

Le vostre  
lettere

# I lettori scrivono

*"Ho due bambine, una di 5 e una di 10 anni. Condividono la stessa cameretta, vanno molto d'accordo. La più piccola si sveglia molto spesso la notte per dormire con noi nel lettone, anche se mio marito la riporta nel suo letto, lei si sveglia e vuole stare con noi. Con questo suo comportamento c'è un disturbo del suo riposo, e anche del nostro. Come possiamo agire? grazie"*

Roberta



## Risponde

**Dott.ssa Valentina Danzi** - Psicologa e Psicoterapeuta

Buongiorno Roberta,  
la difficoltà dei bambini a dormire da soli nel proprio letto può spesso essere indice di un periodo di ansia e di bisogno di rassicurazione, soprattutto se la richiesta è sopraggiunta dopo aver già imparato e sperimentato la possibilità di dormire da soli.

È importante parlare con la bambina e cercare di capire quali sono le paure che la spingono a cercare i genitori per dormire evitando il più possibile di accondiscendere alla sua richiesta, che inevitabilmente va ad influire sulla privacy della coppia e sulla crescita della bambina.

Per le vostre lettere ai nostri specialisti potete inviare un'email a [adv@vitaincoppia.it](mailto:adv@vitaincoppia.it)

## Drogel lancia Virtù di Frutta BIO ai Mirtilli

*Tutto il nutrimento della frutta fresca...  
e il sapore del biologico in una confettura!*

**Buoni, sani, con proprietà antiossidanti e vaso-protettive, nonché ricchi di principi attivi – fra cui le vitamine A e C, l'acido citrico e quello malico, la mirfillina, fosforo, calcio, manganese, utile per la protezione dei capillari – i mirtilli sono un vero e proprio tesoro di benessere per il nostro organismo.**

Questo concentrato di virtù è oggi disponibile nella confettura **Virtù di Frutta Bio ai Mirtilli** di Orogel, frutta di primissima qualità coltivata esclusivamente in Italia e lavorata seguendo un processo semplice che unisce tradizione e innovazione.

**Virtù di Frutta Bio ai Mirtilli** è un alimento indicato per chi deve seguire regimi dietetici ipocalorici o più semplicemente voglia alimentarsi in maniera consapevole senza rinunciare al piacere della "buona tavola".

**Virtù di Frutta Bio ai Mirtilli** è la confettura ideale per il consumatore attento, evoluto e sensibile ai temi della sana alimentazione, ai problemi dell'ambiente e della natura. Grazie ai preziosi apporti nutrizionali il consumo di **Virtù di Frutta Bio ai Mirtilli** è consigliabile a tutte le età, ma soprattutto è importante per i bambini e il loro benessere quotidiano.



informazione pubblicitaria

[www.virtudifrutta.com](http://www.virtudifrutta.com)