

## Søvnpolitik i Bjerregrav Børnehus

Det er ikke alle børn, der er helt færdige med at sove til middag, inden de starter i børnehaven, og det er helt normalt. Børn har forskellige søvnbehov, og vi ved, at det er krævende for et lille menneske at starte i nye rammer.

Det kan være hårdt at starte i børnehaven, der sker meget, og der er mange nye indtryk og mange nye ansigter, man skal forholde sig til. Derfor vægter vi højt at give plads og ro til at de børn, der har behov for at sove eller få et hvil, får den mulighed.

Forældre og personale vil derfor løbende være i dialog omkring det enkelte barns behov for søvn og -eller hvile.

### Rent praktisk:

I børnehaven har vi ikke de samme sovemuligheder som hos dagplejer/vuggestuen. Vi putter barnet på en madras på stuen/motorik rummet, vi vurderer, hvor det er bedst alt efter hvor mange sovebørn vi har, og hvad det enkelte barnet trives bedst med.

Forældre medbringer tæppe/dyne og evt. pude, evt sut og sovedyr til at putte med.

Vi putter børnene efter frokost (omkring kl 11.45-12), der er en voksen omkring barnet den første halve times tid. Sover barnet ikke efter en halv time, vurderer vi, at barnet har fået et hvil, men ikke havde brug for at sove. Vi har baby alarmer på vores sove/hvile børn.

I Bjerregrav børnehus vækker vi ikke børn løbende. Vi prioriterer, at alle får muligheden for at sove det de evt. har behov for. Omkring kl 13.30-14.00 vil vi begynde at rumstere rundt og åbne døren til soverummet for, at evt. sovebørn får en mere naturlig vækning.

Revideret August 2023