



CPE *la Clé
des Champs inc.*

POLITIQUE SUR LA SIESTE

Adoptée par le conseil d'administration le 27 juin 2018

385, rue Saint Zéphirin
La Tuque (Qc) G9X 1X7
Sans frais : 1 888 637-6470
Téléphone : 819 523-7322
Télécopieur : 819 523-6001
direction@cpecledeschamps.com

PRÉSENTATION

La période de repos constitue un moment incontournable dans la journée de tous les enfants dans le service de garde. Les bienfaits de cette période de sieste ou de repos pour l'enfant sont nombreux et tous les spécialistes de l'enfance et du sommeil s'entendent sur son importance capitale pour la santé physique et le développement intellectuel et affectif des enfants.

Afin de répondre aux besoins de l'enfant, le personnel éducateur met en place un rituel favorisant le sommeil de l'enfant sans toutefois l'y forcer et ne le réveillera pas avant la fin de la période de sieste ou de repos. De cette façon, des enfants dormiront tandis que d'autres demeureront étendus sur leur matelas et profiteront de ce temps d'arrêt bénéfique pour leur santé et le bon déroulement de leur après-midi.

Chez les 0-17 mois, il y a une sieste le matin et l'après-midi. Chez les 18 mois et plus, la sieste se fait en après-midi et dure environ 2 heures. Les parents ne peuvent donc pas exiger que leur enfant ne fasse pas de sieste ou ne participe pas à la période de repos. De plus, il est important que les parents limitent les arrivées et les départs des enfants pendant la sieste.