



Een goed slaappatroon ontwikkelen



Kinderen en ouders hebben een goede nachtrust nodig. Het Centrum voor Jeugd en Gezin (CJG) organiseert een workshop waarin u kijkt hoe u een gezond slaappatroon kunt ontwikkelen met en voor uw kind. Welke vaardigheden heeft een kind nodig en wat kunnen oorzaken zijn als kinderen niet zo makkelijk inslapen.

Deze workshop geeft concrete tips en handvaten hoe je dit in de praktijk kunt brengen en is bedoeld voor ouders met kinderen tot 10 jaar.

Waar: de Westwijzer, Cortenbachstraat 70 in Helmond
Wanneer: donderdag 25 oktober 2018
Tijd: 20.00 - 22.30 uur, inloop vanaf 19.45 uur
Mail: frontofficejeugd@helmond.nl

De workshop is gratis! Aanmelden kan per mail onder vermelding van slaappatroon.
U kunt zich ook aanmelden via onze website www.cjghelmond.nl

Naast deze workshop worden er nog andere themabijeenkomsten door het CJG georganiseerd.
Voor het actuele aanbod verwijzen wij u naar de agenda van onze website www.cjghelmond.nl of onze facebook pagina CJG Helmond