



SØVNPOLITIK

I en naturinstitution som Børnehuset har børn brug for at være veludhvilede. Vi er ude i naturen mange timer hver dag, og vores børn får mange indtryk, der skal bearbejdes og lagres. Børn, der får en god og tilstrækkelig søvn, er mere glade og harmoniske, og de indgår i færre konflikter. Samtidig er søvn med til at fremme deres udvikling, sundhed og trivsel. Alt dette er udgangspunkt for søvnpolitikken i Børnehuset.

I vuggestuen betyder det at:

- Alle vuggestuebørn sover til middag.
- Alt efter barnets alder og behov sover børnene 1-2 gange om dagen.
- Dagligdagen tilrettelægges, så barnet kan få den nødvendige søvn på det tidspunkt, hvor barnet har behov for det.
- Vi lægger vægt på at skabe tryghed og ro omkring børnenes søvn. Vi respekterer deres vaner med sut, sovedyr og andre ting, som barnet har en tryghed ved.
- Vi vækker ikke børnene fra deres middagslur. Børnene får lov til at sove til de vågner af sig selv.
- Vi noterer ikke sovetider over børnenes søvn. Vi vil altid orientere jer, hvis børnenes søvn har været anderledes end vanligt.

I børnehaven betyder det at:

- De børn, der sover til middag, sover i samme rum fra kl. 12-14
- De børn, der ikke er faldet i søvn efter 30 min., får lov at stå op igen.