



TALLER ONLINE

¿Cómo ayudar a los niños a dormir?

El sueño juega un papel fundamental en muchas esferas del desarrollo infantil. Por este motivo, es importante que enseñemos a nuestros hijos a dormir con hábitos y rutinas adecuadas. Si no se resuelven los problemas en estas edades tempranas, pueden continuar o agravarse en el futuro. Hablaremos de la importancia del sueño y del sueño por grupo de edades, así como de las rutinas, rituales y factores que alteran al sueño.

[Apúntate](#)



Miércoles 11 de enero



A las 11:00 h

Recuerda que para la correcta visualización de los talleres es imprescindible una conexión a internet estable y de buena calidad.