



Vores søvnpolitik

Barnets søvn er vigtigt, da det er her, barnet samler kræfter oven på en spændende og udfordrende dag. For lidt søvn svækker immunforsvaret og øger risikoen for sygdom og mistrivsel.

Det **lille** barn - særligt for vuggestuebørn

Ofte behov for at sove mere end én lur om dagen, hvilket vi tager hensyn til.

Alle vuggestuebørn sover i krybber og barnevogne.

Det **større** barn – særligt for børnehalebørn

Der er mulighed for en middagslur

Børnehalebarnet sover indenfor.

Vi har ikke en bestemt alder for, hvornår barnet holder op med at sove lur – det er der stor forskel på.

Vi kan opleve, at barnet, der ikke sover til middag hjemme, kan have behov for en lur i dagtilbuddet pga. aktivitetsniveauet.

Er barnet ved at slippe sin middagslur, kan det være en fordel med en ”nedtrapning”, hvor der soves 2-3 dage om ugen.

Vores fælles mål:

- Vi vil altid indgå i en dialog om dit barns behov for søvn i løbet af dagen; det er et vigtigt samarbejde mellem forældre og pædagoger.
- Barnet som sover én lur bliver puttet senest kl. 12.00. For at udvikle det sundeste søvn mønster, får barnet lov til at sove indtil det vågner.
- Søvn er meget vigtigt for børns dagligdag – og vi prioriterer at holde fast i det naturlige søvn mønster, der er indarbejdet hjemmefra.