



FICHE
CONSEIL

S'ENDORMIR AVEC SON APPAREIL

Pour s'entraîner, le port diurne est indispensable :
2 heures par jour, fractionnées en 1/4 d'heure ou 1/2
heure au départ.

Progressivement, votre enfant gardera son appareil
de plus en plus longtemps.

L'appareil peut être en bouche durant toute **activité
calme** : lecture, leçons, jeux en autonomie, télévision,
ordinateur ...

Après 8 ou 10 jours, votre enfant doit essayer de
s'endormir avec. Les premiers temps, il risque de le
perdre au cours de la nuit ; c'est normal.

IL FAUT PERSÉVÉRER.

ZZZZZZZZZZZ...

