



Kinderopvang Special

SAMENVATTING

Voor wie?

- aan: organisatoren van kinderopvang van baby's en peuters
- ter informatie aan: de lokale besturen, lokale loketten en de partners

In het kort

- Opgroeien houdt de adviezen rond veilig slapen in de aandacht door alle zorgprofessionals te informeren. De kinderopvang is hierin een onmisbare partner.
- Dit is veranderd:
 - We gaan van zeven naar vijf adviezen.
 - We leggen meer nadruk op wennen in de kinderopvang.
 - Knuffeldoekjes of kleine knuffels in bed zijn mogelijk.
- Ontdek de 5 adviezen
- Extra in de aandacht: veel voorkomende vragen
- Ontdek alle ondersteunend materiaal onderaan deze Kinderopvang Special.

Actie nodig?

Deze informatie is belangrijk voor al wie baby's en peuters opvangt of kinderbegeleiders coacht. Ze is nuttig voor iedereen die contact heeft met ouders van jonge kinderen.

- Bespreek deze informatie in je team.
- Deel deze info gerust met jouw netwerk.

Samen kunnen we ervoor zorgen dat elk kind veilig slaapt en zich geborgen voelt. Jullie inzet maakt een verschil!

VEILIG SLAPEN: SAMEN STERK VOOR ELK KIND

Als organisatoren en medewerkers in de **kinderopvang** zijn jullie **een onmisbare partner in het toepassen van de adviezen rond veilig slapen**. Dankzij de gezamenlijke inspanningen zijn de overlijdens tijdens de slaap in Vlaanderen de laatste decennia sterk gedaald.

Internationaal zien we opnieuw een stijgende trend, ook recente cijfers van UZ Leuven tonen een stijging. Daarom vinden experts¹ het belangrijk om de preventiemaatregelen blijvend onder de aandacht te houden, zowel bij ouders als bij professionals.

Ouders krijgen vaak uiteenlopende berichten over veilig slapen, zeker via sociale media, en dat zorgt soms voor verwarring. Door samen te werken als netwerk, zorgen we ervoor dat **elke ouder steeds dezelfde heldere adviezen** krijgt, of die nu bij de arts, de vroedvrouw of in de kinderopvang komt. Daarom informeert Opgroeien met een brede netwerkactie alle professionals die jonge gezinnen ondersteunen.

De kinderopvang past **de regelgeving** toe en brengt dagelijks de adviezen in de praktijk. Al bij de inschrijving informeren jullie ouders over hoe kinderen veilig slapen in de opvang en ouders stellen jullie regelmatig vragen over slapen. Dankzij de netwerkactie sta je er niet alleen voor. Ook andere partners helpen mee om baby's veilig te leren slapen, zodat zij die gewoonte al hebben als ze in de opvang starten. Zo staan we samen sterk in het waarborgen van veilige slaap voor elk kind.

DE 5 ADVIEZEN



¹ Dit advies komt uit het recent rapport van de American Academy of Pediatrics (AAP). De Vlaamse multidisciplinaire groep van externe experts in slapen ondersteunt het belang hiervan. Deze Vlaamse groep is samengesteld uit pedagogen, artsen, psychologen, ziekenhuisverpleegkundigen van afdelingen moeder/kind en vroedvrouwen.

WAT IS ER VERANDERD?

VAN ZEVEN NAAR VIJF ADVIEZEN VEILIG SLAPEN

We gaan van zeven naar vijf adviezen:

- 'Rookvrije omgeving' en 'temperatuur' (niet te warm) zijn samengevoegd in het nieuwe advies gezonde, rookvrije omgeving.
- Het advies over geneesmiddelen vind je in [de informatie over ziek zijn en geneesmiddelen](#) en is geen apart advies veilig slapen meer.
- Rust en regelmaat vind je onder [de algemene informatie over slapen](#). We leggen de focus op wennen, omdat we merken dat overlijdens vaker plaatsvinden tijdens de wenperiode.

KNUFFELDOEKJES OF KLEINE KNUFFELS IN BED ZIJN MOGELIJK

Het is niet gevaarlijk als een baby met een **knuffeldoekje of kleine knuffel** slaapt. Het kan de baby een geborgen gevoel geven en hij kan er troost bij vinden. **Zorg ervoor dat het knuffeldoekje het hoofd niet volledig kan afdekken.** Leg het knuffeldoekje niet op het gezicht. Het is geen probleem als de baby zelf het doekje tegen het gezicht legt.

Grote, gevulde knuffels zijn leuk [om mee te spelen](#), maar horen net als grote doeken niet thuis in bed. Ze kunnen het hoofdje afdekken of de baby kan er met het gezicht tegenaan komen te liggen. Hierdoor kan de baby het te warm krijgen of niet meer vrij ademen. Een peuter kan de knuffel als opstapje gebruiken om uit bed te klimmen.

WE LEGGEN MEER NADRUK OP WENNEN IN DE KINDEROPVANG

We leggen de focus op wennen, omdat we merken dat overlijdens gerelateerd aan de kinderopvang vaker plaatsvinden tijdens de wenperiode.

De start in de opvang kan door de baby als stresserend worden ervaren. Dat kan het slaappatroon veranderen en zo het risico op onverwacht overlijden in de slaap verhogen.

Lees meer: [Pedagogische aanpak | Opgroeien](#)

EXTRA IN DE AANDACHT

1. Waarom is een slaapzak de beste keuze voor een baby?

Een goed passende slaapzak vermindert de risico's:

- Een slaapzak helpt voorkomen dat een baby op de buik rolt op een moment dat die nog niet zelfstandig het hoofd kan optillen of kan terugdraaien naar de rug.
- De slaapzak zorgt ervoor dat een peuter het moeilijker heeft om uit bed te klimmen.

Het aandoen van de slaapzak kan voor een baby een herkenbaar onderdeel vormen van het bedtijdrutueel. Dit biedt houvast en voorspelbaarheid.

Lees meer: [Hou het kinderbed eenvoudig | Kind en Gezin](#)

2. Waarom laat je baby's bij voorkeur tot 6 maanden slapen in de ruimte waar je zelf ook bent?

In de kinderopvang is dat meestal de leefruimte.

Het zorgt er voor dat de baby tijdens de slaap omgevingsgeluiden en beweging oppikt en beter reageert als het in de problemen komt. Nabijheid maakt een kind rustiger, en als begeleider hoor je eerder als er iets is. Nabijheid heeft **een beschermende werking tegen onverwacht overlijden tijdens de slaap**.

Sommige baby's slapen beter in een rustig hoekje. Zoek indien nodig een passende oplossing, bijvoorbeeld een rustig hoekje in de leefruimte of een aangrenzende ruimte.

3. Hoe vaak moet je in de kinderopvang bij slapende kinderen gaan kijken in de rustruimte?

Lees het antwoord bij [Veelgestelde vragen over kinderopvang | Opgroeien](#)

4. Hoe kan je hoogslapers of duo slapers veilig gebruiken?

We krijgen regelmatig meldingen van ongevallen die gebeuren met kinderen die vallen uit een hoogslaper

Voorkom valpartijen:

- Zorg voor veilige hoogslapers en gebruik altijd de voorziene valbeveiliging.
- Volg de voorschriften van de producent. Controleer bijvoorbeeld de aanbevolen leeftijd voor het gebruik van het bovenste bed.
- Laat je niet afleiden als je het kind in bed legt. Blijf alert zolang het bedje niet gesloten is.
 - **Sluit het sluitsysteem correct.** Maak het een vaste gewoonte om dit extra te controleren.
 - **Opleiding voor nieuwe medewerkers en stagiairs.** Leer hen van bij de start hoe ze bedden veilig gebruiken en controleren.

5. Hoe ga je om met verwachtingen van ouders die je in de kinderopvang moeilijk kan waarmaken?

- Ouders hebben veel vragen over het slapen van hun baby. Niet enkel over veilig slapen, maar ook over 'waarom het slapen soms zo moeilijk gaat'. Ouders zijn zoekende en hebben soms verwachtingen die in de kinderopvang niet haalbaar zijn. Dat is niet eenvoudig voor de ouder en voor de kinderopvang. Als je inzicht hebt in [slaapontwikkeling van jonge kinderen](#) kan je het slaapgedrag van kinderen beter begrijpen en dat kan helpen om ouders gerust te stellen.
- De kinderopvang is een groepscontext. Het is niet mogelijk om op alle specifieke verwachtingen van elke ouder in te gaan. Bespreek met de ouders wat voor jou kan en wat past binnen jouw werking. Lees meer over [Verbinden met ouders | Opgroeien](#)
- Ouders kunnen met hun vragen steeds terecht bij het **Kind en Gezin-team**. Zij geven ondersteuning op maat.

VEILIG SLAPEN MET VEILIGE SPULLEN

Op sociale media zie je allerlei knusse slaapfoto's en in de winkel staan allerhande producten in de rekken. Wat er knus en gezellig uitziet, is echter niet altijd even veilig voor een baby.

- Welke vragen kan je je stellen om te weten of je een product veilig kan gebruiken als een baby slaapt? [Lees meer over productinformatie](#).
- Herken jij de producten die je veilig kan gebruiken tijdens de slaap? Speel [het spel](#).

ONDERSTEUNEND MATERIAAL

INFORMATIE

- Alle info voor ouders, die ook voor jou belangrijk is, kan je vinden op: [Veilig slapen | Kind en Gezin](#)
- Alles wat jij als medewerker in de kinderopvang extra moet weten kan je vinden op de website van Opgroeien: [Veiligheid | Opgroeien](#)

DIGITAAL INFORMATIEPAKKET

Met dit pakket kan je medewerkers, ouders, stagiairs, ... informeren. In dit pakket vind je onder andere: een presentatie, berichtjes voor sociale media, een postkaartje en een poster.

- [Opgroeien.be/materialenpakket 'Vijf tips voor veilig slapen'](#)

WEBINAR

Op 16/12 gaf Opgroeien een webinar voor alle partners in het netwerk. Je kan de webinar herbekijken [via opgroeien.be](#).

—