



Soluções pediátricas para dormir: um guia para estabelecer bons hábitos de sono

Ensinar as crianças a dormir pode ser difícil, mas você não precisa fazer isso sozinho!

Junte-se à consultora certificada em Sono Pediátrico, Emma Lanza, para obter um roteiro para ter sucesso no sono durante os primeiros 4 anos de vida do seu filho.

Esta série de três partes analisará o impacto do sono no desenvolvimento geral.

Os tópicos incluirão:

- Técnicas para otimizar os padrões de sono do recém-nascido;
- Preparando seu ambiente de sono para o sucesso;
- Prolongar cochilos curtos para descansar melhor;
- Estratégias que ajudam seu filho a dormir no berço ou na cama a noite toda.

*Quartas-feiras, das 19h às 20h,
31/01, 07/02 e 14/02 no Zoom.*

Para inscrição, ligue para a Cape Cod Children's Place no
508-240-3310

Esta programação é financiada pelo SAFE Child Communities por meio da Children's Trust e da Coordinated Family and Community Engagement (CFCE) ligadas ao MA Dept. of Early Education and Care, administrado pela Cape Cod Children's Place.

