



Retningslinjer for søvn i dagtilbud

Retningslinjer for søvn i: Vuggestuen Kongehuset og Labyrinten

Udarbejdet d. 12. december 2016

Grundlæggende om søvn og den fælles faglige forståelse

Hvilke børn (aldersgrupper) sover hos os? Hvorfor?

Alle børnene (0-2,10 år) sover i vuggestuen. Børnene har et naturligt behov for at sove middagssøvn - de helt små får oftest 2 lure i løbet af dagen.

Generelt om søvnen: Den øger barnets robusthed og hjælper dem til at klare udfordringerne i hverdagen. Kroppen hviler og sparer energi under søvnen samtidig med at en række livsvigtige processer finder sted: motorisk udvikling, kognitiv udvikling, sprogudvikling, social/emotionel udvikling; derudover har hormoner, der udvikler væksten og udvikling af immunforsvaret, deres største aktivitet netop under søvnen.

I Labyrinten/børnehaven sover de børn der har behov for det. Det er meget individuelt.

Bestemmes hvor ofte et barn sover, i løbet af en dag og hvor længe det sover, af individets behov for søvn, barnets alder eller af institutionens rutiner? Vækker vi børn? Hvorfor/Hvorfor ikke?

Barnets alder og behov for søvn bestemmer hvornår og hvor længe det sover. Vi vækker normalt ikke børn - undtagelsen kan opstå hvis barnet f.eks. sover over tre timer, eller det er blevet sent på eftermiddagen så der ikke er længe til nattesøvnen.

I Labyrinten/børnehaven, er det meget individuelt hvor lang tid børnene sover, de sover ofte en gang om dagen. I tidsrummet mellem 12-14. Sove børnene bliver som regel vækket af larmen fra de andre børn, så der er i reglen ikke behov for at vække dem. er der et barn der af en eller anden grund, er træt, får barnet mulighed for at sove på en af institutionens sofaer.

Hvordan sikrer vi os at alle medarbejdere introduceres til den grundlæggende faglige forståelse og alle elementerne i retningslinjerne?

Vi evaluerer løbende soveprocedurerne på personalemøderne, hvor vi også får implementeret den nyeste viden indenfor området.



Sovefaciliteter

Hvor sover børnene? Ude/Inde? Bestemmes det af alder? Bestemmes det af alder og/eller muligheder og/eller hensyn til det enkelte barn?

Sover de i krybber, barnevogne, senge, køjesenge eller på madrasser?

Vi har børn der sover udendørs i barnevogne (typisk de mindste der lige er startet); det giver dem en måske nødvendig afskærmning og ro, så de kan falde i søvn.

Vi har børn der sover i krybber, dels udenfor, dels i krybberum: de fleste i krybberummene, men enkelte ude på legepladsen da de ellers vækker de andre. Endelig har vi børn der sover indendørs på madrasser, det gør de typisk fra de er fyldt 2 år: efter frokosten kl. 11 og der er taget af bordet og måske ryddet op, hjælper vi dem af med tøjet, måske lidt toiletræning, i alle tilfælde en ren ble, så en fælles godnathistorie, sammen med de voksne finder de så sengetøjet frem og reder op, alt sammen udvikler fællesfølelsen, og så er det godnat.

I Labyrinten/børnehavne sover børnene på madrasser på gulvet på en af stuerne.

Brug af seler

Hvornår og hvordan anvendes der seler? Følges forvaltningens anbefalinger til punkt og prikke eller delvist, og hvordan kommer dette til udtryk i praksis?

Alle børn der sover i barnevogne og krybber bruger godkendte seler. (0-2 år)

Hvordan introducerer vi medarbejdere til brug af seler (kendskab til forvaltningens anbefalinger samt introduktion i praksis)? Hvem gør det?

Vi følger producentens forskrifter og anvisninger mht. seler og nyt personale sættes ind i den korrekte måde at tilpasse og spænde selerne.

Tilsyn med børn der sover ude

Hvordan lever vi op til anbefalingerne ift. tilsyn med børn, der sover ude?

Hvem gør hvad, hvornår og hvor ofte?

Midt på dagen er der 2-3 personaler i alrummet med de børn der ikke sover middagssøvn (typisk 2 - 6 stk.). Dette personale tjekker hyppigt de børn der sover, både ude, i krybberummene og på stuerne. Som ekstra hjælp har vi otte babyalarmer som vi flittigt bruger.

Tilsyn med børn der sover inde

Hvordan lever vi op til anbefalingerne ift. tilsyn med børn, der sover inde?

Hvem gør hvad, hvornår og hvor ofte?

Når de store sover middagssøvn på stuerne sidder der ofte personale derinde indtil de falder i søvn. Mens børnene sover, står dørene åbne og børnene bliver hyppigt tilset af de voksne der befinder sig i alrummet.

I Labyrinten/børnehaven sover børnene med åben dør, baby alarm, og løbende tilsyn fra personalet.



Andet

