

הדרכת הורים בנושא שינה ותזונה בגיל הגן



הורה יקר,

בימים אלה נערך באוניברסיטת תל-אביב מחקר בהנחייתו של פרופ' אבי שדה, במסגרתו מוצעים להורים קורסים ייחודיים בנושאי השינה והתזונה של ילדי גן.

הקורסים מקנים להורים כלים להתמודדות עם הבעיות השכיחות בכל אחד מהתחומים, ושמים דגש על האופנים בהם ניתן לעודד את הילד לסגל לעצמו הרגלי אכילה ושינה בריאים. במחקר, מחצית מההורים יעברו קורס אינטרנטי ממוקד בנושא שינה של ילדי גן, ומחציתם יעברו קורס אינטרנטי ממוקד בנושא תזונה של ילדי גן.

ההשתתפות במחקר כוללת שלושה מפגשים בבית המשפחה, מילוי שאלונים וניטור ביתי של השינה של הילד. פרטי המשתתפים יישמרו כמובן בסודיות מלאה.

לאחר כל מפגש יקבלו ההורים תווי שי בסך של 100 ₪ בתמורה להשתתפותם.

אנו מזמינים הורים לילדים בריאים בגילאי 4-6, הגרים באזור המרכז, ומעוניינים לשפר את הרגלי האכילה והשינה של ילדיהם להשתתף במחקר.

לפרטים נוספים ולהשתתפות, אנא שלחו שם ומספר טלפון לכתובת המייל:

research.preschool@gmail.com