Webinar
Sleep, eat, raise, repeat!

Interactief webinar over slaap in de basisschoolleeftijd

— vrijdag 4 november | 10.00-11.00 uur
jongjgz.nl/webinars

jong jgz
groeit met je mee.

Webinar:
Sleep, eat, raise, repeat!

Kinderen van 4 tot 12 jaar hebben nog veel slaap nodig. Een goede nachtrust is belangrijk voor hun ontwikkeling én humeur. Heeft jouw kind moeite met inslapen? Krijgt jouw kind te veel of juist te weinig prikkels op een dag, waardoor het minder goed gaat slapen? Wil je weten wat je hier als ouder aan kunt doen?

Twee pedagogisch adviseurs van Jong JGZ geven je praktische tips en adviezen.

Programma

- Wat is gezond slaapgedrag?
- Heeft jouw kind last van piekeren of nachtmerries?
- Wat heeft je kind nodig om goed te kunnen slapen? Wat kun je als ouder doen?
- Wanneer krijgt je kind te veel of juist te weinig prikkels
- Waar vraag je om hulp als de slaapproblemen aanhouden?

Voor wie?

Ouders/verzorgers met kinderen in de basisschoolleeftijd die meer willen weten over slapen.

Stel je vragen via de chat!

Meld je nu aan via jongjgz.nl/webinars

Dit webinar is een samenwerking tussen:

GGD zhz

jong jgz groeit met je mee.

jong jgz groeit met je mee.