



Консултантът по детски сън - Цветелина Димова, адресира предизвикателствата, с които много родители се срещат в първата година от раждане на детето

Четвъртък, 15 Октомври 2026

Среща-разговор "Да спим спокойно" с лектор Цветелина Димова, адресира предизвикателствата с детския сън и създаване на режим в първите месеци (до първата годинка) от раждането на детето. На 10 октомври, в Туристически информационен център се проведе среща-разговор със сертифицирания консултант по детски сън Цветелина Димова. Срещата бе от поредицата теми, с които Община Троян адресира предизвикателства, с които родителите се срещат - темите раждане, хранене, детски сън.

Димова консултира семейства, чиито деца имат нарушен дневен или нощен сън, трудно заспиване, кратки дремки през деня или имат вече изградени силни асоциации за заспиване, без които не могат да се отпуснат и да заспят спокойно. "Личната ми история с голямото ми дете и практиката са ми доказали многократно, че ако родителите положат добри основи на съня веднага след раждането на бебето, гарантирано ще имат много по-леки първи месеци у дома с новороденото бебе" - сподели пред присъстващите Димова.









