



voor jeugd & gezin

## PERSBERICHT

Zaandam, 3 april 2019

### **Jonge kinderen beter laten slapen met workshop Triple P 'Slapen'**

***Op maandag 13 mei is van 18.30 tot 20.30 uur de gratis workshop Triple P 'Slapen' bij Centrum Jong in Krommenie. Deze eenmalige workshop is voor ouders van kinderen in de leeftijd van nul tot vier jaar, die problemen hebben met slapen.***

Kinderen die problemen hebben met slapen kunnen een uitputtingsslag zijn voor het hele gezin. Sommige kinderen vallen in een diepe en lange slaap zodra hun hoofd het kussen raakt. Maar bij andere kinderen levert het naar bed gaan elke avond problemen op. Een paar kleine veranderingen kunnen een groot verschil maken, zodat iedereen in het gezin beter zal slapen.

In deze praktische, twee uur durende workshop gaan deelnemers aan de slag met positieve opvoedstrategieën om hun kinderen een goed slaappatroon te laten ontwikkelen.

Het is noodzakelijk dat geïnteresseerden zich van tevoren aanmelden.

#### **Meer informatie**

Voor aanmeldingen of voor meer informatie over deze of andere opvoedcursussen kunt u kijken op [www.cursusbureauzaanstreek.nl](http://www.cursusbureauzaanstreek.nl).

---

#### *Noot voor de redactie:*

Voor vragen omtrent dit persbericht kunt u contact opnemen met Claudia Vogelaar (administratief medewerkster cursusbureau) via 075 - 651 8370 of [cursus@ggdzw.nl](mailto:cursus@ggdzw.nl).

GGD Zaanstreek-Waterland  
Vurehout 2  
1507 EC Zaandam