Kita Pelikan e.V.

Erste Elterninitiative Mönchengladbachs

Berliner Straße 104-106

41236 Mönchengladbach

Tel. 02166 / 612592

Hitzeschutz- und Sonnenschutzkonzept für die Kita Pelikan e.V.

gemäß Arbeitsschutz, Empfehlungen des Deutschen Wetterdienstes (DWD), Bundesinstituts für Öffentliche Gesundheit (BIÖG), Bundesamtes für Strahlenschutz (BfS) und den Vorgaben des Landes Nordrhein-Westfalen

1. Ziel des Konzeptes

Dieses Hitzeschutz- und Sonnenschutzkonzept dient dem Schutz der betreuten Kinder sowie der Beschäftigten vor gesundheitlichen Gefahren durch hohe Temperaturen, intensive Sonneneinstrahlung, UV-Belastung und erhöhte Ozonkonzentrationen.

Kinder gehören aufgrund ihrer noch nicht vollständig entwickelten Temperaturregulation zu den besonders gefährdeten Personengruppen. Ziel ist es, Gesundheitsgefahren frühzeitig zu erkennen und durch geeignete organisatorische, technische und pädagogische Maßnahmen zu vermeiden.

Das Konzept gilt für alle Mitarbeitenden der Einrichtung und wird jährlich überprüft sowie bei Bedarf angepasst.

2. Verantwortlichkeiten

Die Einrichtungsleitung bzw. Fachkräfte in den Gruppen sind verantwortlich für die Umsetzung des Konzeptes.

Gruppenleitungen/ Einrichtungsleitung stellen sicher:

- tägliche Prüfung der Wettervorhersage
- Prüfung von Hitzewarnungen des Deutschen Wetterdienstes
- Prüfung des UV-Index
- Prüfung der Luftqualitäts- und Ozonprognose
- Entscheidung über organisatorische Maßnahmen
- Information des Trägers
- Information der Eltern
- Dokumentation besonderer Ereignisse

Die pädagogischen Fachkräfte sind verantwortlich für:

- regelmäßige Temperaturmessungen
- Umsetzung der Trinkroutine
- Einhaltung des Sonnenschutzes
- Beobachtung der Kinder

- Dokumentation evtl. gesundheitlicher Auffälligkeiten
- Meldung an die Leitung über besondere Vorkommnisse

3. Täglich zu prüfende Informationen

Vor Beginn des Betreuungstages werden folgende Informationen geprüft:

Wettervorhersage

- Tageshöchsttemperatur
- Sonnenscheindauer
- Bewölkung
- Windverhältnisse
- Gewitter- oder Unwetterwarnungen

UV-Index

Der UV-Index wird täglich berücksichtigt.

UV-Index	Maßnahmen
0–2	Regelbetrieb, Kopfbedeckung empfohlen
3–5	Schatten nutzen, Sonnenhut, leichte Kleidung, Sonnencreme (mind. LSF 30, empfohlen LSF 50)
6–7	Außenspiel möglichst vor 11 Uhr, direkte Sonne zwischen 11 und 15 Uhr vermeiden
8–10	Aufenthalt überwiegend im Schatten, intensive Bewegung vermeiden
ab 11	Aufenthalt im Freien auf das notwendige Maß beschränken

4. Hitzewarnungen

Stufe 1 – Warme Tage (bis 25 °C)

- regelmäßiges Trinken
- Sonnenschutz beachten
- Aufenthalt im Freien möglich

Stufe 2 – Heiße Tage (26–30 °C)

- Außenspielzeiten verkürzen
- zusätzliche Trinkpausen
- Wasserangebote
- Schatten konsequent nutzen
- Räume verschatten

Stufe 3 – Sehr heiße Tage (ab 30 °C)

- Aufenthalt im Freien nur kurzzeitig
- keine körperlich anstrengenden Aktivitäten
- Schlafräume kontrollieren
- Räume abdunkeln
- Eltern über besondere Maßnahmen informieren

Stufe 4 – Offizielle Hitzewarnung des Deutschen Wetterdienstes
Zusätzlich:

- Tagesablauf anpassen
- Außenspiel überwiegend im Schatten
- permanente Trinkangebote
- Raumtemperaturen dokumentieren
- Träger in Absprache mit Leitung entscheidet über weitere Schutzmaßnahmen

5. Luftqualität und Ozonbelastung

Während der Sommermonate wird zusätzlich die Luftqualitäts- bzw. Ozonprognose berücksichtigt.
Normale Luftqualität

- Regelbetrieb.

Erhöhte Ozonbelastung

- Bewegungsangebote in die frühen Vormittagsstunden verlegen
- intensive körperliche Aktivitäten im Freien vermeiden
- Kinder mit Atemwegserkrankungen besonders beobachten

Informationsschwelle Ozon (180 µg/m³)

- längere Aufenthalte im Freien am Nachmittag vermeiden
- ruhige Angebote durchführen
- Trinkpausen intensivieren
- Eltern bei Bedarf informieren

Alarmschwelle Ozon (240 µg/m³)

- Aufenthalte im Freien auf das notwendige Maß beschränken
- Aktivitäten möglichst in Innenräumen durchführen
- Kinder mit Atemwegserkrankungen engmaschig beobachten
- bei gesundheitlichen Beschwerden unverzüglich medizinische Hilfe veranlassen

6. Raumklima

Der wichtigste Grundsatz lautet:
Wärme draußen halten, bevor sie im Raum ist.
Folgende Maßnahmen werden durch die pädagogischen Fachkräfte umgesetzt:

- früh morgens querlüften
- abends oder nachts lüften, sofern organisatorisch möglich
- Fenster tagsüber schließen, wenn die Außenluft wärmer ist als die Innenluft
- außenliegenden Sonnenschutz nutzen
- Sonnenschutz schließen, bevor direkte Sonneneinstrahlung auf die Fenster trifft
- Türen zu warmen Bereichen schließen
- elektrische Geräte ausschalten
- Beleuchtung reduzieren
- kühlere Räume bevorzugt nutzen
- Raumbelegung entzerren

Außenliegende Verschattung wirkt deutlich besser als innenliegende Vorhänge. Innenliegende Vorhänge reduzieren Blendung, halten Wärme jedoch deutlich weniger effektiv außerhalb des Gebäudes.
Ventilatoren dürfen ausschließlich unter Beachtung der geltenden Arbeitsschutzvorgaben eingesetzt werden.

7. Schlafräume
Vor jeder Ruhezeit wird die Raumtemperatur überprüft.
Ab 26 °C (Raumtemperatur)
Vorbeugende Maßnahmen:
- Schlafraum frühzeitig verschatten
- früh lüften
- Trinkroutine vor und nach dem Schlafen
- direkte Sonneneinstrahlung ausschließen
- häufigere Sichtkontrolle der schlafenden Kinder, erhöhte Aufsicht

Ab 30 °C (Raumtemperatur)
Die Gruppenleitung entscheidet über:
- Nutzung eines kühleren Raumes
- verkürzte Ruhezeit
- zusätzliche Schutzmaßnahmen

Eine Nutzung erfolgt nur mit dokumentierten Schutzmaßnahmen.
Ab 35 °C (Raumtemperatur)
Ein Schlafraum darf ohne wirksame Zusatzmaßnahmen nicht mehr als regulärer Schlafraum genutzt werden.
Weitere Maßnahmen
- Temperatur vor jeder Ruhezeit messen
- Matratzen in kühlere Raumbereiche verlegen
- Schlafdauer anpassen
- Schlafzeit verschieben
- leichtere Decken verwenden bzw. Schlafsäcke vermeiden, sofern pädagogisch und individuell vertretbar
- Alternativräume nutzen
- Kinder nach dem Schlafen aktiv zum Trinken anregen
- Kinder während und nach der Ruhezeit engmaschig beobachten

8. Aufenthalt im Freien
Von April bis September gelten folgende Regelungen:
- Außenspiel möglichst vor 11:00 Uhr
- zwischen 11:00 Uhr und 15:00 Uhr direkte Sonneneinstrahlung möglichst vermeiden
- Aktivitäten bevorzugt im Schatten durchführen
- Schattenplätze konsequent nutzen
- aufgeheizte Spielgeräte meiden

Bei hoher UV-Belastung oder Hitzewarnungen werden Aufenthalte entsprechend verkürzt.

9. Sonnenschutz
Die Eltern übernehmen morgens das Eincremen ihrer Kinder.
Bei längeren Aufenthalten im Freien erfolgt das Nachcremen entsprechend der Vereinbarung mit den Sorgeberechtigten.
Es wird ausschließlich die persönliche Sonnencreme des Kindes verwendet.
Die Eltern unterstützen den Sonnenschutz durch:
- Sonnencreme mindestens LSF 30 (empfohlen LSF 50)
- Sonnenhut mit Nackenschutz
- leichte, luftige Kleidung
- möglichst schulterbedeckende Oberteile

Kinder ohne geeignete Kopfbedeckung können das Außengelände nur eingeschränkt nutzen.

10. Trinkkonzept
Ausreichendes Trinken wird aktiv begleitet.
Hierzu gehören:

- regelmäßige Trinkangebote
- zusätzliche Trinkpausen bei Hitze
- Trinkrituale
- Beobachtung von Kindern mit geringer Trinkmenge
- Getränke vor und nach dem Mittagsschlaf
- Dokumentation bei auffälligem Trinkverhalten

11. Tagesstruktur an heißen Tagen
Der Tagesablauf wird angepasst.
Dazu gehören:

- Bewegungsangebote in den Morgenstunden
- ruhige Angebote während der Mittagszeit
- Wasserangebote im Schatten
- zusätzliche Ruhephasen
- Verzicht auf körperlich belastende Aktivitäten

12. Außengelände
Die Fachkräfte achtet auf:

- ausreichende Beschattung durch Bäume, Sonnensegel oder Sonnenschirme
- regelmäßige Kontrolle der Beschattung
- Nutzung schattiger Spielbereiche
- Vermeidung aufgeheizter Spielgeräte

13. Beobachtung gesundheitlicher Auffälligkeiten
Warnzeichen sind insbesondere:

- ungewöhnliche Müdigkeit
- starke Erschöpfung
- Kopfschmerzen
- Schwindel
- Übelkeit oder Erbrechen
- heiße Haut
- starke Hautrötung oder Blässe
- starkes oder fehlendes Schwitzen
- trockener Mund
- wenig Urin oder trockene Windel
- Teilnahmslosigkeit
- Verwirrtheit
- Reizbarkeit
- Muskelkrämpfe
- Kreislaufprobleme

Maßnahmen

- Kind sofort in einen kühlen Bereich bringen
- Getränke anbieten

- Kühlung mit feuchten Tüchern
- engmaschige Beobachtung
- Eltern informieren und Kind abholen lassen
- bei schweren Symptomen Rettungsdienst alarmieren

14. Elterninformation
Eltern werden frühzeitig informiert, insbesondere bei angekündigten Hitzetagen.
Informationen umfassen:
- geänderten Tagesablauf
- frühere Außenzeiten
- reduzierte Bewegungsangebote
- Trinkkonzept
- Kleidung
- Sonnenhut
- Sonnencreme
- freiwillige frühere Abholung

Bei gesundheitlichen Auffälligkeiten erfolgt eine sofortige telefonische Information.
Bei Verdacht auf Hitzschlag oder schweren Kreislaufproblemen wird unverzüglich medizinische Hilfe angefordert.

15. Schutz der Beschäftigten
Die Einrichtung gewährleistet:
- ausreichende Trinkmöglichkeiten
- Pausen im Schatten
- Anpassung der Arbeitsorganisation
- Vermeidung unnötiger körperlicher Belastungen
- Information über Gesundheitsgefahren durch Hitze

16. Trägermaßnahmen
Der Träger prüft:
kurzfristig
- mobile Verschattung
- zusätzliche Trinkstationen
- Temperaturmessgeräte

mittelfristig
- außenliegenden Sonnenschutz
- Sonnensegel
- zusätzliche Beschattung

langfristig
- bauliche Verschattung
- Hitzeschutzverglasung
- Dach- und Fassadenbegrünung
- Verbesserung der Gebäudekühlung

17. Dokumentation und Evaluation
Folgende Ereignisse werden dokumentiert:
- Raumtemperaturen
- Hitzewarnungen

- besondere organisatorische Maßnahmen
- Raumwechsel
- gesundheitliche Auffälligkeiten
- Elterninformationen
- Erste-Hilfe-Maßnahmen

Das Konzept wird mindestens einmal jährlich sowie nach außergewöhnlichen Hitzeperioden überprüft und fortgeschrieben.

Ergänzung zum Hitzeschutzkonzept

Getränke und Mahlzeiten bei heißem Wetter

Bei hohen Außentemperaturen ist eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr von besonderer Bedeutung. Kinder sollten deshalb über den gesamten Tag hinweg regelmäßig zum Trinken angeregt werden. Getränke werden jederzeit frei zugänglich angeboten und die pädagogischen Fachkräfte erinnern die Kinder aktiv daran, ausreichend zu trinken.
Die Getränke sollten angenehm kühl, jedoch nicht eiskalt sein. Geeignete Getränke sind insbesondere:

- Wasser
- ungesüßte Früchte- und Kräutertees
- Saftschorlen im Verhältnis 1 Teil Saft zu 3 Teilen Wasser
- Melonendrink aus Melonenfruchtfleisch, Wasser, Eiswürfeln, Limette und Minze (bei Bedarf leicht gesüßt)
- aromatisiertes Wasser, beispielsweise mit Gurkenscheiben, Zitronenmelisse, Minzblättern, Zitronenscheiben, Beeren oder bunten Eiswürfeln aus Tee oder verdünntem Saft

Leichte und wasserreiche Mahlzeiten

An heißen Tagen werden bevorzugt leichte, frische und gut verdauliche Mahlzeiten angeboten. Statt großer Portionen können mehrere kleinere Mahlzeiten über den Tag verteilt gereicht werden. Der Speiseplan wird bei Bedarf kurzfristig an die aktuellen Temperaturen angepasst, um den Kindern eine bekömmliche und erfrischende Verpflegung anzubieten.

Geeignete Mahlzeiten und Zwischenmahlzeiten sind beispielsweise:

- frisches Obst und Gemüse als Snack
- bunte Salate
- Couscoussalat mit frischem Gemüse und Kräutern
- Nudel- oder Kartoffelsalat mit frischem Gemüse
- gefüllte Wraps mit Frischkäse, Salat und Gemüse
- kalte oder lauwarme Gemüsesuppen
- kalte Sommersuppen, z. B. Gazpacho oder eine milde Okroschka-Variante mit viel Gemüse
- Obstquark oder Naturjoghurt mit frischem Obst
- Kalter Milchreis mit Obst
- Nudeln mit Obst (z.B. Mandarinen, Pfirsich)
- Naturjoghurt mit Müsli
- leichte Gemüsepfannen
- Reis oder andere Getreidebeilagen mit gedünstetem Gemüse
- Grillgemüse aus dem Ofen, kombiniert mit verschiedenen Dips wie Kräuterquark, Hummus oder Joghurtdip
- kalte Gemüsebratlinge mit einem frischen Dip
- Zucchinibratlinge mit Feta als leichte und eiweißreiche Mahlzeit
- Gemüsesticks mit Kräuterquark oder Hummus
- Vollkornbrot oder Knäckebrot mit Frischkäse und Gemüse
- Gurken-, Paprika- oder Tomatenscheiben als Zwischenmahlzeit

Besonders wasserreiche Lebensmittel sind unter anderem:

- Melone (kernlos), Beeren, Nektarinen und Pfirsiche

- Gurken, Tomaten, Blattsalate, Radieschen, Zucchini und Paprika

Erfrischende Alternativen
An besonders heißen Tagen können selbst hergestellte, zuckerarme Eissnacks als erfrischende Ergänzung angeboten werden. Geeignete Möglichkeiten sind:

- Fruchtsaft ohne Zuckerzusatz oder Naturjoghurt mit Obstmus in Eisförmchen einfrieren.
- Naturjoghurt mit gefrorenen Beeren oder gefrorener Banane zu einem cremigen Eis pürieren.

Durch diese Maßnahmen unterstützen wir eine ausreichende Flüssigkeitsaufnahme und eine ausgewogene, leichte Ernährung während heißer Wetterperioden. Gleichzeitig tragen sie dazu bei, das Wohlbefinden und die Leistungsfähigkeit der Kinder auch an besonders warmen Tagen zu fördern.