

Maman, papa je n'arrive pas à dormir

Comment aider votre enfant / adolescent.e à mieux dormir ?



Dre Virginie Sterpenich

Docteure en neurosciences à l'Université de Genève, nous expliquera le rôle important du sommeil dans

le développement du cerveau de nos enfants, les troubles du sommeil les plus fréquents et donnera des conseils pratiques pour y remédier.

**Mercredi 15 mars
à 19h30**

Ferme du Manoir
Salle du Conseil communal
Place du Château
1260 Nyon

Votre enfant :

- a du mal à s'endormir ?
- se réveille souvent ?
- bouge, parle ou pleure la nuit ?
- fait des cauchemars ?
- est souvent fatigué ?

Conférence gratuite organisée par
le Quart-Parents du Conseil
d'établissement de Nyon-Prangins
suivie par un apéro

qp.nyon.prangins@gmail.com