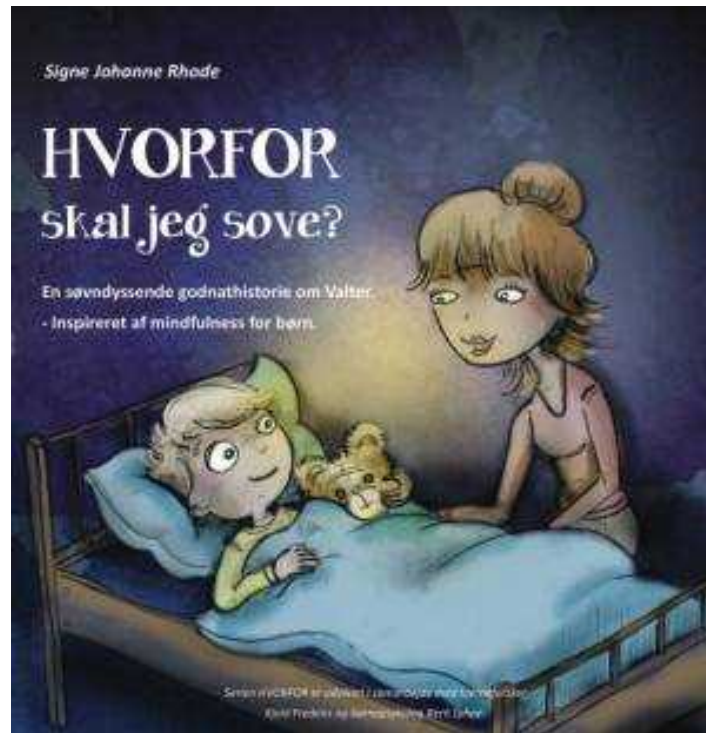


HVORFOR - skal jeg sove? PDF

Signe Johanne Rhode



Dette er kun et uddrag fra bogen. Den fulde bog kan downloades fra nedenstående link.



Forfatter: Signe Johanne Rhode

ISBN-10: 9788793321298

Sprog: Dansk

Filstørrelse: 3212 KB

BESKRIVELSE

Bogens hovedperson Valter vil ikke i seng. Hvorfor skal man også sove, når det er meget hyggeligere at sidde inde hos mor og far? Så fortæller mor, hvordan hele Valters krop har været på arbejde i dag, og hvorfor alle mennesker har brug for hvile. Da han ligger i sin seng fortæller mor, hvordan hele hans krop slapper af. Måske er det alligevel meget dejligt at sove... Bogen giver forståelse for, hvorfor man skal sove, mens fortællingen langsomt luller den lille læser i søvn. Det er mindfulness serveret i børnehøjde i form af en godnathistorie - krydret med viden og råd til forældrene til at skabe ro og trykthed i sovesituationen.

HVAD SIGER GOOGLE OM DENNE BOG?

Søvnspecialist og psykolog Torben Jager Petersen giver gode råd til dig, der ikke kan sove. ... men du skal ikke blive oppe hele natten, ...

Jeg kan ikke sove, og jeg forstår ikke hvorfor. Hvad ... mails og voldsomme film inden sengetid men alligevel ikke kan sove, ja så synes jeg at du skal forsøge dig ...

Jeg elsker stadig at sove sammen med ham, ... hvorfor du sover så ... og ved heller ikke om jeg skal sige det. jeg får tit rigtigt ondt i ryggen og maven så ...

HVORFOR - SKAL JEG SOVE?

[Læs mere ...](#)