



### For-besøg

Når I ved hvilken dato I skal starte i vuggestuen, så ring til os og aftal et besøg en uges tid før opstart. Her kan vi aftale hvordan det hele skal forløbe de første par uger, hvilke ting I skal medbringe osv.

Hvis I har spørgsmål I gerne vil stille, eller ting I gerne vil fortælle, så er der også tid til at snakke lidt på besøgsdagen.

### Velkommen

Vi tager os god tid når I starter i vuggestuen, og lemper jer gradvis ud ad døren, så både I og jeres barn langsomt vænner jer til at skulle sige farvel og på gensyn.

Hvis det er muligt for jer, anbefaler vi at I afsætter minimum 1 uge – og gerne 2 til opstart. I forventes ikke at være med hele tiden, men i tilfælde af afstand når vi vurderer, at jeres barn trænger til gensyn.

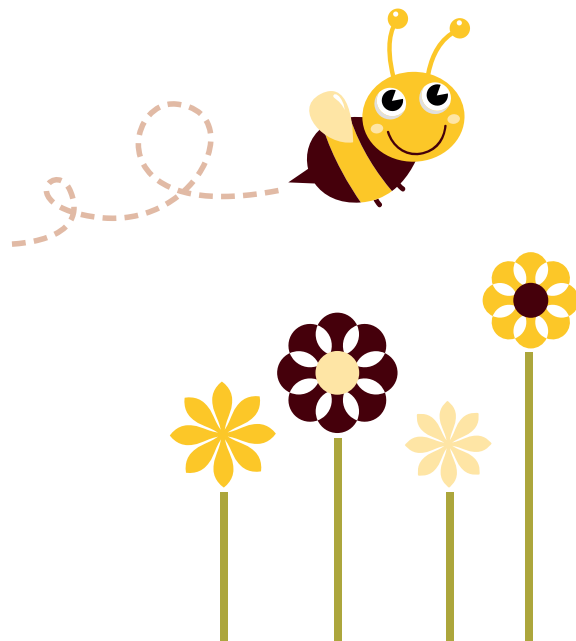
**Vi glæder os til at tage godt imod jer!**

## Inspiration

Find mere inspiration på vores hjemmeside:

- Praktisk information om vuggestuen
- Hverdagen i vuggestuen
- Forældresamarbejde
- Det pædagogiske arbejde
- Film fra hverdagen

[margrethevej.aula.dk](http://margrethevej.aula.dk)



# Kom godt fra start i vuggestuen



Udarbejdet af Vuggestuen Margrethevej

# Kom godt fra start i vuggestuen

Når I som forældre vælger, at jeres barn skal i vuggestue, så vælger I samtidig at bringe jeres barn i såvel et stort børnefællesskab som I mange forskellige mindre fællesskaber. Der er mange lærerige ting ved disse fællesskaber, ligesom der også vil være mange ting dit barn skal lære, for at kunne indgå positivt i fællesskaberne.

Som professionel vuggestue vil vi gerne, i tæt samarbejde med jer forældre, være med til at ruste jeres barn til at klare sig godt i disse fællesskaber, og samtidig skabe en sund grobund for, at jeres barn mestrer livet godt senere hen.

Sagt med andre ord:

**Det er her det hele starter – og det bliver rigtig godt!**

Velvidende at alle børn og familier er forskellige, og alle har ret til at gøre tingene på den måde de hver især finder mest værdi i, så vil der altid være nogle ting og rutiner, som kan være mere hensigtsmæssige end andre i forbindelse med vuggestuestart.

Vi ønsker med denne folder at bidrage med 'tips, tricks og gode ting at træne' inden vuggestuestart. Resten klarer vi hen ad vejen, ved hele tiden at tale sammen og sparre med hinanden om jeres barns udvikling og behov.



## Tips, Tricks og gode ting at træne før vuggestue-start

### Søvn

Det, at et barn kan falde til ro selv, er rigtig sundt og betyder også, at barnet i andre sammenhænge får en sund selvregulering. Hvis jeres barn er meget uroligt og ked af det, når det skal sove, eller hvis jeres barn kun kan sove i korte perioder ad gangen, så anbefaler vi at I kontakter jeres sundhedsplejerske for råd og vejledning, så I kan komme ind i en god rytme, hvor jeres barn lærer at falde i søvn selv, uden at skulle vugges, bæres eller køres for meget. Det vil samtidig gøre det lettere for jeres barn i vuggestuen, hvor vi har svært ved at vugge, bære eller køre med alle børnene i længere perioder ad gangen.

### Måltider

Små børn må gerne lege med maden, for de lærer ved at mærke, røre og sanse med munden. Vi anbefaler derfor, at når jeres barn begynder på den faste føde, så lad det selv putte maden i munden samt holde på skeen og koppen. Giv evt. kun barnet lidt mad ad gangen, så hele måltidet ikke ender på gulvet. Det kan også være en ide at have en ekstra ske, så du fortsat kan made barnet lidt, hvis det endnu ikke selv kan spise sig mæt med egen ske.

Hvis dit barn er meget utålmodigt omkring måltiderne, og kalder meget højlydt på maden, så anbefaler vi at du anerkender barnet ved f.eks. at sige med rolig stemme: 'Jeg kan godt høre at du er sulten, maden kommer lige om lidt.' Når barnet hører at du taler stille og roligt og selv er rolig, så vil det på sigt også smitte af på barnet. I vuggestuen er der mange sultne børn, som ofte skal have mad på samme tid. Den situation klarer jeres barn bedst, hvis det hjemmefra er vant til, at tingene foregår i et stille og roligt tempo.

Når jeres barn begynder at drikke af kop, anbefaler vi, at suttflasken ned/udtrappes, så barnet ikke skal have flaske i vuggestuen. Dette gælder også med amning, da vi kan have svært ved at trøste et barn som f.eks. er vant til at få trøst gennem mors bryst.



### Motorik og selv-hjulpenhed

I vuggestuen arbejder vi meget med børnenes motorik, og vi støtter dem i at kunne selv, da det er med til at øge både robusthed, indlæringsevne, selvtilid og selvværd. Og vi anbefaler på det varmeste, at I gør det samme derhjemme. Når barnet begynder at bevæge sig rundt, så lad det f.eks. selv mave- eller kravle hen til de ting, det ønsker at lege med. Som voksne kan vi være hurtige til lige at hente det vi kan se barnet gerne vil have, og stille det foran barnet. Men hvad mon barnet lærer mest af? At vi henter og bringer, eller at barnet selv skal arbejde lidt, for at opdage, at det selv kan? I vuggestuen tror vi mest på det sidste ;)

### Farvel - og vi ses igen

Det kan være overvældende for både forældre og barn at sige farvel, hvis ingen af jer har prøvet det før. Vi anbefaler derfor, at hvis I har muligheden for det, så lad jeres barn passe ude et par gange, inden I starter i vuggestue. På den måde har I opnået lidt erfaring med, hvordan det er at være adskilt for en stund.

Og fortløft ikke, hvis I ikke har mulighed for at afprøve at være adskilt inden I starter - eller hvis der gik helt koks i den, da I prøvede, så går det alligevel, for vi har god erfaring med at få det til at lykkes.