BABY SAFE SLEEP POLICY

Wibli Wobli Nursery follows this policy, reviews it annually and updates it as required. Wibli Wobli Nursery will ensure that every member of staff understands this policy. Wibli Wobli Nursery will ensure that parents and carers and the local authority are aware of this policy by taking the following steps:

Safer sleeping in nurseries for babies
For babies, there is a very small risk of sudden infant death syndrome (SIDS).

Millie's Mark, the gold standard in Paediatric First Aid, has recently added new criteria for achieving the award around safe sleeping. Settings must provide suitable bedding and staff deployment during sleep times.

- Wibli Wobli staff to ensure that children are checked every 10 mins when sleeping. Staff to record this via the Famly app and to regularly check the temperature of the room. If more than 3 children are asleep, then a member of staff is to sit in the sleep room and monitor them. Staff must check the child meaningfully, including breathing, chest movement, colour, position and whether the face is uncovered. Children must remain within staff's sight and hearing. The Lullaby Trust advises that a member of staff must be in the same room as a sleeping baby under six months. Supervision will be based on age, individual risk and the layout of the room.
- Temperature of Rooms to be checked morning, before sleep, during sleep and evening. The temperature of the sleep room should be between 16-20°C.
- Babies will always be placed on their back to sleep unless there is written medical advice to the contrary. Once a baby can roll independently, staff will continue to place them on their back but will allow the baby to adopt a self-chosen position.
- We use a firm, flat, waterproof mattress in a cot or approved sleep device. We remove soft toys, bumpers, cot pillows, wedges and loose bedding from the sleeping area. The children's correct size sleeping bags are preferred to loose blankets.
- We do not prop a baby into a side position or use positioning devices or props such as pillows unless advised and documented by medical professionals.
- If babies fall asleep in buggies, slings or recliners, they must be moved to a flat, safe sleep surface as soon as practicable and staff should follow the Lullaby Trust advice for early years settings

Regulatory frameworks refer to frequent checks on sleeping children and ensuring that cots/bedding are in good condition and suited to the age of the child. For settings in Wales and England, refer to The Lullaby Trust sleep awareness guide. For those in Scotland, follow the NHS Scotland guidance on sleeping safely.

What causes Reducing the Risk of SIDS and Promoting Safer Sleep (SIDS)?
It's likely to be a combination of factors but any risk can be significantly reduced by:

- Placing babies on their back for all sleep in their own separate space. These include Moses basket, cot, travel cot, carry cot with firm, flat mattress. Nests, pods or beanbags are not suitable
- Keeping the room temperature to between 16 and 20 degrees – record and document this. Do not place a baby next to a heat source or in direct sunlight

- Placing them in a sleep bag or firmly tucked in sheets/blankets up to shoulder height. Put your hand on their chest or back of neck and if they feel sweaty, remove a layer. Avoid swaddling
- Supervising sleeping babies – this is down to the nursery's judgment
- Offering a dummy if babies use them, but don't put it back in during sleep
- Placing them foot to foot (at bottom of cot) so they can't wriggle under bedding
- Not dressing babies in hats or outdoor wear unless sleeping outside
- Placing babies who fall asleep in car seats and pushchairs onto a flat, firm surface when possible.

Clothing for sleep
All children to be put to sleep in the following;

- No coats or jackets, just t-shirts and light bottoms
- No shoes to be worn
- No bobbles, clips or headbands to be worn (children may fall asleep and think they are dummies and could cause a choking risk)
- Thin blankets with breathable fabric for babies and toddlers
- No bibs or anything tight around their neck

Babies under the age of 1 sleep inside a nursery cot. Babies between the age of 12 months and 24 months sleep in the nursery pods and sleeping mats. Children age 2 years to 4 years to sleep on the nursery mats.

Infection control
Each child will have their own individual bedding which is stored in their own bedding bags which is kept on their pegs throughout the week and washed at the end of the week ready for the following week. If soiled, the bedding will be washed and replaced straight away. If an illness is spreading, then appropriate measures will be taken to ensure we are minimising the risk of spreading the illness. External parts of the beds will be Milton wiped every day to ensure infection control. All Mats and bedding for all children are washed weekly.

Staff positioning

- Practitioners must remain seated or standing upright when settling a baby to sleep.
- Practitioners must not lie down, recline, or position themselves in a way that could cause drowsiness or reduce supervision.
- Practitioners must remain alert and observant at all times while soothing or settling a baby/toddler.

Safer sleep resources
Safe Sleep Policy for nurseries in England, Scotland and Wales

- Lullaby Trust Safer Sleeping Guide
- Lullaby Trust helpline 0808 802 6869
- Scottish Government 'Safer sleep for babies guide for professionals'
- Scottish Cot Death Trust 'Early Years Safe Sleeping Guide'
- The Sleep Charity
- NHS sleep guidance

This policy was adopted on	Signed on behalf of the nursery	Date for review
27/10/2026	*L.George*	*10/2027*

POLISI CWSG DIOGEL BABANOD

Mae Meithrinfa Wibli Wobli Nursery yn dilyn y polisi hwn, yn ei adolygu'n flynyddol ac yn ei ddiweddaru yn ol yr angen. Bydd Meithrinfa Wibli Wobli yn sicrhau bod pob aelod o staff yn deall y polisi hwn. Bydd Meithrinfa Wibli Wobli yn sicrhau bod rhieni a gofalwyr a'r awdurdod lleol yn ymwybodol o'r polisi hwn trwy gymryd y camau canlynol:

Cysgu mwy diogel mewn meithrinfeydd i fabanod
Ar gyfer babanod, mae risg fach iawn o syndrom marwolaeth sydyn babanod (SIDS).

Mae Millie's Mark, y safon aur mewn cymorth cyntaf pediatrig, wedi ychwanegu meini prawf newydd yn ddiweddar ar gyfer cyflawni'r wobr ynghylch cysgu'n ddiogel. Rhaid i leoliadau ddarparu gwelyau addas a lleoliad staff yn ystod amseroedd cysgu.

- Staff Wibli Wobli i sicrhau bod plant yn cael eu gwirio bob 10 munud pan fyddant yn cysgu. Staff i gofnodi hyn trwy'r ap teulu ac i wirio tymheredd yr ystafell yn rheolaidd. Os yw mwy na 3 o blant yn cysgu, yna mae aelod o staff i eistedd yn yr ystafell gysgu a'u monitro. Rhaid i staff wirio'r plentyn yn briodol, gan gynnwys gwirio ei anadlu, symudiadau ei frest, lliw ei groen, ei safle a sicrhau nad oes unrhyw beth yn gorchuddio ei wyneb. Rhaid i'r plant aros o fewn golwg a chlyw staff bob amser. Mae'r Lullaby Trust yn argymell bod aelod o staff yn yr un ystafell â babi sy'n cysgu ac sydd o dan chwe mis oed. Bydd lefel y goruchwyliaeth yn seiliedig ar oedran y plentyn, y risgiau unigol a threfniant yr ystafell.
- Tymheredd yr Ystafelloedd i'w wirio yn y bore, cyn cysgu, yn ystod cwsg a gyda'r nos. Dylai tymheredd yr ystafell gysgu fod rhwng 16-20 gradd.
- Bydd babanod bob amser yn cael eu rhoi ar eu cefn i gysgu oni bai bod cyngor meddygol ysgrifenedig i'r gwrthwyneb. Unwaith y gall babi rolio'n annibynnol, bydd staff yn parhau i'w rhoi ar eu cefn ond byddant yn caniatáu i'r babi fabwysiadu safle hunan-ddewisedig.
- Rydym yn defnyddio matres gadarn, wastad, gwrth-ddŵr mewn crud neu ddyfais gysgu gymeradwy. Rydym yn tynnu teganau meddal, bympars, gobenyddion crud, lletemau a dillad gwely rhydd o'r ardal gysgu. Mae sachau cysgu maint cywir y plant yn cael eu ffafrio dros flancedi rhydd.
- Nid ydym yn rhoi babi i safle ochr nac yn defnyddio dyfeisiau lleoli neu bropiau fel gobenyddion oni bai bod gweithwyr meddygol proffesiynol yn cynghori ac yn dogfennu hynny.
- Os yw babanod yn cwympo i gysgu mewn bygis, slingiau neu gadeiriau ymlaciol, rhaid eu symud i arwyneb cysgu gwastad, diogel cyn gynted â phosibl a dylai staff ddilyn cyngor yr Ymddiriedolaeth Lullaby ar gyfer lleoliadau blynyddoedd cynnar.

Mae fframweithiau rheoleiddio yn cyfeirio at wiriadau cyson ar blant sy'n cysgu a sicrhau bod cotiau/gwely mewn cyflwr da ac yn addas ar gyfer oedran y plentyn. Ar gyfer lleoliadau yng Nghymru a Lloegr, cyfeiriwch at ganllaw ymwybyddiaeth cwsg The Lullaby Trust. I'r rhai yn yr Alban, dilynwch ganllawiau GIG yr Alban ar gysgu'n ddiogel.

Beth sy'n achosi Syndrom Marwolaeth Sydyn Babanod (SIDS) ?

Mae'n debygol o fod yn gyfuniad o ffactorau ond gellir lleihau unrhyw risg yn sylweddol trwy:

- Rhoi babanod ar eu cefn ar gyfer pob cwsg yn eu gofod ar wahân eu hunain. Mae'r rhain yn cynnwys basged moses, crud, crud teithio, crud cario gyda matres cadarn, gwastad. Nid yw nythod, codennau na bagiau ffa yn addas
- Cadw tymheredd yr ystafell rhwng 16 ac 20 gradd – cofnodwch a dogfennwch hyn. Peidiwch â gosod babi wrth ymyl ffynhonnell wres neu mewn golau haul uniongyrchol
- Eu rhoi mewn bag cysgu neu eu rhoi mewn cynfasau/blancedi hyd at uchder ysgwydd. Rhowch eich llaw ar eu brest neu gefn eich gwddf ac os ydyn nhw'n teimlo'n chwyslyd, tynnwch haenen. Osgoi lapio babanod
- Goruchwylio babanod sy'n cysgu – mae hyn i lawr i ddyfarniad y feithrinfa
- Cynnig dymi os yw babanod yn eu defnyddio, ond peidiwch â'i roi yn ôl i mewn yn ystod cwsg
- Eu gosod droed wrth droed (ar waelod y crud) fel na allant lithro o dan y gwely
- Peidio â gwisgo hetiau babanod neu ddillad awyr agored oni bai eu bod yn cysgu allan
- Rhoi babanod sy'n cwmpo i gysgu mewn seddi car a chadeiriau gwthio ar arwyneb gwastad, cadarn pan fo'n bosibl.

Dillad ar gyfer cwsg

Pob plentyn i gael ei roi i gysgu yn y canlynol;

- Dim cotiau na siacedi, dim ond crysau-t a throwsus ysgafn
- Dim esgidiau i'w gwisgo
- Dim swobiau, clipiau na bandiau pen i'w gwisgo (gall plant syrthio i gysgu a meddwl eu bod yn ddymis ac y gallent achosi risg tagu)
- Blancedi tenau gyda ffabrig anadlu ar gyfer babanod a phlant bach
- Dim bigau na dim byd tynn o gwmpas eu gwddf

Mae babanod dan 1 oed yn cysgu y tu mewn i grud meithrinfa. Mae babanod rhwng 12 mis a 24 mis oed yn cysgu yn y codennau meithrin. Plant rhwng 2 a 4 oed i gysgu ar y matiau meithrin.

Rheoli Heintiau

Bydd gan bob plentyn ei ddillad gwely unigol ei hun a gaiff eu storio yn eu bagiau dillad gwely eu hunain a gedwir ar eu pegiau drwy gydol yr wythnos ac a olchir ar ddiwedd yr wythnos yn barod ar gyfer yr wythnos ganlynol. Os yw'n fudr, caiff y dillad gwely eu golchi a'u disodli ar unwaith. Os yw salwch yn lledaenu, yna cymerir mesurau priodol i sicrhau ein bod yn lleihau'r risg o ledaenu'r salwch. Bydd rhannau allanol o'r gwelyau yn cael eu sychu milton bob dydd i sicrhau rheoli heintiau. Bydd yr holl fatiau a dillad gwely i bob plentyn yn cael eu golchi'n wythnosol.

Safleoli Staff

Rhaid i ymarferwyr aros yn eistedd neu'n sefyll yn unionsyth wrth setlo babi i gysgu.

Ni ddylai ymarferwyr orwedd i lawr, pwyso'n ôl, na gosod eu hunain mewn ffordd a allai achosi cysgadrwydd neu leihau goruchwyliaeth.

Rhaid i ymarferwyr aros yn effro ac yn sylwgar bob amser wrth dawelu neu setlo babi/plentyn bach.

Adnoddau Cysgu Mwy Diogel

Polisi Cwsg Diogel ar gyfer meithrinfeydd yn Lloegr, yr Alban a Chymru

- Lullaby Trust Safer Sleeping Guide
- Lullaby Trust rhif cymorth 0808 802 6869
- Llywodraeth yr Alban 'Safer sleep for babies guide for professionals'
- Marwolaeth yn y Crud yr Alban 'Early Years Safe Sleeping Guide'
- The Sleep Charity

Mabwysiadwyd y polisi hwn ar	Llofnodwyd ar ran y feithrinfa	Dyddiad adolygiad nesaf
27/10/2026	*L.George*	*10/2027*