



"CRESCERE è INNATO"

Abbi fiducia in loro!

Dormire tutta la notte?

Quando ne saranno CAPACI,  
LO FARANNO IL PRIMA POSSIBILE!

dopo i sei mesi...

**POPPARE PIU'  
VOLTE A NOTTE  
è NELLA NORMA!**



detto ciò....

Se il tuo bimbo è pronto...  
(te ne accorgerai SE FUNZIONA!)  
una SPINTA senza FORZARE...  
si può tentare!



## ESPORLO ALLA LUCE SOLARE DURANTE IL GIORNO

"Il tempo trascorso fuori... TRANQUILLIZZA!  
Aiuta ad assicurare un sonno migliore!"

## RITUALI PER ANDARE A LETTO

Si può iniziare fin da subito con una ninna nanna o  
una storia che preferisce...  
oppure un massaggio, più o meno lungo!

Se tuo figlio AMA la consuetudine ne gioverai  
da subito!



## SII EMOTIVAMENTE RECETTIVA E DISPONIBILE, LA SERA

GLI STUDI HANNO DIMOSTRATO CHE MIGLIORA IL SONNO, I RISVEGLI E  
LA FACILITA' NEL RIADDORMENTARSI.

Tutti dormiamo più tranquilli sapendoci  
AMATI, ACCOLTI e COMPRESI