

Protocol kinderen in de zon

Beleid Pedagogiek – Veiligheid & Gezondheid

Zon voor kinderen

De zon is goed voor kinderen, het stimuleert de aanmaak van vitamine D wat de groei van botten stimuleert, maar te veel zon is niet gezond. De huid van kinderen kan zelfs al zonder verbranding van de huid te veel zon krijgen. Hierbij raken de huidcellen beschadigd en wordt de kans op huidkanker in hun latere leven groter.

Naar ouders kan er een bericht in het Ouderportaal gestuurd worden waar de gevolgen van te veel zon in beschreven staan. Hierin wordt aan ouders gevraagd om een petje/hoedje mee te geven, evenals een extra t-shirt en waterschoenen of sandalen. Het heeft geen zin om aan ouders te vragen of ze hun kind alvast kunnen insmeren thuis, omdat je dit niet kunt controleren. We gaan er dan ook vanuit dat alle kinderen bij CompaNanny moeten worden ingesmeerd.

Voor de Nannies:

- Kinderen worden door ons in de maanden april t/m oktober voor het naar buiten gaan ingesmeerd met een anti-zonnebrandmiddel met een minimale beschermingsfactor van 30. Als kinderen een langere tijd buiten zijn moeten ze herhaaldelijk worden ingesmeerd. Als het regent hoeven de kinderen niet te worden ingesmeerd.
- Het insmeren gebeurt een half uur voor het naar buiten gaan.
- Er wordt extra gelet op het insmeren van gevoelige zones zoals neus, oren, nek en hoofdhuid.
- Tussen 12.00 en 15.00 uur wordt er zo min mogelijk buiten in de volle zon gespeeld en zoveel mogelijk in de schaduw.
- Kinderen onder de 6 maanden worden sowieso zoveel mogelijk uit de zon gehouden en in de schaduw neergelegd.
- Er wordt op het buitenterrein zoveel mogelijk schaduw gecreëerd, door middel van parasols en/of doeken die aan het net bevestigd worden.
- Kinderen die buiten zijn in de zon dragen een t-shirt en, indien aanwezig, een petje/zonnehoed.
- Bij warme dagen en extreme hitte krijgen de kinderen extra te drinken.
- Water in een tuinslang, waterbaan o.i.d. kan erg heet zijn geworden door de zon.
- Let op de zonwijzer van het KNMI

Zonnebrand

CompaNanny kiest voor een zonnebrandcrème met minimaal factor 30. Daarnaast moet er het besef zijn dat schaduw en bewolking de blootstelling aan UV-straling beperkt, maar niet helemaal wegneemt. Een kind moet dus wel ingesmeerd worden, ook op een bewolkte dag of bij een speelplek in de schaduw.

Vitamine D

Wanneer kinderen worden blootgesteld aan de zon, maken ze vitamine D aan. Binnen ongeveer 10 minuten hebben de meeste kinderen al voldoende vitamine D aangemaakt. Het goed insmeren in de zomer, een half uur voor het naar buiten gaan, belemmert de aanmaak van vitamine D niet.