



# Workshop

## Een goed slaappatroon ontwikkelen

16 februari - 19.30u

Goed slapen is voor zowel ouders als kinderen belangrijk, maar dit verloopt niet altijd even vlot. Deze workshop informeert je over de oorzaken van slaapproblemen. Je leert verschillende positieve methodes om je kind vlotter in bed te krijgen, te laten doorslapen, in bed te blijven en 's ochtends niet te vroeg op te staan. Na deze Triple P workshop heb je een persoonlijk plan in handen om problemen met slaap(patronen) aan te pakken.

De workshop maakt deel uit van de Triple P Workshops over Positief Opvoeden.

**Waar:** Huis van het Kind  
Residentie Clement Van Perck,  
Korte Schipstraat 14, 2800 Mechelen

**Inschrijven & meer info:** (vooraf inschrijven is noodzakelijk)  
Opvoedingswinkel Mechelen  
**T** 015 44 52 42 - **E** [opvoedingswinkel@mechelen.be](mailto:opvoedingswinkel@mechelen.be)

**Organisator:** Opvoedingswinkel Mechelen

**Kostprijs:** gratis

