

## ***‘De kinderen slapen bijna allemaal het liefst buiten’***

Het idee ontstond eigenlijk vanuit ruimtegebrek: door toename van het aantal opvangkinderen waren er nauwelijks genoeg bedjes om de kinderen tegelijkertijd binnen te laten slapen. Inmiddels zijn de buitenbedjes niet meer weg te denken bij kindcentrum De Bakelaar. ‘Als je het de kinderen zelf vraagt, slapen ze bijna allemaal het liefst buiten.’



Buiten slapen heeft volgens experts vele voordelen voor de slaapkwaliteit en de weerstand van kinderen. Zo zouden ze langer en dieper slapen en beter uitgerust wakker worden. ‘Dat wilden we wel eens uitproberen, omdat we buiten zijn erg belangrijk vinden voor de kinderen’, vertelt pedagogisch medewerker Linda Beukers van KC De Bakelaar. ‘Als experiment hebben we eerst een aantal buitenbedjes gehuurd. Ze staan nu bij onze lokalen voor het raam, zodat we er goed zicht op hebben en er gemakkelijk bij kunnen.’

### **Wennen**

In september zijn de buitenbedjes bij de kinderopvang van KC De Bakelaar geïntroduceerd. ‘In het begin was het even aftasten. Zo hebben we moeten wennen aan het buiten leggen en weer binnen leggen van de matrasjes. Ook voor ouders was het even wennen. De één was meteen enthousiast, de ander wat terughoudender. Toch waren veel ouders nieuwsgierig en stonden ervoor open. Wij hebben vanaf het begin benadrukt: buiten slapen mag, maar het hoeft niet.’

### **Veiligheid**

Bij buiten slapen is een veilige plek natuurlijk belangrijk. Linda: ‘De bedjes voldoen aan alle kwaliteitseisen. En vóórdat de kinderen naar bed gaan checken we het weer. Bij een spatje regen kunnen ze prima buiten slapen onder het afdak, maar gaat het echt hard regenen, waaien of onweren, dan slapen ze binnen. En in de zomer staan de bedjes in de schaduw, zodat het niet te warm wordt.’

En de conclusie van het experiment? Slapen de kinderen buiten echt beter? ‘Dat is lastig te zeggen’, lacht Linda. ‘De kinderen slapen buiten prima, maar binnen ook. Het is mooi dat we ouders nu de keuze kunnen bieden of hun kind buiten slaapt of niet. En de grotere kinderen kunnen goed zelf aangeven waar ze willen slapen. De meeste slapen graag buiten. Dus die buitenbedjes, die blijven voorlopig op De Bakelaar.’