«SOVEKARIN» kjem til Bykle samfunnshus!

Mange foreldre slit med å få barnet til å sovne og sove gjennom heile natta. SoveKarin seier det er løysingar for alle familiar! Som barnesjukepleiar, helsesjukepleiar og søvnterapeut har ho lang erfaring i søvnrettleiing til barn i alle aldre.

**No kjem ho til Bykle for å halde foredrag for foreldre/ føresette med barn i Bykle og Valle kommune. Alle som har ei interesse av dette er velkomne.**

**Innhald:**   
• Vanlege søvnforstyrrelsar hos barn   
• Korleis innøve gode søvnvaner   
• Søvnmetodar   
• Tilstander som kan forstyrre søvnen   
• Andre faktorar

**Bykle samfunnshus 26. November**

**kl. 17.00- Foredrag for deg med barn i alderen 0-6 år**

**kl. 19.00- Foredrag for deg med barn i skulealder**

**Det er mogleg å delta på begge foredraga.**

**Fri inngang!**

**Arr. Helsestasjon- og Skulehelsetenesta i Bykle, «Helse på hjul».**