



VÄIKELAPSE HEA UNE VUNDAMENDIKIVID

Toimumisaeg: 29.05.2023 kell 18-20

Koht: Vösukese lasteaed

Registreerimine: e-kirja teel kuni kohtade täitumiseni info@raesotsiaalkeskus.ee

Osavõtutasu: 5 eurot



Koolituse sisu: Väikelapse hea une vundamendikivid - eakohane päevakava, turvaline magamiskeskond, kindlad unerituaalid, iseseisev unnejäämise viis, toetus vanemate unele.

Sihtgrupp: väikelaste (vanuses 2-8) vanemad, kes tähtsustavad lapse une olulisust nii lapse arengu kui kogu pere heaolu seisukohast.

Koolitaja Merit Lilleleht on lapsevanematele suunatud nõustamiskeskonna www.unekool.ee asutaja, perenõustaja ja koolitaja, leebe unekooli meetodi maaletooja. Ta on läbinud unekooli nõustajate väljaõppe Soomes ning täiendanud ennast Eesti unearstide poolt läbiviidud erinevatel uneteemalistel kursustel. Ta on Eestis esimese laste uneteemalise raamatu „Meie lapse uni. Praktiline teejuht lapsevanematele kuni 7 aastase lapse unemaailma“ autor. Samuti on ta vanemlusprogrammi Imelised Aastad koolitaja.

