



## **WORKSHOP ‘Slaap snel Droom wel’**

Slapen en dromen is een weerspiegeling van wat we overdag mee maken, veel gezinnen & professionals hebben vragen hierover. De workshop biedt ondersteuning rondom dit thema. Ook voor het verbeteren van slaapkwaliteit van kinderen en huilbaby's. Een aantal punten komen aanbod:

- **Omgaan met slaap en – droomgedrag van kinderen**
- **Hoe kun je het kind hierin ondersteunen?**
- **Ontspanningsoefening; wat maakt het kind mee?**
- **Wat betekent de droom en fantasie van het kind en wat kun je ermee overdag?**
- **Eerste hulp bij nachtmerries**
- **Omgaan met gevoelens en behoeften**
- **Praktijksituaties en adviezen**

### **Voor professionals/ouders van Kinderopvang:**

**Datum:** .....

**Tijd:** .....

**Locatie:** .....

**Trainer:** Lia Timmer van Xalia Training

### **Reacties na een ouderavond of workshop ‘Slaap snel Droom wel’**

‘Ik kan nu beter begrijpen als een kind een nachtmerrie heeft en wat je eraan kunt doen. Hoe ik het kind kan helpen bij ontspanning en de dag af te bouwen voor het slapen gaan. Echt interessant.’ *Pedagogisch medewerker Kids Villa Den Haag*

**Ik heb de lezing als erg positief ervaren. Je bent een boeiend vertelster en veel zaken waren herkenbaar!**

*Moeder Kinderopvang Skon Zeewolde*

Bedankt, ik vond het een waardevolle toevoeging aan het 'kindgericht werken' op De Blauwe Zeerob. Het heeft het team aan het denken gezet!

*Marieke vestigingsmanager Skon Kinderopvang Amsterdam*

Het frappante was het dat mijn dochter dinsdagnacht wakker werd en naast ons bed stond. Ze was natuurlijk ook ziek, maar begon ook over dromen. Ik heb het meteen toegepast en ze is weer lekker gaan slapen ;-). Bedankt voor de inspirerende avond!

*Susan medewerker Forte Kinderopvang*

Dank voor de leuke en leerzame lezing!

*Ellen Vestigingsmanager Kindergarden Den Haag*

### **Reacties van deelnemers na de Training 'Ken het Kind'**

'Prettige, zinvolle dag gehad. Alles wat genoemd is kun je verder meenemen, elke werkdag'

*Verpleegkundige, Gelre Ziekenhuizen Apeldoorn*

'Interessant onderwerp. Veel geleerd voor zowel Ziekenhuis als thuis en ook over mezelf. Luisteren naar het kind. Kijken wat er eventueel achter de droom schuilt. Vragen aan het kind wat ik voor hem/haar kan betekenen. Kortom, veel meer bewustzijn van de functie van dromen.'

*Pedagogisch Medewerker, Gelre Ziekenhuizen Apeldoorn*

**Rust voor het slapen is belangrijk. Neem je tijd opgeacht de 'regels' het welbevinden van kinderen is belangrijker!**

*Pedagogisch medewerker Kinderdagverblijf 't Klimrek Nijkerk*

**Door samen over praktijksituaties te praten krijg je een andere kijk om kinderen positiever te benaderen.**

*Pedagogisch medewerker Kinderdagverblijf 't Klimrek Nijkerk*

**Meer naar jezelf kijken en inleven in het kind er wordt een spiegel voor mezelf gezet. Meer vanuit de volwassenen manier reageren is herkenbaar voor mij! Bewustzijn van je eigen gevoelens en behoeften geeft je meer inzicht.**

*Medewerkers KDV Baloe Stichting Kinderopvang Hoewelaken*