



B. Gezondheidsbeleid Gastouderbureau Mamanouk versie - juli 2026

ALGEMEEN

Bij Gastouderbureau Mamanouk geloven wij dat kinderen leren door imiteren. Dat houdt in dat wij van onze gastouders verwachten dat zij het goede voorbeeld geven. Zij streven ernaar tijdens de opvang hun gezonde leefstijl voor te leven aan de kinderen, zodat de kinderen dit zullen zien als normaal en dit zelf ook zullen nadoen.

Bij alle onderdelen van dit gezondheidsbeleid staat het lichamelijk, emotioneel en sociaal welbevinden van het kind centraal. De gastouder maakt steeds afwegingen waarbij gezondheid, veiligheid, ontwikkeling en de individuele behoeften van het kind in samenhang worden beschouwd, binnen de kaders van dit beleid en geldende GGD- en RIVM-richtlijnen.

1. ETEN EN DRINKEN

In basis adviseren wij gastouders de richtlijnen van het Voedingscentrum te volgen, echter ook hierin vertrouwen wij op de eigen-wijsheid van gastouders. Over voeding en wat wel en niet gezond is wordt veel gediscussieerd en niet iedereen zit hierover op een lijn. Wij kiezen ervoor om onze gastouders niet te verplichten zich te houden aan eet- en drinkregels die wij voor hen opstellen. Wel bespreken wij met iedere gastouder wat haar kijk is op 'gezond eten en drinken' en hoe zij daar in haar opvang mee omgaat. De gastouder dient dit ook te bespreken met de ouders van haar gastkinderen. Indien nodig geven wij aan waarin zij wellicht gezondere keuzes zou kunnen maken. Tips hiervoor halen wij uit de do's en don'ts van het Voedingscentrum. In het algemeen adviseren wij gastouders als drinken bij voorkeur water en thee te geven aan de kinderen. Bij de lunch volkorenbrood met licht hartig beleg. En als tussendoortje vers fruit of verse groente.

Pas als de gastouder zelf achter haar eigen keuzes staat, zal zij die keuzes ook voorleven en structureel toepassen in haar opvang.

Indien een kindje borstvoeding krijgt mag de moeder zelf bij de gastouder komen voeden (in overleg met de gastouder) of moedermelk kan worden meegegeven en wordt bij de gastouder gekoeld bewaard.

Tijdens eet- en drinkmomenten wordt niet alleen aandacht besteed aan voeding, maar ook aan het welbevinden van het kind. Eten en drinken vinden plaats in een rustige, positieve en sociale sfeer, waarbij kinderen de ruimte krijgen om op een ontspannen manier te eten en samen te zijn aan tafel.



2. BEWEGING

Officieel gelden in Nederland alleen richtlijnen voor beweging van kinderen vanaf 4 jaar. Maar wij vinden dat juist ook voor kinderen onder de 4 jaar beweging van groot belang is. Kinderen bewegen in principe uit zichzelf, mits zij daarvoor de gelegenheid krijgen. Daarom verwachten wij van onze gastouders dat zij die gelegenheid bieden. Dat houdt in dat zij zorgen dat de opvangruimte zo is ingericht dat er voldoende beweegruimte is. Maar het betekent ook dat zij de kinderen uitdagen om te bewegen op een manier die past bij hun leeftijd en die afwisselend is.

Een peuter kan bijvoorbeeld rennen en lopen, maar laat hem/haar ook eens op een loopfiets of klimmen. Voor een baby betekent dit dat zij zoveel mogelijk in vrijheid kunnen bewegen, liever op een speelkleed op de grond dan in een box, eventueel met een babygym of ander speelgoed. En dat de gastouder de baby onder begeleiding ook op de buik legt. Voor baby's is het ook van belang dat zij alleen in (wip)stoeltjes zitten als dat echt nodig is, bijvoorbeeld om een fruithap te eten.

Binnenshuis kan bewegen gestimuleerd worden door dagelijks te dansen of een parcours op te zetten waarbij de kinderen moeten kruipen, klimmen, springen en lopen.

Beweging draagt niet alleen bij aan de lichamelijke gezondheid, maar ook aan het zelfvertrouwen, motorische ontwikkeling, de zelfstandigheid en het welbevinden van het kind. Ook hier geldt dat de gastouder haar eigen-wijsheid volgt en doet wat bij haar past en wat bij de (groep van) kinderen past.

3. NAAR BUITEN

Naar onze mening is het voor iedereen, groot en klein, belangrijk om elke dag naar buiten te gaan. Zeker ook kinderen worden niet vrolijk van een hele dag alleen maar binnen zitten. Daarom verwachten wij van onze gastouders dat zij iedere dag ten minste één keer met de kinderen naar buiten gaan.

Soms kan dat heel eenvoudig, bijvoorbeeld wanneer er een tuin aanwezig is waar de kinderen kunnen spelen. Gastouders zonder tuin, bijvoorbeeld in een flat, zullen dit op een andere manier moeten organiseren.

Samen met de gastouder kijken wij naar de mogelijkheden in de directe omgeving. Hierbij wordt gekeken naar vervoersmiddelen en geschikte locaties waar kinderen in de buitenlucht kunnen spelen. In de praktijk blijkt dat het voor alle gastouders mogelijk is om dagelijks met de kinderen naar buiten te gaan.



Bij zonnig weer zorgt de gastouder ervoor dat kinderen zoveel mogelijk in de schaduw kunnen spelen, passende kleding dragen en – na toestemming van ouders – worden ingesmeerd met zonnebrandcrème. Ook wordt rekening gehouden met de warmste uren van de dag.

Bij aanhoudende warmte of hoge buitentemperaturen neemt de gastouder extra maatregelen om oververhitting en uitdroging te voorkomen. De gastouder zorgt ervoor dat kinderen gedurende de dag regelmatig water drinken en biedt dit vaker aan dan gebruikelijk. Bij baby's wordt hierbij tevens rekening gehouden met de afspraken die hierover met de ouders zijn gemaakt.

Tijdens warme dagen worden inspannende activiteiten zoveel mogelijk beperkt en vinden buitenactiviteiten bij voorkeur plaats in de koelere ochtenduren. Tijdens de warmste uren van de dag blijven kinderen zoveel mogelijk binnen of spelen zij uitsluitend op een schaduwrijke plaats.

De gastouder zorgt ervoor dat de opvangruimte zo koel mogelijk blijft door tijdig te ventileren, zonwering te gebruiken en ramen en gordijnen waar nodig gesloten te houden wanneer de buitentemperatuur hoger is dan de binnentemperatuur.

De gastouder let extra op signalen van oververhitting of uitdroging, zoals sufheid, lusteloosheid, een warme of rode huid, hoofdpijn, duizeligheid of minder plassen. Bij twijfel wordt direct contact opgenomen met de ouders en indien noodzakelijk wordt medische hulp ingeschakeld.

Gastouderbureau Mamanouk volgt bij extreme hitte de actuele adviezen van het RIVM en het Nationaal Hitteplan. Wanneer deze van toepassing zijn, informeert Gastouderbureau Mamanouk zowel gastouders als ouders hierover per e-mail en worden de geadviseerde maatregelen binnen de opvang zoveel mogelijk opgevolgd.

Als ouder is het belangrijk dat kinderen beschikken over passende kleding, zoals een (regen)jas, stevige schoenen of laarzen en in de winter eventueel een muts, sjaal en handschoenen.

Alleen wanneer het weer echt extreem is, kan worden overwogen om niet naar buiten te gaan. In de meeste gevallen is er echter een passende manier om het buitenspelen toch mogelijk te maken.

Buiten spelen draagt daarnaast sterk bij aan het lichamelijk, emotioneel en sociaal welbevinden van kinderen. Het biedt ruimte om te ontdekken, te bewegen en sociale ervaringen op te doen.



4. ROKEN

Het is wettelijk bepaald dat in het huis van de gastouder waar de opvang plaatsvindt nooit gerookt mag worden. Niet tijdens de opvang, maar ook niet buiten opvangtijden om. Nooit.

Als de partner van de gastouder rookt, mag dit niet in het zicht van de kinderen gebeuren. Roken dient altijd buiten plaats te vinden en buiten het zicht en bereik van de kinderen.

In aanvulling hierop mogen er ook nooit sigarettenpeuken of (volle) asbakken binnen bereik van de kinderen zijn.

Ook elektronische rookwaren zoals vapes vallen hieronder en worden gelijkgesteld aan regulier rookgedrag binnen de opvangomgeving.

Op deze manier willen wij bijdragen aan de rookvrije generatie.

5. ZIEKTE

5.1 Ziek kind

Als een kind ziek is, is dat als eerste vooral vervelend voor het kind zelf. Maar voor ouders kan het ook 'onhandig' zijn, omdat je misschien zelf het liefst thuis blijft om voor je kind te zorgen, maar ook moet werken. In vrij veel gevallen kan jouw kind gewoon naar de gastouder, als het ziek is.

Als allereerst is het van groot belang dat je de gastouder voordat de opvang start (dus niet bij binnenkomst bij de gastouder thuis) informeert over de ziekte van je kind en met haar overlegt wat jouw ideeën zijn. Zij zal dan aangeven of zij jouw kind wel of niet kan opvangen.

Dit gebeurt ook als het kind gedurende de opvangdag ziek wordt. De gastouder neemt dan zo snel mogelijk contact op met de ouder(s) van het kind om te overleggen.

Hierbij houdt de gastouder rekening met het volgende:

- De gezondheid en het welbevinden van jouw kind
- De gezondheid en het welbevinden van de andere kinderen
- De gezondheid en het welbevinden van haar eigen gezin

Concreet houdt dit in dat de gastouder altijd eerst zal kijken naar hoe het met het zieke kind gaat. Heeft het verhoging maar loopt het vrolijk rond en doet het mee, net als anders, dan is er geen probleem en mag het kind gewoon komen. Heeft het kind geen verhoging, maar is het toch duidelijk dat het zich niet goed voelt, veel op schoot wil en eigenlijk het beste af is bij de ouder(s) thuis? Dan zal de gastouder het kind niet opvangen of contact opnemen met de ouders om het kind te laten ophalen.



Ook zal de gastouder meewegen of het zieke kind dusdanig veel aandacht vraagt dat dit ten koste gaat van de aandacht en zorg voor de andere kinderen. En op de derde plaats relateert zij de zorgbehoefte van het zieke kind aan de gezondheid en het welbevinden van haar eigen gezin.

Wij houden geen algemene zogenaamde '38-graden-grens' aan, waarbij alle kinderen met een temperatuur van meer dan 38 graden worden geweigerd in de opvang. Wel wordt er altijd gekeken naar het kind zelf.

Ook hierbij is het weer de gastouder die uiteindelijk bepaalt hoe zij in haar opvang omgaat met zieke kinderen. Wij verwachten van onze gastouders dat zij hierover duidelijkheid geeft aan de ouders.

Meer informatie over de verschillende infectieziekten is ook te vinden in jouw portaal op 'Mijn Mamanouk'. Deze informatie is afkomstig van de GGD. In het algemeen geldt dat wij het advies van de GGD opvolgen waar het gaat om weigeren of accepteren van opvang van een ziek kind.

5.2 Zieke gastouder

Hoewel onze gastouders vrijwel nooit ziek zijn, kan het toch gebeuren dat een gastouder een keer ziek wordt. Als dat gebeurt neemt zij in een zo vroeg mogelijk stadium contact op met de ouder(s) van haar gastkinderen. In dat contact geeft zij zelf aan of zij kan opvangen of niet. Ook hierbij neemt zij de punten uit paragraaf 5.1 weer in overweging. Belangrijkste in haar besluitvorming is altijd dat de gastkinderen niet mogen lijden onder haar ziekte en staat het welzijn van de kinderen hierbij altijd voorop.

Als de gastouder besluit niet te kunnen opvangen, dan kunnen de ouders contact opnemen met Gastouderbureau Mamanouk met het verzoek om vervangende opvang te organiseren.

Als de gastouder besluit dat de opvang gewoon door kan gaan, maar ouders besluiten toch hun kind niet te brengen, dan wordt de gastoudervergoeding wel in rekening gebracht.

5.3 Zieke huisgenoot van gastouder

Als een van de kinderen van de gastouder, of haar partner ziek is, informeert de gastouder de ouder(s) zo snel mogelijk. Als het daarbij gaat om een ziekte waarbij de GGD adviseert om geen opvang te bieden, dan doet de gastouder dat ook niet en wordt de gastoudervergoeding ook niet uitbetaald.

Als er wel gewoon opvang plaats kan vinden, dan neemt de gastouder opnieuw de punten van paragraaf 5.1 in overweging en besluit zij of zij wel of geen opvang zal bieden.



6. MEDICIJNGEBRUIK

Indien een kind tijdens de opvang medicatie nodig heeft, wordt deze uitsluitend toegediend na voorafgaande schriftelijke toestemming van de ouders. Ouders zijn verantwoordelijk voor het correct aanleveren van de medicatie en het verstrekken van duidelijke instructies omtrent dosering en gebruik.

De medicatie dient altijd in de originele verpakking te worden aangeleverd, voorzien van een duidelijke bijsluiter en naam van het kind. De gastouder controleert vooraf of de instructies duidelijk en uitvoerbaar zijn en beoordeelt of zij zich bekwaam voelt om de medicatie op verantwoorde wijze toe te dienen.

Indien hierover twijfel bestaat, wordt in overleg met ouders gezocht naar een passende oplossing. Medicatie wordt altijd veilig bewaard, buiten bereik van kinderen en indien nodig volgens de bewaarvoorschriften (zoals koeling).

Toediening van medicatie kan indien gewenst worden geregistreerd, zodat voor ouders inzichtelijk is wanneer en hoeveel medicatie is gegeven.

7. VACCINATIES

Over vaccinaties in de kinderopvang wordt de laatste jaren flink gediscussieerd. Wij zijn van mening dat iedereen zijn eigen afweging moet maken in het wel of niet laten vaccineren van zijn/ haar kind(eren). In het algemeen merken wij wel dat de meeste ouders hun kind(eren) nog steeds laten vaccineren en laten deelnemen aan het rijksvaccinatieprogramma. Dat is dan ook ons uitgangspunt.

Als gastouderbureau weigeren wij geen kinderen die niet gevaccineerd zijn, echter, voor de opvang van alle kinderen zijn wij afhankelijk van onze gastouders. Wij hebben veel en open contact met onze gastouders en verwachten van hen dat zij ons goed op de hoogte brengen van of zij zelf haar kinderen laat vaccineren en of zij open staat voor de opvang van niet-gevaccineerde kinderen.

Wij kunnen onze gastouders niet verplichten een niet-gevaccineerd kind te accepteren. In de praktijk blijkt dat dat ook geen zin heeft, omdat de ideeën over wat goed is voor een kind dan teveel uiteen lopen, waardoor een goede samenwerking in de opvang tussen gastouder en ouders niet tot stand komt.

Daarom is het voor ons ook van belang dat wij van ouders weten hoe zij staan ten aanzien van het vaccineren van kinderen. Als wij al bij het intakegesprek weten of jij van plan bent je kind te laten vaccineren of niet, en of jij het oké vindt dat bij de gastouder van jouw kind ook niet-gevaccineerde kinderen worden opgevangen, dan kunnen wij een betere match maken met een gastouder die hier dezelfde ideeën over heeft.



SLOTBEPALING

Dit gezondheidsbeleid vormt een leidend kader binnen Gastouderbureau Mamanouk en wordt periodiek geëvalueerd en waar nodig aangepast aan actuele wet- en regelgeving en GGD-/RIVM-richtlijnen. Gastouders worden over wijzigingen in dit beleid geïnformeerd en kunnen hierover altijd in gesprek gaan met Gastouderbureau Mamanouk.