

Vuggestue:

Børn under 1,5 år har en anden søvnrytme end dem der ældre. Derfor har de ofte behov for 2 lure, en om morgenen/formiddagen og en efter frokost/eftermiddagen.

Nogen børn har behov for en lille tredje lur, alt efter hvad tid de bliver hentet, eller hvor lange de to andre lure har været. Dette vil være individuelt og vi tager en dialog med forældrene omkring dette.

Børn under 2 år sover i krybber eller barnevogn i vores liggehal eller ude på vuggestuens legeplads.



Når børnene er klar eller har vokset sig ud af krybben sover de i sovepose på madras indenfor i separat soverum, der lyttes til afslappende musik og der vil være en voksen til stede indtil alle børn sover. Derefter vil den voksne være på stuen, i rummet ved siden af.

Børnene fra Larvestuen får tilbudt en lur om dagen, som ligger i tidsrummet fra kl. 12 til så længe barnet har behov for at sove. Når vi ligger i soverummet, begynder vi med at rulle gardiner ned og slukker lyset så rummet er mørkt. Dette hjælper børnene til at finde ro og hvile. Når børnene sover, (de børn, som har behov for søvn) ruller vi gardinerne op, og lader dagslyset lyse rummet op. På den måde visualiser vi for børnene, det ikke er nat men børnene får en oplevelse af det stadig er dag.

Børnehaven:

Børn fra Sommerfuglestuen, der stadig har brug for en lur, bliver tilbudt at sove sammen med Larvebørnene.

Børn der ikke falder i søvn i løbet af 30-40 minutter, kommer ud på legepladsen for at lege med de øvrige børnehalebørn. De har på den måde fået hvilet kroppen og hovedet, men ikke sovet.

Hvis vi oplever gennem en længere periode at barnet ikke falder i søvn, tager vi en dialog med forældrene om, hvor vi er med hensyn til at stoppe med middagsluren.

En middagslur for børnehavebørn er oftest i tidsrummet kl.12.00-14.00. Nogen børn har dog et større søvnbehov og sover derfor længere.



Vi vækker, som udgangspunkt, ikke børn fra deres lur/søvn. En afbrudt middagslur kan gøre barnet overtræt, pylret og sensitiv. Samtidig kan barnet blive fysisk uroligt og få svært ved at finde ro og falde i søvn om aftenen til godnat tid.

De fleste børn vågner naturligt omkring kl.14.00 når der begynder at blive rumsteret på stuen og i takt med at andre børn vågner op i soverummet og går ud.