

Inforeeks voor ouders rond slaapmoeilijkheden bij lagere schoolkinderen

Type

Groepsaanbod

Startdatum

12/05/2026 - 09/06/2026

Locatie

Boomgaardstraat 1, 8810 Lichtervelde, Belgium (Huis van het kind)

Door

Apollonia Mus

Camille Platteeuw

Praktische info

Datums

12 mei 2026 - 19:30 - 21:30

26 mei 2026 - 19:30 - 21:30

09 juni 2026 - 19:30 - 21:30

Prijs

Prijs voor groepsaanbod en kampen:

0-23 jaar = gratis

+23 jaar= 2,5 per sessie

Prijs voor lezingen

Gratis voor iedereen

Aantal sessies

3

Duur sessies

120

Voor wie

We focussen ons op ouders van lagere schoolkinderen die zich zorgen maken over de slaap bij hun kinderen.

Hulp bij

Slaapproblemen, Piekeren, Stress

Bereikbaarheid

Gratis parking

Inhoud

In deze sessies zullen we stilstaan bij slaap bij lagere schoolkinderen. Wat is slaap, wat is (ab)normale slaap, wat zijn de feiten en fabels die leven over slaap, … Naast het theoretische aspect (psycho-educatie) zullen we ook nog wat tips geven over hoe de slaap bevorderen, slaaphygiëne, … en is er ruimte om met elkaar in dialoog te gaan.
Dit doen we verspreid over drie avonden in mei en juni. De sessies bouwen verder op elkaar dus het is aangeraden om ze allemaal bij te wonen.

Contact en inschrijven

E-mailadres

apolloniamus@gmail.com

Meer info op elpen.be

https://www.elpen.be/initiatieven/inforeeks-voor-ouders-rond-slaapmoeilijkheden-bij-lagere-schoolkinderen