



jednostka budżetowa
miasta stołecznego
Warszawy

HARMONOGRAM ADAPTACJI

Żłobek nr 57
ul. Książkowa 2
03-134 Warszawa



Drodzy Rodzice,

Już 01 września 2026 roku razem ze swoim dzieckiem rozpoczniecie adaptację w żłobku nr 57.

Wiemy, że pierwsze rozstania z rodzicami bywają bardzo trudne, dlatego zrobimy wszystko, by proces adaptacji odbył się z jak najmniejszą ilością lęku i niepokoju zarówno dla maluszka, jak i dla Państwa. W pierwszych trzech dniach będziecie Państwo przebywać wraz z dzieckiem w sali, na placu zabaw i na sali ruchowej. Zależy nam na tym, gdyż Państwa obecność w tych miejscach da maluszkowi poczucie bezpieczeństwa. Rodzic z uśmiechem rozmawiający z opiekunkami, bawiący się żłobkowymi zabawkami, swobodny i otwarty, daje dziecku sygnał, że może nam ono zaufać.

Adaptacja organizowana jest z podziałem na mniejsze grupy (około 9 dzieci w każdej), które przychodzą do żłobka każdego dnia adaptacji na inną godzinę. Dzięki temu będziecie mogli doświadczyć żłobkowego planu dnia, a dzieci skosztować różnych posiłków i wziąć udział w aktywnościach zgodnych z ustalonym harmonogramem dnia w żłobku.

W sierpniu drogą mailową prześlemy informacje, w której grupie będzie Państwa dziecko i na którą godzinę przychodzicie do żłobka 01 września. Każda grupa będzie podzielona na dwie mniejsze: część dzieci będzie przebywać w żłobku w godzinach 8.00-10.00, a druga część w godzinach 10.30-12.30.

01.09.2026 r. – WTOREK – pierwszy dzień adaptacji

- Tego dnia przychodzicie do żłobka na umówioną godzinę. Do grupy wraz z dzieckiem wchodzi jeden rodzic. Proszę zabrać ubranka na zmianę, pieluszki, a także obuwie zmienne zarówno dla dziecka, jak i opiekuna.
- Wchodzicie do żłobka dzwoniąc do przydzielonej grupy za pomocą wideodomofonu. W trosce o bezpieczeństwo dzieci proszę pamiętać o zamykaniu furtki na dziedzińcu żłobka.
- W grupie przebywacie 2 godziny. Bardzo prosimy o aktywne uczestniczenie we wszystkich zabawach i posiłkach. Bawcie się również z innymi dziećmi. Układajcie klocki, parkujcie samochody i zorganizujcie herbatkę dla wszystkich lalek w sali 😊 Bądźcie na poziomie dzieci, nie stójcie nad nimi, nie obserwujcie z kąta sali. Przyjdźcie w wygodnych dresach i pobawcie się z nimi na dywanie 😊
- Rozmawiajcie z opiekunkami, opowiedzcie im o swoim dziecku, odpowiedzcie na wszystkie pytania. Wiedza o upodobaniach dziecka pozwoli opiekunkom szybciej je uspokoić, czy zająć zabawą w trudnych chwilach pierwszej rozłąki z rodzicem.
- Wysłuchajcie ważnych informacji organizacyjnych przekazanych przez opiekunki.
- Na terenie żłobka obowiązuje całkowity zakaz używania telefonów komórkowych. Uważamy, że jest to czas dla Waszych dzieci, dlatego schowajcie wyciszone telefony głęboko do torby.

02-03.09.2026 r. – ŚRODA I CZWARTEK – drugi i trzeci dzień adaptacji

- We środę i czwartek powtórzymy wtorkowy plan dnia. Wypełnimy je zabawą, rozmowami o dziecku i odpowiedziami na nurtujące Państwa pytania.
- Wraz z dziećmi będziecie mieli okazję obejrzeć żłobek, pobawić się na placu zabaw i sali ruchowej.
- Opiekunki będą bacznie obserwować dzieci. Jeśli zauważą, że dziecko czuje się bardzo swobodnie w grupie, samo nawiązuje z nimi kontakt, pokazuje zabawki, czy pozwala brać się na ręce, w porozumieniu z rodzicem możemy spróbować krótkiego rozstania (rodzic żegna się z dzieckiem i opuszcza grupę na krótką chwilę).

04.09.2026 r. – PIĄTEK – czwarty dzień adaptacji

- Tego dnia również przychodzicie Państwo do żłobka na umówioną godzinę.
- Rozpoczynacie dzień od towarzyszenia dziecku przy posiłku, po czym żegnacie się i opuszczacie grupę.
- Zachęcamy, by dziecko przyniosło ze sobą ulubioną zabawkę, przytulankę lub kocyk. Wzmocni to poczucie jego bezpieczeństwa.
- Maluszek zostaje pod opieką opiekunek na około 1 godzinę, po czym jest odbierany przez rodzica.
- Opiekunowie na ten czas opuszczają teren żłobka, ale pozostają w pobliżu i w kontakcie telefonicznym.
- Zachęcamy, by czas po wyjściu ze żłobka spędzić wspólnie z dzieckiem w bliskości, na zabawie lub spacerze.

07.09.2026 r. – PONIEDZIAŁEK – piąty dzień adaptacji

Dzień wygląda podobnie do piątku, z wyłączeniem obecności rodzica przy posiłku.

- Po przebraniu dziecka w szatni, rozstajecie się w drzwiach do sali.
- Pożegnajcie się czule, lecz krótko.
- Bardzo ważne jest określenie przez rodzica kiedy wróci, tu niezbędny jest konkretny komunikat, np.: gdy zjesz śniadanko, gdy zjesz owoce, po powrocie z placu zabaw, po obiedzie, itp.
- Dziecko zostaje w grupie 1-2 godziny. Rodzic jest w kontakcie telefonicznym z opiekunkami, gdyby była potrzeba szybszego odebrania dziecka, przychodzi niezwłocznie.

8-11.09.2026 r. – drugi tydzień adaptacji

Czas pobytu w żłobku jest stopniowo wydłużany, w zależności od samopoczucia i gotowości dziecka oraz możliwości rodzica.

Jeżeli dziecko jest gotowe może przebywać w placówce od śniadania do godziny 12.00.

14-18.09.2026 r. – trzeci tydzień adaptacji

Po dwutygodniowej adaptacji dziecka w placówce Rodzice mogą spróbować pozostawić dziecko na leżakowanie. Decyzja jest uzgadniana z opiekunkami, które najlepiej wiedzą, czy dziecko jest już gotowe na kolejny krok. By mogło zostać na drzemkę, musi pić i podejmować próby jedzenia, poprosić o pomoc lub przyjąć ją od opiekunek, zaciekać się zabawą lub zabawką.

W pierwszych dniach leżakowania proszę odebrać dziecko około godziny 15.00, po zjedzonym podwieczorku.

Wierzymy, że adaptacja Państwa dziecka przebiegnie sprawnie, szybko i będzie ono przychodziło do żłobka z uśmiechem na ustach. Najważniejsza jest współpraca opiekunów z personelem żłobka, który mając wieloletnie doświadczenie robi wszystko, by adaptacja była jak najmniej stresująca.

Czekamy na Was z niecierpliwością!

