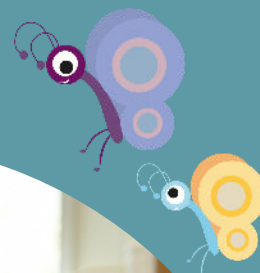


Alles wat
je wilt
weten:



**De overgang
van thuis naar
kinderopvang**



Beste aanstaande ouder,

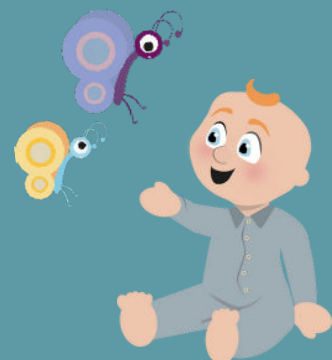
Nog even en dan is het zover: de geboorte van jouw/jullie kind. De kraamtijd is een speciale periode waarin de tijd voorbij lijkt te vliegen, waarin je druk bent met wennen, zorgen en genieten van je baby. Het 'gewone' leven lijkt even ver weg...

Maar dan komt toch het moment dat je weer aan de slag gaat en de baby voor het eerst naar een kinderdagverblijf brengt. We zijn erg verheugd dat je/jullie voor Solidoe hebben gekozen en ons deze speciale zorg toevertrouwen.

Een goede voorbereiding maakt de overgang van thuis naar de opvang voor je/jullie een stuk soepeler. Fijn voor kind én ouder! Daarom geven we je graag wat praktische informatie, zodat je thuis met de voorbereiding kunt beginnen. En ook vertellen we graag meer over hoe de dagen van jouw baby eruit zullen gaan zien op de kinderopvang.

Thuis versus opvang

Ook voor wie nog niet bekend is met kinderopvang, zal het duidelijk zijn dat er verschillen zijn voor een baby in een dag thuis en een dag op het kinderdagverblijf. Maar wat zijn die verschillen dan precies en wat is daar de impact van?

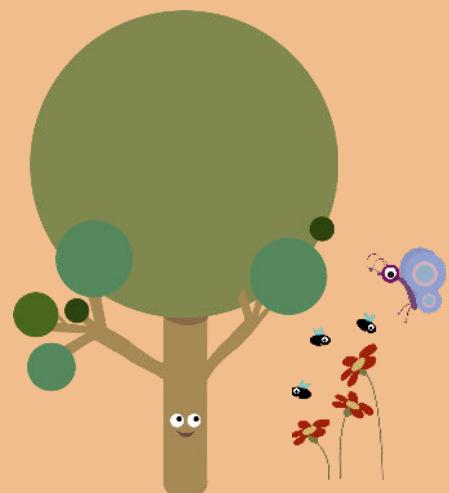


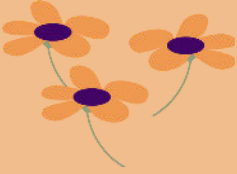
Thuis is er veel aandacht voor de baby en is de omgeving rustig en overzichtelijk. Er zijn waarschijnlijk weinig mensen tegelijk in huis. Bij ons op de groepen is dat anders; er zijn meer kinderen, meer baby's en meer volwassenen. Dat betekent meer geluid en meer prikkels voor de baby. Aan dit verschil moeten baby's altijd wennen, zie ook ons Wenbeleid. (Zie het pedagogisch werkplan van de locatie op de website.)

Slaapritme

Baby's hebben tijd nodig om een ritme te krijgen. Vandaar dat we in het eerste levensjaar op de opvang zoveel mogelijk het ritme van het kind volgen. Als het om slapen gaat, kijken we goed naar de signalen die de baby afgeeft zoals gapen, ogen en oren wrijven. Het is verstandig om een baby in bed te leggen wanneer het deze signalen afgeeft, dan kan het rustig in slaap vallen in bed. Wanneer je iets langer wacht, kan het zijn dat de baby te moe is en daardoor onrustiger in slaap valt.

Sommige baby's hebben rondom het slaapmoment tijd nodig om over te schakelen en huilen even; dat is helemaal oké! We blijven in contact met de baby; we gaan regelmatig kijken en benoemen duidelijk dat de baby mag gaan slapen, dat wij er zijn. Zo krijgt de baby een veilig gevoel.





We bevorderen slaapcyclussen van 45 minuten. We stimuleren de baby om zoveel mogelijk door te slapen als daar behoefte aan is. Wanneer de baby eerder, dan na die 45 minuten, wakker wordt, gaan we naar de baby toe, geven we aandacht en benoemen we dat het goed is om door te slapen. Wederom om dat veilige gevoel te creëren en doorslapen te stimuleren.

Het kan wel eens lastig zijn om te herkennen of een baby al uitgeslapen is of graag nog verder zou slapen. Soms lijken ze wakker te worden, het kan zijn dat ze bijvoorbeeld geluidjes of snelle oogbewegingen maken. Of dat ze lachen, bewegen of snel en onregelmatig ademen. Het kan dan toch goed zijn dat de baby nog niet uitgeslapen is, maar in de actieve fase van de slaapcyclus zit.

Een baby kent twee slaapfasen; de actieve en de stille slaap. In dat eerste stadium slaapt een baby nog vrij oppervlakkig. Dit lijkt op de REM-slaap bij volwassenen. Dit is waarom we altijd even kijken of het kind echt klaar is met slapen of dat het goed is voor de baby om het doorslapen te stimuleren.

Ongeveer halverwege gaat de fase over in die van de stille slaap. De ademhaling wordt dan rustig en regelmatig, de baby beweegt weinig.



Baby's in stille slaap worden minder snel wakker van geluid en andere omgevingsfactoren. Na deze stille fase worden baby's wakker of starten ze de slaapcyclus opnieuw.

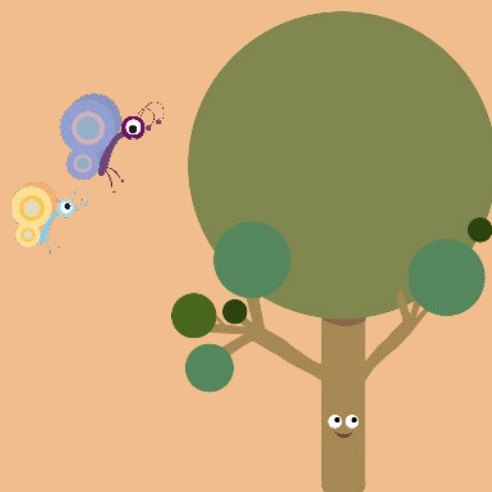
Op de groep laten we baby's vanuit zichzelf wakker worden, we maken de baby niet wakker. Zo is de baby goed uitgeslapen wanneer het wakker wordt en kan het de dag en de prikkels van buitenaf beter aan. We volgen het slaapritme van de baby en hebben dus geen vaste bedtijden.

Slaapkamers

Op onze locaties zijn er per groep meestal twee slaapkamers met daarin meerdere bedden. Dat betekent dat de baby slaapt in dezelfde ruimte met andere kinderen. Ieder kind slaapt in een eigen bedje, met slaapzak en eventueel een knuffel en speen. We denken goed na over welke kinderen we in welke slaapkamer laten slapen, qua slaapritme. Baby's slapen bij ons altijd in een bedje, de box is om in te spelen.

Vorbereiding slaap

Het is fijn wanneer een baby thuis geleerd heeft zelfstandig in slaap te vallen in het eigen bedje in de slaapkamer. Dit maakt de overgang voor de baby naar de kinderopvang gemakkelijker.



Fijn voor de baby, want we merken dat de baby dan beter doorslaapt. Als de baby nog afhankelijk is van het rijden van een kinderwagen of van de armen van de ouders, dan is de kans groot dat de baby lichter slaapt en moeilijker doorslaapt. Je kunt het zelfstandig in slaap vallen bevorderen door na het voeden even met je kind te spelen en het dan pas in bed te leggen. We volgen op de groep een cyclus van voeden, spelen en slapen.

Het kind heeft, doordat het gemakkelijk in slaapt valt, tijd om gedurende de dag op de groep bij te tanken van alle prikkels. Wanneer de kinderopvang en thuis hetzelfde vaste ritme hanteren, is het voor de baby herkenbaar wat er gaat gebeuren. Dit is voor de emotionele veiligheid van de baby erg fijn.

Speen

Bij ons op de groepen worden spenen, na het eerste jaar, alleen aangeboden bij het slapen, omdat we weten dat het spenen bij kan dragen aan mond- en tandproblemen. In plaats van de speen kan de baby getroost of gekalmeerd worden met een knuffel of doekje.

Vorbereiding voeding

Het voeden gaat op de groep mogelijk ook net anders dan thuis. Baby's krijgen bij ons de fles. Als baby's moedermelk gewend zijn, is uit de fles drinken waarschijnlijk nog iets dat ze moeten leren.





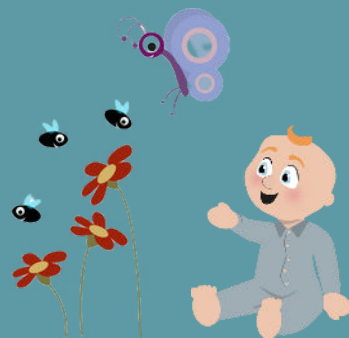
Fijn als het lukt om hier dagelijks mee te oefenen, bijvoorbeeld elke dag één voeding. Sommige kinderen die moedermelk krijgen vinden het heel lastig om de fles te drinken bij hun moeder. Heb je dat gevoel? Laat het dan eens door iemand anders proberen. Dat kan goed werken.

Krijgt jouw baby de fles? Dan is het erg fijn als je eens kunt proberen om de flesvoeding door iemand anders te laten geven. Zo went de baby vast een beetje dat straks de voeding door iemand anders dan de ouders gegeven zal worden.

Wanneer het bij moedermelk gevoede kinderen niet lukt met drinken uit de fles, dan betekent dat dat de moeder naar de opvang moet komen om te voeden. Het is mogelijk om gekolfde moedermelk mee te geven. Wij houden ons hierbij aan de richtlijnen van het RIVM. We vertellen je hier graag meer over tijdens het kennismakingsgesprek.

Voedingsritme

Bij het voeden volgen we het ritme van de baby (en de adviezen die je krijgt van het consultatiebureau). We gaan pas starten met ander (vast) voedsel wanneer je dat aangeeft.



Hoewel we zoveel mogelijk ruimte bieden aan het eigen ritme van jouw baby, is het belangrijk dat de baby de eerste voeding van de dag thuis krijgt. Onze pedagogisch medewerkers staan aan het begin en het einde van de dag alleen op groep. Vandaar dat het dan niet mogelijk is om te voeden op de groep.

Fruithappen

Wanneer er thuis is gestart met fruit, bieden we dit ook aan de baby op de groep aan. We geven de baby in het begin één soort fruit om de smaak te stimuleren. We doen dit lekker knus op schoot, zodat de baby zich veilig en vertrouwd voelt om nieuwe smaken te ontdekken.

Huilen

Baby's communiceren door middel van huilen. Ouders en pedagogisch medewerkers leren de verschillende huiltjes te herkennen en horen of de baby honger heeft, vermoeid is of dat het een manier van het verwerken van prikkels is. Het huilen zorgt voor ontladen van de prikkels, zo kunnen ze daarna nieuwe prikkels weer beter aan. Huilen is niet perse slecht voor kinderen.



Het is wel belangrijk dat de verzorger emotioneel beschikbaar is voor het kind, het ondersteunt met aandacht, eventueel benoemt wat er is gebeurd en erkent dat hij/zij best even mag huilen. De pedagogisch medewerker zal contact maken, aandacht geven en het kind ondersteunen om even uit te huilen.

Kinderen maken vaak lange dagen bij ons, wanneer ze vermoeid raken aan het einde van de dag kunnen ze de prikkels soms minder goed aan. Binnen Solidoe zorgen we ervoor dat er rustige momenten zijn, met minder prikkels. (Zo leggen we bijvoorbeeld de baby even alleen in de box met beperkt speelgoed).

Ontwikkelen en bewegen

Kinderen hebben van nature de drang om te ontwikkelen. Wij vinden het belangrijk om dit te ondersteunen en stimuleren, zonder het te forceren. Vandaar dat we jonge kinderen veel ruimte geven om 'zelfstandig' en zonder belemmeringen te kunnen bewegen. We geven veel aandacht en volgen het tempo van het kind. We maken gebruik van grondboxen en/of een mat, want op deze plekken kan de baby vrij bewegen.



Met een beperkt aantal speeltjes, stimuleren we de baby om zelfstandig te bewegen. Op die manier ondersteunen we de rijping en ontwikkeling van het centraal zenuwstelsel. Een baby heeft nog niet veel materiaal nodig, eerst moet het eigen lichaam nog ontdekt worden; spelen met de eigen handen, het hoofd op leren tillen, draaien en dan kruipen.

Ziek

Als jouw baby ziek wordt op de groep, dan word je gebeld om te overleggen wat het beste is voor de baby. Kinderen die ziek zijn, hebben veel aandacht nodig. Op een groep met meerdere kinderen kan het zijn dat een kind dat niet lekker is, meer aandacht nodig heeft dan dat wij kunnen bieden. Als het echt niet gaat, vragen we je dan ook of je je baby komt ophalen.



Wennen

Bij de eerste wendag mogen ouders op de groep blijven. Dat doen we zodat je ervaart hoe het er bij ons aan toe gaat. We willen je vragen om jouw baby de eerste keer zelf te verschonen en, als het kan, naar bed te brengen. Dat draagt bij aan het gevoel van veiligheid van de baby in de dagen op de groep daarna. De baby voelt dat het goed is en dat het mag gaan slapen in een ander bed, in een andere omgeving, omdat jij erbij bent.

Vragen

Dagelijks is er bij het halen en/of brengen van jouw baby tijd en aandacht voor de overdracht, waarbij er gesproken wordt over de dag en de ontwikkeling van jouw baby. Dan is er ook ruimte voor vragen. Voor meer specifieke vragen, denk aan de overgang van moedermelk naar kunstvoeding, slaapproblemen, overmatig huilen, kun je contact opnemen met de JGZ (jeugdgezondheidszorg). Zij kunnen je ondersteunen en tips geven die heel praktisch en fijn kunnen zijn.



Tot gauw!
www.solidoe.nl

