



Persoonlijke hygiene en gezondheid

Jan 2019

Anita Croeze
Pluit 12
9801MP Zuidhorn
Tel: 06-49844490

• **1.Persoonlijke hygiëne en gezondheid**

Goed samenspel tussen gebouw en gedrag van medewerkers, kinderen en ouders

Jonge kinderen maken kennis met vele voor hen nieuwe micro-organismen (ziekteverwekkers) waartegen zij nog geen weerstand hebben opgebouwd. Het doormaken van een aantal veel voorkomende infectieziekten hoort bij de normale ontwikkeling van een kind. Kinderen die de kinderopvang bezoeken, hebben echter een grotere kans om een infectieziekte op te lopen dan kinderen die thuis verzorgd worden. Via andere kinderen komen zij vaker en op jongere leeftijd in contact met allerlei ziekteverwekkers. Door hygiëne maatregelen zoals neus snuiten, handen wassen en schoonmaakmaatregelen wordt de overdracht van ziekteverwekkers zoveel mogelijk tegen gegaan.

○ **Ziekteverwekkers**

Ziekteverwekkers als bacteriën, virussen, parasieten en schimmels zijn overal aanwezig. Zij verspreiden zich via handen, de lucht, voedsel, voorwerpen, lichaamsvloeistoffen en dieren/ vliegen/ muggen. Gelukkig zijn de meeste soorten onschuldig. Door contact met een ziekteverwekker hoeft er nog geen (infectie)ziekte op te treden. Pas als de ziekteverwekker zich in het lichaam vermenigvuldigt en als er klachten zijn is er sprake van een infectie. Door goede hygiënische maatregelen kan besmetting met ziekteverwekkers worden voorkomen. Persoonlijke hygiëne, voedselhygiëne en gedegen schoonmaak zorgen ervoor dat de voedingsbodem voor een snelle groei van de ziekteverwekkers wordt weggenomen.

○ **RIE gezondheid en hygiëncode**

Jaarlijks wordt er een risico-inventarisatie gemaakt voor de veiligheid en gezondheid.

In dit document staan de gedragsregels en werkafspraken die de mogelijke risico's preventief bestrijden. Jaarlijks wordt er naar aanleiding van de ingevulde inventarisatie gekeken of de regels en afspraken uit dit document nog voldoende zijn om de gezondheidsrisico's aanvaardbaar te houden. In een teamoverleg zal dit onderwerp geëvalueerd worden. Daarnaast is de hygiëncode voor kleine instellingen (gebaseerd op HACCP richtlijnen) gebruikt voor de voedselhygiëne en de controle op inkoop van voeding en de bereiding ervan.

○ **Handhygiëne**

Ieder mens draagt ontelbare al dan niet ziekmakende micro-organismen bij zich. Om de verspreiding hiervan tegen te gaan is een goede persoonlijke hygiëne belangrijk. Dit betekent voor de kinderopvang aandacht voor:

Veel ziekteverwekkers worden via de handen overgedragen, dus handen wassen door kinderen en pedagogisch medewerkers is één van de meest effectieve manieren om besmetting te voorkomen. Wanneer moeten in ieder geval de handen worden gewassen van zowel Pm-er als kinderen

voor:

- het aanraken en bereiden van voedsel (inclusief moedermelk en flesvoeding),

- het (helpen bij) eten
- het verzorgen van wonden
- het toedienen van medicijnen

na:

- iedere (zichtbare) verontreiniging van de handen, zoals hoesten, niezen en snuiten, spelen in de zandbak, spelen met de dieren, toiletgebruik, het verschoneren, contact met lichaamsvocht als traanvocht, speeksel, wondvocht, pus, snot, braaksel, urine, ontlasting en bloed
- het aanraken van voedsel
- het buiten spelen
- schoonmaakwerkzaamheden

Werkafspraken handen wassen en gebruik handdoeken:

- Gebruik stromend water. Maak de handen nat en gebruik vloeibare zeep. Wrijf de handen over elkaar en zorg ervoor dat water en zeep over de gehele handen worden verdeeld. Spoel de handen al wrijvend af onder stromend water. Droog de handen af met een handdoek.
- De handen van de kinderen schoonmaken met een schone, vochtige washand, per kind een schone washand.

Hygiënisch gebruik van materialen en middelen:

▪ Slabbetjes, spuugdoekjes, washandjes en fopspeen

- Voor ieder kind wordt een schoon slabbetje, spuugdoekje of washandje gebruikt.
- Na gebruik direct in de was doen, of even uithangen op de rand van een wasmand als de was niet dezelfde dag wordt gewassen.
- Vuil wasgoed gaat in de witte wasmand. Schoon wasgoed (eventueel uit de droger) gaat in de grijze wasmand. Bekers en bestek
- Ieder kind krijgt eigen bestek en een schone drinkbeker of fles. Fopspeen
- Als een kind in de thuissituatie een fopspeen heeft, bijvoorbeeld bij het slapen, spreken pedagogisch medewerkers met de ouders af dat zij een fopspeen van thuis meenemen. De eigen speen gaat dagelijks mee naar huis.
- Als een reserve fopspeen van kinderdagverblijf De Kei gebruikt wordt, wordt deze na gebruik uitgekookt. De uitgekookte fopspeen wordt bewaard in een beker afgedekt met huishoudfolie.
- Fopspeen worden bij voorkeur niet tijdens het spelen gebruikt en na gebruik opgeruimd in het mandje van het kind.

▪ Vaatdoek

Na gebruik de vaatdoek uitspoelen en uitleggen op de wasbak.

De vaatdoeken worden na ieder dagdeel in de was gedaan.

Vuil wasgoed gaat in de witte wasmand. Schoon wasgoed (eventueel uit de droger) gaat in de grijze wasmand.

○ Hoest- en niesdiscipline

Ziekteverwekkers uit mond, neus en keel verspreiden zich via de lucht, via snot en via slijm. Om verspreiding zoveel mogelijk te voorkomen is het belangrijk:

- Kinderen te leren bij hoesten en niezen het hoofd weg te draaien van een ander.

- De hand voor de mond te houden tijdens het niezen en/of hoesten of in de elleboog te niezen en/of hoesten; daarna handen wassen.
- Op tijd de neus te snuiten om snottebellen te voorkomen met een toiletpapiertje of tissues, die direct na gebruik weggegooid worden. Daarna wassen pedagogisch medewerkers handen (zie protocol handhygiëne).

- **Besmettelijke ziekten**

Pedagogisch medewerkers kunnen in geval van de volgende besmettelijke ziekten niet werken; buiktyfus, paratyfus, bloederige diarree en open tbc. Bij een mogelijke besmettelijke ziekte zoals diarree of huiduitslag overleggen we met de GGD.

- **Wondhygiëne**

Open wondjes met wondvocht of pus moeten bij het kind of de medewerker bij voorkeur worden afgedekt (steriel gaasje) of regelmatig worden drooggedept. Hierbij dragen pedagogisch medewerkers wegwerphandschoenen. Materialen die in aanraking zijn gekomen met wondvocht of pus moeten worden schoongemaakt.

- **Hygiëne omtrent verschonen**

- **Werkafspraken:**

- Verschonen gebeurt op een verschoontafel in de verschoonruimte. Het verschoonkussen moet heel zijn, een kapot kussen moet direct worden vervangen.
- Het water moet warm zijn (38°) om eventuele ontlasting goed van het lichaam te kunnen wassen.
- Luiers moeten na gebruik direct in de container worden gegooid.
- Na een verschoning moet het verschoonkussen worden schoongemaakt met een oplossing van schoonmaakmiddel uit de sprayflacon. Bij acute diarree en/of bloed moet het verschoonkussen met alcohol worden schoongemaakt.
- De pedagogisch medewerker wast na het verschonen altijd de handen
- Zolang kinderen nog niet zelfstandig naar het toilet kunnen, gaat er altijd een Pm-er mee om het kind te helpen.
- Kinderen nemen geen speelgoed mee naar het toilet.
- Ieder kind wordt geleerd handen te wassen na het toiletgebruik en op naleving hiervan wordt consequent toegezien.
- Als het toilet zichtbaar vervuild is, wordt het toilet door degene die dit constateert direct schoon gemaakt.
- Pedagogisch medewerkers maken na ieder dagdeel de kraan (handcontactpunt) van de wastafel schoon.
- Kinderen slapen in een slaapzakje van kinderdagverblijf Banjer

- **Werkafspraken ten aanzien van verschonen bedjes:**

- Als een bedje gezamenlijk wordt gebruikt wordt het beddegoed tussendoor verschoond.
- Overtrekken en lakens dagelijks bij voorkeur wanneer er door een ander kind gebruik gemaakt wordt van het bedje
- Als na het slapen een overtrek of laken nat of vuil is, wordt deze direct vervangen. Dekens maandelijks.

• 2. Voedselhygiëne

Voedselinfecties en -vergiftigingen veroorzaken maagdarmlachten. Hygiënisch werken is een belangrijk wapen hiertegen. Kinderopvang Banjer heeft een voedingsbeleid. Er zijn eisen opgesteld in de 'Hygiëncode voor kleine instellingen'. Deze eisen zijn meegenomen in dit document.

- **Basisvoorwaarden voor een goede hygiëne:**
 - Goede persoonlijke hygiëne, ook voor kinderen die meehelpt met voedselvoorbereiding. Te denken valt aan handen wassen voor het klaarmaken met eten en werken met een schort voor de kinderen.
 - Werk met schone materialen.
 - Er is een apart voedingsbeleid voor het bereiden van flesvoeding en moedermelk.
 - De werkomgeving moet schoon zijn.
 - Rauw en bereide producten moeten gescheiden blijven.
 - Schone en vuile producten moeten gescheiden blijven.

In het voedingsbeleid staat beschreven hoe er bv. omgegaan wordt met het opruimen en bewaren van eten, het klaarmaken van koude en ook warme maaltijden en het klaarmaken van babyvoeding.

• 3.Schoonmaken

Omdat stof en vuil broedplaatsen zijn voor micro-organismen en deze kunnen zorgen voor infectieziekten, wordt door schoonmaken het besmettingsrisico van ziekteverwekkers verlaagd. Om te zorgen voor een schone leefomgeving verrichten pedagogisch medewerkers schoonmaakwerkzaamheden. Er zijn Schoonmaakschema's opgesteld die strikt gehanteerd worden.

▪ **Werkafspraken ten aanzien van het schoonmaken**

- Na het schoonmaken van klein speelgoed, moet het speelgoed goed droog zijn, voordat het in een doos of mand wordt opgeruimd.
- Speelgoed van baby's worden dagelijks gereinigd (i.v.m. in de mond stoppen).
- Dagelijks worden alle afvalcontainers geleegd.
- In het schoonmaakschema staat precies beschreven wat er dagelijks gedaan moet worden, hierin wordt alles bijgehouden. Dit schema is opgesteld aan de hand van de eisen in een kinderopvang.

• 4. Binnenmilieu Ventileren en luchten

- Er zijn diverse redenen te noemen waarom het belangrijk is dagelijks te ventileren en te luchten:
- In frisse goed geventileerde ruimtes wordt het aantal bacteriën verlaagd, waardoor mogelijke besmettingskans van een aanwezig infectieziekte afneemt.
- Ventilatie is ook belangrijk voor het afvoeren van hinderlijke geuren, en anderszins schadelijke stoffen.
- Voor mensen en kinderen met luchtwegproblemen is ventilatie extra belangrijk.
- Werkafspraken ten aanzien van het ventileren
- Ventileer of lucht extra als de ruimte bedompt of muff ruikt of na gebruik van vluchtige middelen als spuitbussen en lijm.
- Er worden afspraken gemaakt met de installateur van het gebalanceerd ventilatiesysteem voor controle en onderhoud.

○ **Temperatuur**

- De temperatuur in de leefruimte ligt tussen de 17° en de 27° graden. De gewenste gemiddelde temperatuur is 20°.
- De temperatuur in de slaapkamer ligt tussen de 15° en de 25° graden. De gewenste gemiddelde temperatuur is 18°.

▪ **Werkafspraken ten aanzien van de temperatuur**

Controleer dagelijks - of als je zelf voelt dat het te warm of te koud lijkt te zijn - de temperatuur. Handel bij afwijking van de aangegeven temperatuur.

○ **Roken**

- Er wordt binnen of buiten niet gerookt. Het is contractueel niet toegestaan in zowel de binnen- als de buitenruimte van kinderdagverblijf Banjer te roken.

○ **Controles ten aanzien van het binnenmilieu**

Een aantal zaken die betrekking hebben op gezondheid worden op contractbasis door de installateur gecontroleerd. Het gaat hierbij bijvoorbeeld om controle van het gebalanceerd ventilatiesysteem.

○ **Gezondheid gebouw**

- Het gebouw is voorzien van een gebalanceerd ventilatiesysteem. Risico's in verband met (een te hoge) binnentemperatuur c.q. het binnenmilieu zijn zeer onwaarschijnlijk. Het gebalanceerd ventilatiesysteem zorgt voor frisse lucht in het gehele gebouw.
- Voedselbereiding (keuken) en verschonen zijn strikt gescheiden.
- Er is buiten een aparte containerruimte voor afval.
- De keuken is voorzien van een afvallemmer.
- Bij de keuze van bedjes, boxen, kinderstoelen e.d. en de inrichting van de ruimtes is hygiëne een belangrijk criterium.

• 5. Buitenmilieu

○ Inrichting buitenruimte

In het beleid van kinderdagverblijf Banjer past het de zintuigen van een kind te prikkelen en stimuleren in een buitenruimte met gras, bloemen, bomen en struiken. Er staan echter geen giftige planten. Tevens worden planten met allergen stuifmeel vermeden. Hetzelfde geldt voor planten die bijen of wespen aantrekken. Het er is kunstgras en deze wordt wekelijks gereinigd en wordt bijgehouden de bomen en struiken moeten tijdig gesnoeid worden.

▪ Zandbak

- Voordat de kinderen in het zand gaan spelen, moet een pedagogisch medewerker de zandbak controleren op uitwerpselen of gevaarlijk (zwerf)afval. Bij uitwerpselen ruim erom heen wegscheppen.
- De buitenzandbak wordt afgedekt met een water- en luchtdoorlatend net. Het zand moet kunnen drogen om vorming van schimmels te voorkomen. Dit net moet aan het einde van iedere dag naar beneden getrokken worden.

▪ Badjes

In de tuin is er volop gelegenheid om met water te spelen, ontdekken en onderzoeken. Bij aanhoudend (tropisch) warm weer kunnen er ook badjes opgezet worden.

- Als bij hoogzomerweer een badje worden gebruikt, wordt het water na het spelen weggegooid.
- Bij tussentijdse vervuiling wordt het water door degene die dit constateert direct weggegooid.
- De Pm-er laat de kinderen voor het spelen in het badje op het toilet plassen.
- Er wordt niet gegeten of gedronken in een badje.

▪ Hitte en zon

- Afspraken over kleding, insmeren en petjes zijn vastgelegd in risico en veiligheidinventarisatie
- Bij warm weer bieden de Pm-er meerdere keren per dag drinken aan, aan de kinderen. Tevens worden er zelf gemaakte waterijsjes (met bijvoorbeeld: aardbeien of komkommer erin aangeboden) zodat ze toch de hoeveelheid water binnen krijgen.

▪ (Huis)dieren

Er zijn bij kinderopvang Banjer een hond en schildpadden. Via het Inschrijfformulier en/of Intakeformulier is een mogelijke allergie van een kind voor dieren bekend. De kinderen wassen geregeld hun handen.

▪ Insecten en ongedierte

▪ Teken:

- De Pm-er is zich bewust van het risico van teken na spelen in de tuin.
- In de EHBO koffer is een teken tang aanwezig.

- Pedagogisch medewerkers informeren de ouder als er een tekenbeet is geconstateerd en lichten zo nodig ouders voor. De datum van de tekenbeet wordt genoteerd in de agenda van de eigenaresse van kinderopvang Banjer. Dit is belangrijk voor mogelijk later optredende klachten.

- **Wespen en bijen:**

- Als er wespen of bijen aanwezig zijn, wordt binnen gegeten en gedronken, zeker bij jonge kinderen.

- **Mieren:**

- Bij overlast van mieren kan er een lokdoosje worden geplaatst. Deze moet tijdens de openingsuren weg worden gehaald.

- **Algemene overlast ongedierte – insecten:**

- Er wordt geen gif gestrooid waar kinderen verblijven of spelen.
- Er worden geen bestrijdingsmiddelen bewaard.
- We beperken zoet eten en drinken buiten.

- **Rampen**

Als de sirene gaat, nemen de pedagogisch medewerkers de volgende acties:

- Naar binnen gaan
- Ramen en deuren sluiten
- Stem bij een nationale calamiteit af op Radio 1 - etherfrequentie 98.9 FM

• **6. Risicofactoren en hygiëne bij de dieren**

○ **Voordelen in de omgang met dieren**

Een kinderopvang waarbij kinderen contact hebben met dieren biedt veel voordelen. Uit onderzoek blijkt dat het hebben van een huisdier kinderen weerbaarder maakt en psychische klachten kan voorkomen. Dit komt voornamelijk door het gevoel van sociale ondersteuning, een levend wezen waaraan je verhalen kunt vertellen; een onvoorwaardelijke vriend. Dieren beïnvloeden ook de sociale ontwikkeling van kinderen: zij bieden gespreksstof en kinderen zoeken sneller toenadering als er een dier bij betrokken is, omdat een dier niet oordeelt. Ondanks de angst voor allergieën heeft fysiek contact met dieren een positieve invloed. Het aaien van een dier werkt rustgevend en kan zelfs de hartslag en bloeddruk verlagen. Bij het aaien komt oxytocine vrij, dat zorgt voor een mogelijkheid tot binding. Kinderen worden weerbaarder door de omgang met dieren.

Uit onderzoek blijkt ook dat kinderen die meer in de buitenlucht spelen, minder vaak ziek zijn, beter eten en slapen, zich beter kunnen concentreren en een betere grove motoriek ontwikkelen.

○ **Nadelen in de omgang met dieren**

Ondanks al deze voordelen kleeft er ook een nadeel aan: kinderen kunnen ziek worden van dieren. Verwekkers van infectieziekten komen overal voor: bij mens en dier, maar ook in de grond, voedsel en water. Infectieziekten die van dier op mens worden overgedragen worden zoönosen genoemd. Kinderen bij ons in de opvang hebben veel contact met onze hond, hier zijn geen speciale voorzorgmaatregelen voor nodig

• 7. Medicatie

Er is een Protocol medicijnverstrekking opgesteld conform de Wet BIG.

Medicijnen worden niet in de mandjes van kinderen bewaard, maar in de afsluitbare medicijn box of koelkast.

○ Medicijnen

Op advies van de GGD worden medicijnen alleen toegediend als deze door de (huis)arts zijn voorgeschreven. Ouders dienen een verklaring te ondertekenen waarop zij vermelden welk medicijn wanneer in welke dosering moet worden toegediend. De Pm-er noteert op het medicatieverstrekkingsformulier het tijdstip van toediening en parafeert daarvoor.

Medicijnen worden nooit voor de eerste keer toegediend op kinderopvang Banjer.

• 8. Richtlijnen voor het opruimen en bewaren van eten

Lees op de verpakking bij twijfel over de bewaartemperatuur bij welke temperatuur moet worden opgeslagen.

Sommige producten hoeven pas na openen gekoeld te worden bewaard, dit staat op de verpakking aangegeven.

▪ Ongekoelde opslag

- Bewaar lang houdbare producten droog, donker en op een niet te warme plaats (ongeveer 20o C). In pindaproducten, noten, maïsproducten, boekweit, granen en specerijen kan bij een hoge vochtigheidsgraad schimmeligroei optreden, bewaar ze daarom droog en niet te warm (ongeveer 20o C).
- First In First Out ; Zet de producten met de kortste houdbaarheidstermijn vooraan, zodat ze het eerst worden gebruikt. Zet producten waar geen houdbaarheidsdatum op staat achter aan, zodat de oude producten het eerst worden gebruikt.
- Zorg ervoor dat de voorraad niet te groot is, zodat er geen of nauwelijks producten kunnen voorkomen met een verlopen houdbaarheidsdatum
- Gooi producten die de T.H.T. datum hebben overschreden weg.
- Sluit geopende verpakkingen goed af.
- Doe de inhoud van geopende blikken in een koelkastdoos, zet er een datum op en bewaar dit in de koelkast maximaal 1 à 2 dagen.

▪ Extra maatregelen gekoelde opslag, temperatuur maximaal 7o C, of kouder als er verpakkingen zijn waarop een lagere bewaartemperatuur staat.

- Zorg dat er een goed afleesbare koelkastthermometer in de koelkast is.
- Stel de koelkast kouder af; de knop op een hoger cijfer zetten.
- Meet met de voedselthermometer de temperatuur van enkele producten in de koelkast. Als de temperatuur boven de 7o C is gekomen, moeten deze producten worden weggegooid.
- Meet ook als de koelkasttemperatuur goed is 1x per maand enkele producten en registreer de temperatuur.

▪ Wijze van bewaren

- Dek of sluit alle producten goed af.

Houd rauwe en bereide producten gescheiden door:

- Goed afdekken
- Rauwe producten onderaan in de koelkast te zetten.
- Zet de producten met de kortste houdbaarheidstermijn vooraan, zodat ze het eerst worden gebruikt (FIFO).
- Gooi producten die de T.H.T./ T.G.T datum hebben overschreden weg.
- Zet nooit dampende gerechten in de koelkast, koel deze eerst af.

Bewaar de volgende producten altijd koel:

- boter/margarine/halvarine. Noteer de datum van opening op de verpakking.
- fruit: zacht fruit in de groentela, gekookt fruit (appelmoes, stoofpeertjes) maximaal 3 dagen.
groente: in de groentela

- kaas: goed afgesloten in koelkastdoos of huishoudfolie. Noteer de datum van opening op de verpakking. Gooi beschimmelde kaas weg.
- alle vleeswaren moeten afgedekt in de koelkast bewaard worden, het liefst op de koudste plek. Gesneden vleeswaren bederven sneller dan vleeswaren 'aan het stuk'. Een maal per week alle open verpakkingen weggooien, kipfilet en smeerworst na 2 dagen. Noteer de datum van opening op de verpakking.
- eieren: doe een beschadigd ei weg.
- vacuümverpakte vleeswaren ook in de koelkast bewaren, tenzij de fabrikant iets anders aangeeft. Noteer de datum van opening op de verpakking.
- melk(producten): sluit de verpakking na gebruik. Eén uur buiten de koelkast bewaren verkort de houdbaarheid met 1 dag. Ook houdbare melk na openen in de koelkast bewaren. Noteer de datum van opening op de verpakking. Melk(producten) na verstrijken T.H.T. datum weggooien.
- nagerechten: sluit de verpakking van kant en klare nagerechten goed.
- Vruchtensappen: noteer de datum van openmaken op de verpakking, zodat je weet hoelang een pak open is.
- gooi kant en klare nagerechten weg, nadat de T.H.T. verstreken is
- rauwkost: maximaal 1 dag bewaren
- sauzen als slasaus, ketchup, mayonaise en dergelijke na openen in de koelkast bewaren. Noteer de datum van opening op de verpakking. Ze mogen na openen 3 maanden worden bewaard. Rode sauzen kunnen na openen 9 maanden worden bewaard.

• 9. Overig

Gezondheidsmanagement vormt een essentieel onderwerp in het inwerktraject van nieuwe (pedagogisch) medewerkers.

Tenminste 1 Pm-er is B.H.V.-er en (kinder) E.H.B.O.-er.

Tenminste 1 maal per jaar wordt de E.H.B.O. doos gecontroleerd en/of aangevuld.

De eigenaresse is verantwoordelijk voor de jaarlijkse externe controle van het gebalanceerd ventilatiesysteem.