

## **Ruhen und Schlafen**

Da uns das Wohlbefinden der Kinder am Herzen liegt, berücksichtigen wir im Tagesablauf die unterschiedlichen Ruhe- und Erholungsbedürfnisse der einzelnen Kinder. Es gibt in jedem Gruppenraum eine Kuschelecke oder einen Sitzsack um sich auch zwischendurch mal zurückzuziehen.

In jeder Gruppe wird ein Raum zum Schlafen und Ausruhen umfunktioniert. Er bietet jedem Kind einen eigenen Schlafplatz und kann abgedunkelt werden. Jedes Kind verfügt über eine eigene Ausstattung zum Schlafen ( Matratze/ bei Kleinstkindern Kinderbett, Kopfkissen, Bettdecke, einschließlich Bezügen), die geordnet aufbewahrt wird.

Wir stimmen die Ruhe- und Schlafzeiten auf das individuelle Ruhe- und Schlafbedürfnis der Kinder ab. Zum Beispiel bieten wir einjährigen Kindern die Möglichkeit in einem separaten Schlafrum zusätzlich am Vormittag zu schlafen oder passen gegebenenfalls den Tagesablauf an.

Wir begleiten die Kinder in einer ruhigen und ausgeglichenen Atmosphäre in den Schlaf. Dazu setzen wir Rituale wie z.B. das Vorlesen einer Geschichte, leises Singen eines Liedes, Massagen und Entspannungsmusik ein.

Vorschulkindern, die nicht mehr schlafen können, bieten wir nach einer Ruhephase leise und erholsame Alternativen an.