

## Retningslinjer for søvn i dagtilbud

### Retningslinjer for søvn i: Dronning Louises Asyl

Udarbejdet d.30.8.2024

#### Grundlæggende om søvn og den fælles faglige forståelse

*Hvilke børn (aldersgrupper) sover hos os? Hvorfor?*

Alle børn der har brug for en middagslur, sover hos os. Det er primært alle vuggestuebørn og de yngste i børnehaven. Børn har brug for søvn til at bearbejde nye indtryk og kundskaber hvilket har stor betydning for børnenes udvikling og trivsel.

*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?*

Børnene får lov til at sove hos os, når de er trætte og har brug for en lur. Vi lader som udgangspunkt børnene sove indtil de vågner af sig selv, medmindre andet er aftalt. Når barnet er over 2,5 år, kan vi lave en særlig aftale hvor vi vækker barnet tidligere eller at barnet helt stopper med at sove til middag, hvis denne middagslur har en negativ indvirkning på nattesøvnen. Dette foregår altid med et søvnmøde med forældrene hvor vi aftaler at barnet skal hentes tidligt den første uge (ca. kl.14) og evt. anden uge også indtil den nye rutine er faldet på plads. Sover barnet ikke bedre om natten og derved får for lidt søvn, så starter middagsluren op igen. Det er vigtigt for os at barnet har energi til at klare en dag i vuggestuen/børnehaven.

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

Alle medarbejdere introduceres til vores retningslinjer for søvn i deres første tid i institutionen.

#### 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?*

Alle børn under to år sover udenfor i krybber og barnevogne, medmindre andet aftales med forældrene. Hvis barnet ikke er vant til at sove ude, laver vi i stedet plads indendørs til barnet, så det føles trygt og genkendeligt når barnet skal puttes.

Når børnene fylder to år, flytter de indendørs og sover i køjesenge.

### **Brug af seler**

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

Vi følger sundhedsstyrelsens anbefalinger for brug af seler. Selerne anvendes korrekt, de er tilpasset det enkelte barn (fast soveplads) og de er spændt således fast at barnet ikke kan rejse sig op eller dreje sig rundt.

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

Det faste personale i vuggestuen sørger for at alle nye medarbejdere og elever ved hvordan selerne skal bruge og hvordan man sikrer korrekt brug.

### **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?*

Der bliver kigget til børnene hvert kvarter mens de sover. Der er babyalarm på soverummet udendørs. Der sidder ikke én medarbejder fast derude og derfor bliver de tjekket af en medarbejder hver 15. minut.

### **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?*

Der er altid en sovevagt som sidder i rummet fra de skal sove og indtil børnene vågner.

### **Andet**