

Livre

Auteur(s) : Renauld Millet, Julie (Auteur)

Titre(s) : Mon enfant ne veut pas dormir ! : peurs, pleurs, cauchemars, écrans... : l'aider à trouver le sommeil / Julie Renauld Millet.

Editeur(s) : Paris : Eyrolles, 2019.

Collection(s) : (Parents au top).

Autres : 1 vol. (125 p.) . illustrations en couleur . 24 x 18 cm

Résumé : Des conseils selon l'âge et le rythme des enfants pour gérer le moment du coucher et éviter les conflits qui peuvent alors apparaître. L'ouvrage aborde notamment l'anxiété, l'hyperactivité et l'attraction pour les écrans. Avec du matériel détachable afin de ritualiser ce moment et mettre en place des activités pour gérer les émotions, établir des routines et organiser un espace dédié à la nuit. ©Electre 2021.

Notes : Bibliogr. - Tout public.

Sujet(s) : Sommeil ** Chez l'enfant ; Troubles du sommeil ** Chez l'enfant



Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
Jeunesse	Le Coin des parents	649 1 REN	Prêt normal	Sorti	Langueux