



Le besoin de repos et de sommeil varie considérablement selon l'âge, et même parmi les enfants du même âge. Toutefois, le repos est une partie importante de la journée de tous les enfants. La routine prévoit une période durant laquelle les activités calmes sont encouragées et les enfants peuvent faire la sieste, au besoin, pour :

- Le bien-être des enfants en respectant leurs habitudes de sommeil
- Collaboration entre parents/personnel afin de discuter ouvertement
- Le respect des autres en assurant le calme

