

# 101 modi per addormentare il tuo bambino

Un manuale di sopravvivenza per genitori assonnati di bambini insonni



**L'insonnia nei bambini è molto comune, e i rimedi per aiutare i piccoli a superarla e i genitori a non soccombere sono tanti, diversi, a volte davvero insoliti e originali.** Le mamme le tentano tutte: "lascialo piangere", "cullalo un po'", "abitualo a dormire con i rumori", "mettilo nel lettone"... **In questo libro potrete scoprire perchè il bambino non dorme, cosa fare quando non dorme** (secondo gli esperti e secondo le mamme), cosa evitare assolutamente, quali sono gli ambienti giusti per la nanna...e leggerete alcune storie divertenti di bambini un po' troppo "svegli" e dei loro riti per propiziare il sonno. **Dai consigli del pediatra a quelli della nonna, tutto ciò che è stato detto e scritto su risvegli notturni, ninne nanne, allattamento a richiesta e metodi drastici:** perchè ogni bambino insonna ha bisogno del "suo" rimedio.

## **Ecco alcuni tra i 101 punti:**

- w ritmi e tempi, calma e sangue freddo
- cosa fare quando non dorme (secondo gli esperti)
- cosa fare quando non dorme (secondo le mamme)
- lettino o lettone?
- massaggi rilassanti
- quando la mamma va in crisi e pensa di sbagliare tutto
- matilde, la bambina che voleva i capelli
- la mano del reggiseno, il mio tetto sauro
- Michele e la pancia di mamma

**Martina Rinaldi**

Vive e lavora a Roma ed è la mamma single di un ex bambino insonne (che ora ha tre anni e dorme come un ghio).

**Editore: Newton Compton Editore**

**Pagine: 187**

**Prezzo: 9.90 €**