzakelijk.

Ook ingewreven worden met handalcohol. Let op: handalcohol heeft geen reinigende werking en kan alleen gebruikt worden bij visueel schone handen. De werkwijze met handalcohol is als volgt: gebruik net zoveel handalcohol als er in de holte van de handpalm past. Wrijf de handen hier helemaal mee in en laat het vervolgens drogen aan de lucht.

## Persoonlijke verzorging

### Wondjes

Wondvocht en bloed kunnen een besmettingsbron zijn.

Zorg dat open wondjes altijd zijn afgedekt met een waterafstotende pleister.

### Nagelverzorging

Onder lange nagels, kunstnagels en geschilderde of gebrokkelde nagellak kunnen micro-organismen zich hechten en vermeerderen. Knip nagels bij voorkeur kort en gebruik liever geen kunstnagels.

### Wat te doen bij ziekte van een pedagogisch werker?

Neem contact op met de Arbo-arts wanneer een personeelslid (mogelijk) ernstig besmettelijke ziekteverschijnselen heeft. Deze beoordeelt of het personeelslid wel of niet mag blijven werken en onder welke voorwaarden. Hierbij houdt hij rekening met het risico van besmetting bij anderen. Volg protocol ziekteverzuim personeel.

### Hoest- en niesdiscipline

Ziektekiemen uit de neus, mond en keel kunnen zich op verschillende manieren verspreiden. Door hoesten en niezen worden ziektekiemen via onzichtbare speekseldeeltjes verspreid in de lucht. Als deze vocht druppeltjes door een ander worden ingeademd, nestelen de ziektekiemen zich bij deze persoon in de neus, mond, keel of longen met mogelijk ziekte tot gevolg. Wanneer de hand voor de mond wordt gehouden, kan besmetting optreden via de handen. Een andere verspreidingsweg is via snot of slijm. Denk hierbij bijvoorbeeld aan een kind dat een snottebel wegveegt en met het vuile handje speelgoed vastpakt. Via het "besmette" speelgoed kan een ander kind op een later tijdstip besmet raken.



De volgende maatregelen nemen de pedagogisch medewerkers die niet fit zijn en deze kunnen ook aan de kinderen aangeleerd worden:

- Hoest of nies niet in de richting van een ander met voorkeur in elleboog of oksel;
- Leer de kinderen het hoofd weg te draaien of het hoofd te buigen;
- Houd tijdens het hoesten of niezen de binnenkant van de elleboog;
- Was de handen na hoesten, niezen of neus afvegen; Voorkom snottebellen door de kinderen op tijd de neus af te laten vegen.
- Tevens is het belangrijk de ruimten voldoende te ventileren.

Bij het afvegen van de neus komen er ziektekiemen op de zakdoek en de handen. Hergebruikte zakdoeken zijn een onderschatte besmettingsbron. In een warme (broekzak) en vochtige omgeving gedijen micro-organismen goed. Bij hergebruik van de vuile zakdoek is er een reële kans dat besmetting via de handen wordt overgedragen.

- Gebruik altijd papieren zakdoeken of tissues en gooi die na gebruik weg.

### Schoonmaken van de kinderen na de maaltijd

Na elke maaltijd worden de handen en gezichtjes van de kinderen schoongemaakt. Dit gebeurt met normale washandjes. Voor elk kind wordt er een eigen washand gebruikt welke daarna direct in de wasmand wordt gelegd en vervolgens gewassen op 60 graden. De oudste peuters wassen hun handen onder de kraan in plaats van met de washand.

### Toilethygiëne

Ontlasting en urine kan ziektekiemen bevatten, waardoor handen en sanitair besmet kunnen raken. Besmetting van handen komt veel voor en daardoor eveneens besmetting van alle contactoppervlakken in de sanitaire ruimte. Dit zijn oppervlakken die na toiletbezoek met de handen worden aangeraakt. Denk hierbij bijvoorbeeld aan de spoelknop, de kraan, de handdoekhouder, de lichtsakelaar of de deurkruk.

Besmette oppervlakken kunnen fungeren als overdrachtsmedium.

Op een later tijdstip kunnen langs deze weg overgebrachte ziektekiemen via handmond- contact infecties teweegbrengen.

Om risico's te beperken zijn de volgende zaken van belang:

- Plaats van de toiletten en wasbakken zijn op kindhoogte;
- Was de handen na elk toiletbezoek;
- Plaats het fonteintje in de toiletruimte;
- Gebruik vloeibare zeep en papieren handdoeken, of wissel de handdoeken met regelmaat en was ze op hoge temperatuur.
- Gebruik zo min mogelijk de potjes;
- Houd bij peuters toezicht, om te voorkomen dat peuters vergeten de handjes te wassen. En als ze ernaast plassen kan dit direct worden opgeruimd.
- Leer de peuters op de juiste manier gebruik te maken van het toilet en hoe ze hun handen goed kunnen wassen met vloeibare zeep.

### Hygiëne tijdens het verschonen



Het verschonen van een baby brengt risico's met zich mee vanwege het mogelijke contact met ontlasting/urine. Er is een aanzienlijke kans dat het kind, de verzorger of de omgeving besmet raakt met bacteriën.

Waar moet op gelet tijdens het verschonen?

- Houd het verschonen strikt gescheiden zijn van voedselbereiding door middel van aparte werktafels, beide plaatsen moeten zijn voorzien van een tappunt van water;
- Verschoon kinderen op een daarvoor bestemde ondergrond;
- Gebruik handschoenen bij het aanbrengen van billen zalf of andere crème's
- Vervang het aankleedkussen als het beschadigd is;
- Zorg dat de bekleding van het aankleedkussen goed te reinigen is;
- Gooi luiers na gebruik direct in een gesloten luieremmer.

Zorg voor een schone verschoonplek

Er zijn twee opties om het verschoonkussen schoon te houden:

Optie 1

- Leg een handdoek op het verschoonkussen
- Gooi de handdoek na ieder kind in de was;
- Maak het verschoonkussen na iedere dagdeel schoon

Optie 2

- Verschoon het kind op het verschoonkussen;
- Reinig het verschoonkussen na iedere verschoning met de daarvoor bestemde schoonmaak spuitbus.

Reiniging verschoonkussen:

- Maak een oplossing (van allesreiniger in water) in een fles of plantenspuit;
- Spuit of giet de oplossing op een wegwerpdoekje. Wanneer een katoenen doekje gebruikt wordt, moet dat direct na gebruik in de was;
- Neem na het schoonmaken het verschoonkussen met een vochtige doek af;  
Droog het verschoonkussen na met een wegwerpdoek of een katoenen handdoek.

*Als gebruik gemaakt wordt van een plantenspuit let er dan op dat de oplossing in de plantenspuit niet vernevelt (dus van dichtbij op het doekje spuiten). Stel de spuitmond zo in dat de oplossing niet te fijn verneveld wordt. Het flesje met de oplossing dagelijks legen, omspoelen en drogen.*

*Het verschoonkussen mag niet gereinigd worden met billendoekjes. Er blijft een vette laag op het verschoonkussen achter die een broedplaats kan zijn voor micro-organismen.*

Wanneer moet er gedesinfecteerd worden?

In principe is het niet nodig het verschoonkussen te desinfecteren. Zorgvuldig huishoudelijk schoonmaken is voldoende.

Na vervuiling met bloed of bloederige diarree moet het verschoonkussen wel gedesinfecteerd worden.

- Maak het verschoonkussen eerst huishoudelijk schoon;
- Ontsmet het kussen daarna met alcohol 70%;



- Laat de alcohol aan de lucht drogen.

Gebruik geen geprepareerde alcoholdoekjes, maar alcohol 70% uit een fles, in combinatie met een schone droge doek.

## Schoonmaakmethoden

Bij Trots wordt er gewerkt via een schoonmaaklijst. Deze wordt elke dag bijgehouden en afgestreept wat er is schoongemaakt die dag. Daarbij zijn er ook de dagelijkse schoonmaak werkzaamheden die de pedagogisch medewerkers of de schoonmaakster elke dag moeten uitvoeren.

### **Droog schoonmaken**

#### *Stof afnemen*

Gebruik hiervoor een stofbindende of vochtige doek. Zo voorkom je dat stof in de lucht gaat dwarrelen. Dingen die niet gestofd kunnen worden zullen na een maand worden opgeruimd (bijvoorbeeld knutselwerkjes)

#### *Stofzuigen*

Dit is het schoonmaken van een gladde vloer met een stofzuiger. Hiermee word stof en losliggend vuil verwijderd.

#### *Vegen*

Dit is het schoonmaken van een gladde vloer met een bezem/ stoffer en blik. Hier worden de grote stukken vuil mee verwijderd.

### **Nat schoonmaken**

- Meubilair en voorwerpen schoonmaken met een sopdoek en een sopje van een huishoudelijk schoonmaakmiddel (allesreiniger, schuurmiddel).
- Vloeren nat schoonmaken met een dwel en twee emmers. Een voor het schone sopwater een voor het vuile gebruikte water. Voordat de vloer nat wordt schoongemaakt eerst de vloer droog schoonmaken.

Waarmee schoonmaken?

Nat schoonmaken doen we met een huiselijke schoonmaakmiddel die vet en eiwitten oplossen, kalkaanslag, urineresten verwijdert zoals schoonmaakazijn.

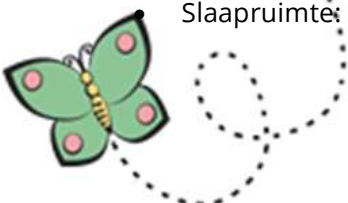
Hoe maken wij schoon?

1) Er wordt zoveel mogelijk schoongemaakt op momenten dat de kinderen niet op de groep zijn, of aan tafel zitten met een tafel activiteit.

2) Begin met schoon schoonmaakmateriaal.

3) Eerst droog schoonmaken. Werk altijd van schoon naar vuil en van hoog naar laag.

Slaapruijntē: Stof afnemen van bedjes. Vervolgens de vloer vegen, zuigen of stofwissen.



- Speelruimte/keuken: Stof afnemen van planken, vensterbanken, overig meubilair. Vervolgens de vloer vegen, zuigen of stofwissen..
- Toiletruimte: Wastafels, lichtknopjes, deurkrukken, doorspoelknoppen, afvalbakken, toiletpot.

4) Maak een emmer met sopwater klaar. De temperatuur van het sopwater moet lauw zijn om te zorgen dat het schoonmaakmiddel goed oplost. Zorg voor een juiste doses gebruiksaanwijzing op de verpakking. Meng geen verschillende schoonmaakproducten, dit kan gevaarlijk zijn.

5) Vervolgens nat schoonmaken: nat afnemen, naspoelen met warm water en nadrogen met een schone doek.

- Slaapruimte: Planken, vensterbanken, bedjes, deurkrukken.
- Speelruimte: Planken, vensterbanken, speelgoed, boxen, overig meubilair. Daarna alle vinger tasten; deurkrukken, kranen, etc.
- Keuken: Keukenkastjes, aanrecht, apparaten, koelkast, etc.
- Toiletruimte: wastafels, lichtknopjes, deurkrukken, doorspoelknoppen, commode, afvalbakken, toiletpot. (Let op er mag geen Dettol of chloor gebruikt worden, wc eend mag wel, of schoonmaakazijn mag wel )

6) Maak daarna een emmer met sop klaar om de vloer te dweilen. Vul ook een emmer met alleen water waarin de dweil kan worden uitgespoeld. Volgorde van schoonmaken: eerst de vloer van de slaapruimte, dan de verblijfsruimte, de keuken en eindig in de toiletruimte. Na het soppen van de vloer naspoelen met water en eventueel nadrogen. Bij voorkeur aan de lucht laten drogen.

7) Als het sopwater zichtbaar vervuild is moet het tussendoor ververs worden.

8) Na afloop van het schoonmaken het sopwater direct weggooien in het toilet.

9) Schoonmaakmaterialen na gebruik goed schoonmaken:

- Stofdoeken; stofbindende doek is voor minimaal 60°C
- Emmers na gebruik schoonmaken met heet water en goed drogen.
- Toiletborstel na gebruik goed naspoelen en regelmatig vernieuwen.
- Dweilen na gebruik wassen op 60°C.

10) Laat nooit natte sopdoeken en dweilen in emmers achter om uitgroei van bacteriën te voorkomen.

11) Er zijn verschillende kleuren schoonmaakdoekjes aanwezig. Elk met een eigen functie bijvoorbeeld zwart is voor sanitair en groen voor het schoonmaken van tafel en stoelen. De volledige uitleg hierover hangt aan een keukenkastdeurtje bij de kanjers.

12) Schoonmaakmaterialen en middelen buiten bereik van kinderen opbergen in een aparte werkkast. De werkkast zelf ook goed schoonhouden





## Desinfecteren

Waarom desinfecteren wij bij Trots?

Door te desinfecteren worden ziekmakende micro-organismen gedood of teruggebracht tot een niet ziekmakend aantal.

Desinfecteer alleen wanneer daar een reden voor is. Onnodig desinfecteren werkt ongevoeligheid in de hand. Dit betekent dat bacteriën en virussen beter bestand worden tegen desinfectiemiddelen.

Desinfectie is nodig:

- Als er sprake is van diarree
- Als er sprake is van bloedcontact (bijv. bloedneus, wondjes, etc.)

Wat moet er gedesinfecteerd worden?

Alle oppervlakken die in aanraking zijn gekomen met het bloed of de diarree.

Dit kan zijn:

- De toiletruimte; de toiletpot, de toiletbril, het verschoonkussen maar eventueel ook de kraan wastafel, doorspoelknop.
- Textiel.
- Speelmateriaal, meubilair, vloer.
- Vergeet na afloop niet je eigen handen te wassen!

Wanneer je handschoenen hebt gedragen is het voldoende de handen na te wassen met water en zeep. Wanneer je geen handschoenen hebt gedragen moeten de handen na te wassen met water en zeep en daarna gedesinfecteerd worden met hand alcohol.

Waarmee desinfecteren.

- Kleine oppervlakken (max. ½ m<sup>2</sup>: aankleedkussen, speelgoed, thermometer): Alcohol 70%
- Grote oppervlakken (vloeren, meubilair): Het is niet te verwachten dat er sprake zal zijn zoveel bloed of diarree dat een ander middel dan alcohol 70% noodzakelijk is. Mochten er toch twijfels bestaan neem dan contact op met de GGD. Zij adviseren welk middel in welke oplossingsconcentratie nodig is.
- Voor de handen: Huiddesinfectans bijv. handalcohol (70%)
- Textiel en speelgoed kunnen in de wasmachine (minimaal 60°C)
- Serviesgoed en eventueel andere materialen kunnen in de wasmachine (minimaal 60°C)

Hoe desinfecteren?

1) Voordat je iets gaat desinfecteren moet je dat eerst huishoudelijk schoon gemaakt hebben.

2) Gebruik voor het desinfecteren bij voorkeur disposable schoonmaakmateriaal.

3) Trek handschoenen aan om de eigen handen te beschermen.



- 4) Een alcohol 70% -oplossing is direct klaar voor gebruik. Mocht er een ander desinfecterend middel nodig zijn neem dan contact op met de GGD. Meng geen verschillende schoonmaakproducten, dit kan gevaarlijk zijn.
- 5) Desinfecteer het oppervlak met de alcohol 70% oplossing en laat dit aan de lucht drogen. Mocht er een andere desinfecterend middel gebruikt worden dan kan de GGD toelichten hoe je dit op een juiste wijze moet gebruiken.
- 6) Na het desinfecteren het sopdoekje in de was.
- 7) Wees alert dat het desinfecterend middel buiten bereik van kinderen blijft.

NB:

Er word geen chloor gebruikt en geen Dettol wegens schadelijke stoffen die hierin zitten.

- Glorix is geen desinfectans maar een huishoudelijk schoonmaakmiddel.
- Bleekwater is inactief, heeft geen toelatingsnummer en kan dus beter niet gebruikt worden.
- Bij het uitbreken Hepatitis A is desinfecteren niet nodig maar volstaat schoonmaken met een huishoudelijk schoonmaakmiddel.

### Hoe om te gaan met bloed

Wat te doen bij bloed.

In het bloed van sommige personen is een virus aanwezig zoals het Hepatitis B- virus of het HIV virus. Als kinderen met dit soort virussen besmet zijn, is dat meestal al voor of tijdens hun geboorte gebeurd. Indien bloed - bloedcontact ontstaat, kan men met deze virussen besmet worden. De kans op besmetting is klein en gebeurt niet als de huid intact is. Het hepatitis B en het HIV virus zijn niet overdraagbaar via:

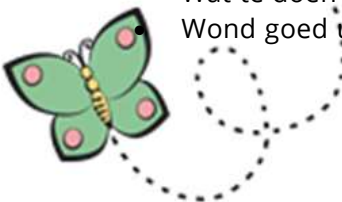
- Aanraken of kussen
- Gebruik van gezamenlijk servies
- Urine, ontlasting, speeksel, braaksel, traanvocht, of zweet, zolang er aanwezig is.

Maatregelen ter voorkoming van bloed overdraagbare aandoeningen.

1) Algemene hygiënemaatregelen.

2) Specifieke maatregelen

- Wegwerphandschoenen dragen bij elk contact met bloed, wondvocht of lichaamsvochten die zichtbaar met bloed zijn vermengd.
- Dek wondjes af met een waterafstotend pleister.
- Verband, pleister ect wordt op tijd vervangen voor zij doordrenkt zijn met bloed.
- Verwijderen van gemorst bloed:
- Met handschoenen aan bloed opnemen met een papieren tissue, de ondergrond schoonmaken met water en zeep en daarna desinfecteren met alcohol.
- Linnengoed en kleding wassen op 60°C. indien dit niet mogelijk is op het langste programma van 40°C wassen.
- Wat te doen als er toch bloedcontact is geweest  
Wond goed uitspoelen en desinfecteren met betadine jodium.



- GGD bellen.
- Bij bijtincidenten waarbij bloed vrij komt wordt binnen 24 uur contact opgenomen met de bedrijfsarts, huisarts of GGD

## Legionella

Wat is de veteranenziekte?

De veteranenziekte wordt veroorzaakt door de legionellabacterie, die longontsteking tot gevolg kan hebben.

Er bestaat ook een lichtere vorm: de legionella griep.

Waar komt de legionellabacterie voor?

De bacterie die de ziekte veroorzaakt, bevindt zich in zeer lage aantallen in de grond en in het (leiding) water echter in zulke kleine aantallen dat de bacterie geen gevaar vormt.

De legionellabacterie vormt pas een probleem als zij zich heeft kunnen vermenigvuldigen. Dit kan gebeuren in water temp. tussen 25 en 55°C. Hierbij kunnen grote aantallen bereikt worden als het

water langere tijd stilstaat. Sterke stroming van water kan aangroei van de bacterie voorkomen. Als het water niet door het hele warmwatersysteem kan stromen, is het mogelijk dat het water blijft stilstaan in "dode hoeken" Op deze plaatsen kan verdere groei plaatsvinden.

Hoe raak je geïnfecteerd?

De infectie wordt overgebracht door het inademen van de bacterie in zeer kleine druppeltjes water, verspreid in de lucht (nevel). De ziekte kan niet van de ene mens op de andere worden overgedragen en is niet besmettelijk. Het drinken vormt geen risico.

Waar moet je als kinderdagverblijf rekening mee houden?

Bij temperaturen boven de 60°C wordt de bacterie gedood. De legionellabacterie kan zich vermenigvuldigen in een warmwatertoestel met een voorraadvat, zoals boilers en bepaalde typen combiketels, waarin de temperatuur te laag is afgesteld. De temperatuur moet op minimaal 60°C zijn afgesteld.

- Warm water toestel: temperatuur moet afgesteld >60°C.
- Brandslang: hier kan water in blijven staan. Voor gebruik 10 minuten doorspoelen, tijdens het doorspoelen moet er goed geventileerd worden.
- Zwembadjes water wordt dagelijks gereinigd en verversd en uiteindelijk weer droog opgeborgen.



## Voeding en Hygiëne

### Inleiding

Voedselinfecties veroorzaken jaarlijks bij meer dan een miljoen mensen in Nederland maag darmklachten.

Hygiënisch werken is dan ook belangrijk om een voedselinfectie te voorkomen. Instellingen die voedsel bereiden voor anderen moeten zich aan de wettelijke waarborgen. De Inspectie gezondheidsbescherming waren en Veterinaire Zaken (voorheen Keuringsdienst van Waren) bezoekt kinderdagverblijven om te controleren of ze aan deze eisen voldoen.

Je moet als instelling zorgen dat je het hele proces van voedselbereiding van inkoop tot afwas onder controle hebt en op een hygiënische wijze met het voedsel omgaat. Hiervoor moet je werkinstructies opstellen en regelmatig checklijsten invullen. Door middel van de ingevuld lijsten kan je aantonen dat je het proces van de voedselbereiding onder controle hebt. Als de inspectie langskomt zullen ze naar deze checklijsten vragen.

Bij voorkeur is een persoon verantwoordelijk voor het voedsel.

Ten aanzien van de volgende moet je werkinstructies en checklijsten hebben:

- 1) Inkoop en ontvangst goederen
- 2) Opslag goederen (opbergkast/koeling/vriezer.
- 3) Bereiden koude maaltijd (broodmaaltijd/salades).
- 4) Meenemen voedsel van thuis.
- 5) Opruimen en afwassen.
- 6) Schoonmaak

Aansprakelijkheid bij het zelf meenemen van eten en drinken: Ouders zijn aansprakelijk voor het voedsel ook moedermelk wat zij van huis meenemen mits het kinderdagverblijf zich aan de hygiëneregels houdt zoals beschreven in het 'Hygiëneplan voor de voedingsverzorging in woonvormen en uitbrengmaaltijden'.

### Inkoop en ontvangst goederen

- Let bij het kopen of ontvangen van goederen op de houdbaarheidsdatum en of de verpakking niet kapot is.
- Koude producten, zoals vlees en melk, moeten voldoende koel zijn (< 7°C).
- Ruim de binnen gekomen goederen direct na ontvangst op.
- Opslag kast, koeling en vriezer
- Leg een thermometer boven in de koelkast. De temperatuur van de koelkast moet <7°C zijn, bij voorkeur 4°C. De temperatuur van de vriezer moet <18°C zijn.
- Alle producten moeten zijn voorzien van een houdbaarheid datum. En voorzien van een datum van opening.
- Zet nieuw binnengekomen producten altijd achteraan (first in first out)
- Bewaar zelf ingevroren producten niet langer dan 3 maanden.
- Zet de voorraadkast/koelkast/vriezer niet te vol. Bestel niet te veel. Houd het overzichtelijk



- Verpakkingen moeten goed gesloten zijn.
- Houdt levensmiddelen en schoonmaakmiddelen van elkaar gescheiden.
- Let op een goede scheiding tussen rauw en bereide producten: rauwe producten onder in de koelkast en bereide producten boven in de koelkast.
- Koelkast 1x per 2 weken schoonmaken. Vriezer 1x per 6 maanden ontdooien en schoonmaken.
- Voorraadkast 4x per jaar schoonmaken.
- Controle: maandelijks moeten bovenstaande punten worden gecontroleerd en geregistreerd.

#### Bereiden van de broodmaaltijd

- Was de handen. laat ook de kinderen de handen wassen.
- Haal de producten zo kort mogelijk van tevoren uit de koeling.
- Zorg voor serviesgoed.
- Zet alle producten op tafel. Maak de porties niet te groot.
- Gebruik voor het pakken van de kaas, vlees een schone vork die alleen daarvoor gebruikt wordt
- Gebruik voor zoet beleg een schone lepel, niet met het tafelmes in de pot.
- Melkproducten niet te lang op tafel laten staan ( maximaal een half uur buiten de koeling houden ).
- Gebruikte materialen direct na het eten in de afwasmachine zetten.
- Na het eten de restjes direct dateren, afdekken en in de koeling zetten. Restjes de volgende dag opmaken, anders weggooien.

#### Meenemen van eten/ voedsel van thuis.

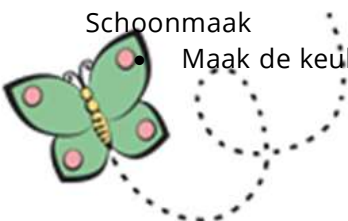
- Eten en drinken wat koel bewaard moet worden ( bijv. melk, melkproducten, brood met kaas en/of vleeswaren ) direct na ontvangst in de koelkast plaatsen.
- Was voordat je het eten uitdeelt eerst de handen.
- Laat de kinderen de handen wassen.
- Haal het eten en drinken zo kort mogelijk voor het eten uit de koelkast
- Ruim na het eten alles op, bewaar geen restjes.

#### Opruimen en afwassen

- Ruim na het eten de tafel op.
- Eten en drinken wat koel bewaard moet worden in de koelkast zetten.
- Etensrestjes van de borden verwijderen, eventueel voorspoelen op de hand met handwarm water.
- Machinale afwas: afwasmachine vullen ( niet te vol zetten en zo indelen dat nergens water in kan blijven staan ), afwasmachine instellen op 65°C, na afloop de schone vaat uit laten
- dampen en opruimen. Afwasmachine na gebruik schoonmaken (evt. etensresten uit het rooster verwijderen)

#### Schoonmaak

- Maak de keuken altijd schoon als er eten en/of drinken is klaargemaakt.



- Dagelijks afvalbakken legen en wekelijks nat schoonmaken.
- Maak de keuken schoon volgens het schoonmaakschema



## Flesvoeding en Hygiëne.

### Algemene uitgangspunten

- Ieder kind heeft per dag of per voeding een eigen fles en speen.
- De keuze van de fles en de verzorging ervan zijn belangrijk. De fles moet wijd en glad van binnen zijn; hij mag geen ribbels of oneffenheden vertonen. Tevens moet de fles een goed leesbare maatverdeling hebben. Kook een nieuwe fles voor het eerste gebruik uit. Spenen moeten liefst iedere zes weken vervangen worden.
- Voedselbereiding moet gescheiden van de verschoonplek plaatsvinden.
- Restjes babyvoeding mag max 1 uur bewaard worden en daarna niet bewaren en weer opwarmen; melkproducten bederven makkelijk.

### Flesvoeding

#### a. Flesvoeding klaarmaken

- Was voor het klaarmaken van een voeding goed je handen met water en zeep en droog je handen met papieren handdoeken of een schone textile handdoek.
- Voor het bereiden van babyvoeding is gewoon leidingwater geschikt, mits dit niet via loden leidingen wordt aangevoerd. Om de te zorgen dat het kind de juiste hoeveelheid voedingsstoffen krijgt, is het van belang om de verhouding poeder/ water
- zoals deze op de verpakking staat aangegeven.
- Wanneer flesvoeding voor de hele dag wordt bereid, is het aan te raden het water hiervoor te koken.
- Tijdens het bewaren kan in de voeding groei van micro organismen optreden. De kans hierop is kleiner wanneer wordt uitgegaan van water dat vooraf 3 minuten is gekookt.

#### b. Bewaren van flesvoeding

- De beste temperatuur voor het bewaren van vooraf bereide babyvoeding is 4°C. Het is van belang aandacht te besteden aan de temperatuur van de koelkast waarin bereide babyvoeding wordt bewaard door een thermometer in de koelkast te raadplegen. Het is af te raden op bereide baby- voeding langer bij kamertemperatuur te bewaren dan nodig is om het kind te voeden.
- Plaats het in de koelkast niet in de groentelade of deurvak in verband met een afwijkende temperatuur aldaar.

#### c. Flesvoeding verwarmen

- De ideale temperatuur voor flesvoeding is 37°C
- Dit kan bereikt worden op de volgende wijzen:
  - Gekookt water aanvullen met koud water.
  - Met gebruik van een flessenwarmer. In de flessenwarmer mag geen water blijven staan vanwege groei van micro-organismen.
  - In de magnetron. Zet de fles hierin zonder dop of speen en verwarm de inhoud op de stand. Reken bij een vermogen van 700 Watt op 30 seconden per 100ml. De inhoud mag niet koken. Laat de fles dan even staan en schud hem vervolgens zodat de warmte goed wordt verdeeld.
- Controleer de temperatuur van de voeding door een beetje voeding op de binnenkant van de pols te druppelen. De flesvoeding dient net zo warm te zijn als de huid.



d. Na afloop van de voeding

- Als de baby voldoende heeft gedronken moet de fles direct omgespoeld worden met koud water (van het keukenblok of in de keuken). Dit om indrogen en vastkoeken te voorkomen. Gebruik een flessenwisser als zichtbaar vuil achterblijft.
- De fles (met speen) wordt schoon en droog weggezet op het aanrecht (mag liggend/staand).
- Flessen worden gewassen in de vaatwasser (kort programma) of met een flessenborstel gereinigd. Na het reinigen worden ze op een droge doek neergezet (op zijn kop).

*Voorafgaand aan de volgende voeding:*

Spoel de fles om met warm water.

e. Flessen uitkoken

Aangezien door afwassen (ook machinaal in de vaatwasser, vanwege de nauwe halsopening) de fles onvoldoende gereinigd kan worden, moet deze wekelijks worden uitgekookt (bij voorkeur op het eind van de dag). Zo worden ook onzichtbare restjes verwijderd. Als ouders de fles mee naar huis nemen dan wordt dit thuis gedaan.

Dit kan gebeuren in:

- Specifieke uitkokers.
- Een pan kokend water, de flessen moeten 3 minuten uitgekookt worden.
- Uitkoken in de magnetron wordt afgeraden omdat de hitte niet alle plekken in de fles bereikt en de fles niet voldoende schoon wordt. Niet alle bacteriën worden op deze wijze gedood.
- Als men toch de flessen in de magnetron wil uitkoken moet dat direct na de voeding gebeuren. De flessen rechtop plaatsen,  $\frac{3}{4}$  vullen met water en een paar minuten door laten koken.
- *Uitkoken is niet leeftijdsgebonden, dit geldt voor alle leeftijden.*

f. Spenen

- Spenen moeten liefst iedere zes weken vervangen
- Spenen worden altijd gecontroleerd of zij nog heel zijn voor de worden gebruikt.
- Na iedere voeding moet de speen onder de kraan schoongemaakt worden en droog (uitgeslingerd in bijv. een theedoek) bewaard worden. Dit kan bijvoorbeeld in een afgesloten bakje.
- Eenmaal per week (of zo nodig vaker) moeten de spenen min 3 minuten uitgekookt worden in de magnetron.

## Moedermelk

### Bewaren van moedermelk

Moedermelk blijft maar 2 dagen goed in de koelkast, mits de temperatuur 4°C is. Bevroren moedermelk kan het best langzaam ontdooid worden in de koelkast of onder lauw stromend water. Zet de kraan niet te heet, omdat dan antistoffen verloren kunnen gaan. Eenmaal ontdooid moedermelk moet binnen 24 uur gebruikt worden. Het kan niet opnieuw ingevroren worden.





*(afgekolfdde moedermelk wordt binnen 48 uur gebruikt)*

Afgekolfdde moedermelk kan net als flesvoeding worden opgewarmd in een flessenwarmer, de 'au bain marie' in een pannetje met warm water. Hierbij is het belangrijk dat de moedermelk niet warmer wordt dan 30-35 °C. Dit is een goede drinktemperatuur. Afgekolfdde moedermelk verliest beschermende stoffen bij temperaturen boven 50 °C.

Hoe lang een fles met moedermelk voor het opwarmen in de magnetron moet, is afhankelijk van de

hoeveelheid melk en het vermogen van de magnetron.

Een globale richtlijn is een fles met 100 ml circa 30 seconden te verwarmen bij een vermogen van 600

Watt. Na het warmen altijd even de fles roeren met een vork en de temperatuur checken op de pols met wat druppels.



## Warme weer/ kinderen in de zon

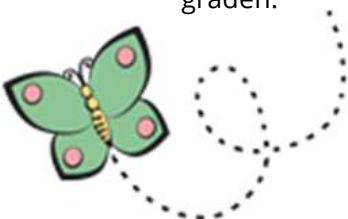
De zon schijnt. Kinderen willen buiten spelen en het is mooi weer. De zon zorgt voor aanmaak van vitamine D, dat is goed voor de botten. Maar we weten allemaal dat teveel zon ongezond is. Niets is zo vervelend als een rood verbrande huid. Veel nadelen van de zon kunnen pas op latere leeftijd aan de orde komen, hierbij kun je denken aan huidveroudering of zelfs huidkanker. Daarom is het belangrijk de huid van een kind goed te beschermen, en is dit protocol opgesteld. Elke keer als de huid verbrandt, raken cellen beschadigd door de UV-straling.

En juist bij kinderen komt die beschadiging hard aan. Dit omdat kinderen in de groei zijn en de celdeling dan zo snel gaat dat er soms weinig tijd is om de beschadigde huidcellen te herstellen voordat ze zich weer gaan delen.

Hierdoor ontstaan als het ware littekens in de huidcellen en hoe meer littekens des te groter is de kans op huidkanker. Daarom is bescherming zo belangrijk, zeker voor kinderen.

### Een aantal regels die wij hanteren rondom warmte en zon zijn:

- Houd de kinderen tussen 12.00 uur en 15.00 uur zoveel mogelijk uit de zon.
- Laat kinderen niet te lang in hun blootje of zwemkleding lopen. Trek ze op tijd een T-shirtje aan of laat het kind uv-werende kleding dragen. Een petje of zonnehoed helpt om hoofd en gezicht te beschermen. Ouders wordt verzocht zelf deze beschermende kleding mee te geven en de pedagogisch medewerkers zullen deze dan ook gebruiken.
- Kinderen onder de 1 jaar zitten altijd buiten in de schaduw.
- Ook de oudere kinderen blijven zoveel mogelijk in de schaduw. De houder zorgt voor voldoende schaduwplekken op het plein.
- Ouders smeren thuis de kinderen al in voor zij naar de opvang komen.
- Wij gebruiken minimaal beschermingsfactor 50. Bij allergie nemen ouders zelf zonnebrandcreme mee.
- Ook als kinderen in de schaduw spelen worden zij ingesmeerd.
- Een half uur voordat we naar buiten gaan smeren we de kinderen in.
- De kinderen worden minimaal 2 maal daags ingesmeerd. (elke 2 uur dat zij buiten spelen worden zij opnieuw ingesmeerd of na het spelen met water. )
- Als het heel warm is kleden we de kinderen dan ook luchtig ( baby's alleen in romper, peuters hemden ,sokken uit etc.)
- Gevoelige zones als neus, oren, nek en voeten worden extra in de gaten gehouden.
- Bij warm weer krijgen de kinderen meer drinken aangeboden dan normaal, dit wegens versnelling van uitdroging.
- Wanneer het erg warm is (boven de 26), passen wij de activiteiten hierop aan, we doen rustiger aan en spelen met water.
- De jongste groep blijft binnen als de temperatuur boven de 28 graden stijgt.
- We zetten bij een binnen temperatuur van boven de 23 graden de airco aan.
- De airco wordt niet kouder gezet dan 22 graden en verschilt max 5 graden met de temperatuur van buiten. Bijvoorbeeld: Buiten is het 30 graden dan staat de airco op 25 graden.



- In de slaapkamer staat de airco in principe niet aan als er kinderen slapen. Airco gaat enkel aan bij extreme hoge temperaturen (boven de 27 graden). Maar bij voorkeur worden de airco buiten de slaaptijden om aangezet om de ruimte te verkoelen.
- De buitenbedjes mogen boven de 27 graden niet gebruikt worden.
- Met slapen worden de kinderen niet te warm gekleed en bij zeer warm weer slapen zij in hun romper, ondergoed of luier.
- We gebruiken als de zon op het raam schijnt zonnewering.
- Als het buiten boven de 30 graden is, raden wij aan de kinderen bijtijds op te halen in de middag, omdat kinderen vaak moe zijn van een hele dag spelen in de hitte.



### De zonkracht wordt bepaald door:

1. Het jaargetijden: in de zomer is in Nederland de zonkracht sterker dan in de winter.
2. Het tijdstip op de dag (oftewel de stand van de zon) :UV-straling is in Nederland het sterks tussen 12.00 uur en 15.00 uur.
3. De plaats op aarde: hoe dichterbij de evenaar, hoe sterker de UV-straling. Maar ook; hoe hoger hoe sterker de UV-straling (bijv. in de bergen)
4. De mate van weerkaatsing: UV-straling wordt sterker door weerkaatsing via sneeuw, zand en water.
5. Bewolking: door een dichtbewolkte lucht komt nauwelijks UV-straling. Bij heilig weer kan de doorlating van UV-straling toch aanzienlijk zijn.  
Bij schapenwolken kan de intensiteit van de UV-straling zelfs toenemen doordat de straling gereflecteerd wordt tussen de wolken.

Elke huidtype reageert anders in de zon, enkele voorbeelden:

1. zeer lichte huid, vaak sproeten, rood of licht blond haar en blauwe ogen- wordt niet bruin-verbrandt zeer snel.
2. Lichte huid, blond haar en grijze, groene of lichtbruine ogen- wordt langzaam bruin-verbrandt snel.
3. Licht getinte huid, donkerblond tot bruin haar en vrij donkere ogen- wordt gemakkelijk bruin-verbrandt niet snel.
4. een van nature getinte huid, donker haar, donkere ogen- bruint zeer goed- verbrandt bijna nooit.

## Bijlage 1 Wetten en Regels

Enkele wetten en regels omtrent de hygiëne en gezondheid binnen het KDV:

### **Overschoen**

Omdat de kinderen onder 1 jaar kruipen en spelen doen de kinderen bij het binnen komen hun schoentjes uit en doen sokken of slofjes aan. De volwassenen die binnen komen trekken hun overschoen aan (schoenhoesje). Ouders kunnen ervoor kiezen ook op blote voeten of sokken te lopen. In de hal bij het binnen komen zijn de schoenvertrekken te vinden. Pedagogische medewerkster dragen sloffen of speciale schoenen.

### **Groep**

Op de groep dragen de pedagogische medewerkers de zorg voor de dagelijkse hygiëne. Zo wordt de groep dagelijks gestofzuigd en om de dag gedweild. De sanitaire ruimten worden dagelijks schoongemaakt. Zij werken via een vaste schoonmaaklijst.

### **Slaapruimte**

Hier zit een luchtverversing systeem in waardoor er altijd genoeg zuurstof is. Ook wordt de deur tussendoor opengezet om te luchten. Elk kind gebruikt een eigen slaapzak van thuis en heeft eigen hoeslaken van Trots. Slaapzakken gaan mee naar huis om gewassen te worden. Hoeslakens worden bij ons wekelijks gewassen mits deze voor één kind zijn gebruikt. En als ze vies zijn direct in de was gedaan.

### **Luiers**

De luiers worden in een aparte luiyremmer gedaan. De luiyremmer wordt dagelijks geleegd in de luiy-container en wekelijks volledig uitgesopt. Met lekker weer worden er in de zwembadjes een zwemluiy gebruikt door niet zindelijke kinderen om vervuiling te voorkomen.

### **Speelgoed**

Het speelgoed wordt regelmatig/maandelijks schoongemaakt volgens een schoonmaaklijst of eerder als het vies is. Het speelgoed wordt weggegooid als het stuk of beschadigd is. Binnen speelgoed blijft binnen en buiten speelgoed blijft buiten of in de schuur. Dit geldt ook voor zand en water speelgoed. Deze worden gescheiden gebruikt en opgeborgen.

### **Speen en flessen**

Spenen en flessen zijn de verantwoording van de ouder en gaan dagelijks mee naar huis. De ouder zorgt dat deze met regelmaat worden vernieuwd en uitgekookt. Wij geven geen kapotte spenen aan kinderen. Spenen worden in een daarvoor bestemd bakje gedaan en in het persoonlijke mandje bewaard.



### **Roken**

Er mag rond het gebouw en in het gebouw niet gerookt worden.

### **Wasmachine**

Alle was wordt op zo hoog mogelijke temperatuur gewassen. Dagelijkse was zoals handdoeken, beddengoed, washandje ect op 60 of 90 graden. Verkleedkleden, poppenkleden en knuffels op 40 graden eens per maand of eerder als het vies is of gebruikt door een ziek kind.

### **Ventilatie en temperatuur**

- Er is een ventilatie systeem aanwezig in het gehele pand zodat er altijd frisse lucht in de groep binnen komt ook als de deuren en ramen gesloten zijn. Dag en nacht.
- Er is vloerverwarming aanwezig deze staat op 19,5 graden ingesteld en wordt aangepast zo nodig. Temperatuur komt niet lager als 17 graden.
- In elke ruimte is een thermometer met een luchtvochtigheidsmeter aanwezig. Welke dagelijks gecheckt worden. Om grote schommelingen te voorkomen.
- Elk jaar wordt het ventilatiesysteem gereinigd en elke 5 jaar opnieuw ingesteld en bijgehouden in een logboek.
- Elke 5 jaar worden de ventilatiekanalen schoongemaakt.
- Ventilatioerosters worden vrijgehouden.
- Tijdens warme activiteiten en bepaalde schoonmaak werkzaamheden wordt er extra geventileerd.
- Tijdens de warme zomer maanden wordt er gebruik gemaakt van een Airco. Deze zorgt dat de temperatuur maar ook de luchtvochtigheid op peil blijven op de groepen.

