



## Oogjes toe

Anaïs Chambel

Oogappel

In dit schuifboekje is het tijd om tot rust te komen en te gaan slapen voor de zon, het lieveheersbeestje, de vaas, de bij, de regenworm, het vogeltje, de paddenstoel, de vlinder en de maan. Met het schuifje kan je de ogen sluiten en weer open doen.

Dit is een ideaal boek om de dag af te ronden en rustig neer te leggen. Iedereen is moe en doet de oogjes toe. En daar kan je peuter bij helpen. Ook voor je peuter is het belangrijk om de dag te kunnen afronden en neerleggen, om goed te slapen en tot rust te komen. Een vast slaapritueel kan daarbij helpen. Samen dit boekje lezen, bijvoorbeeld. Het repetitieve van de tekst bovenaan (welterusten, zon/lieveheersbeestje/vaas/bijtje/...) werkt als een mantra die rust brengt. En de tekst onderaan vertelt waarom het zo belangrijk is om te gaan slapen en tot rust te komen. Rond af met een liedje of versje, zoals:

*Nu doe jij ook de oogjes toe,  
ook jij bent echt wel heel erg moe.  
Kruip maar lekker in je bed,  
je knuffels zijn al klaargezet.*

*Sluit je oogjes, één voor één  
en val in slaap zo meteen.  
Morgen is een nieuwe dag,  
word weer wakker met een blije lach!*