

# Schlaf, Kindlein, schlaf....! Online - Workshop für (werdende) Eltern in Kooperation mit dem Familienstützpunkt Obergünzburg

## Beschreibung

---



Kosten: 30,00 €

Eltern können zu zweit zum gleichen Preis am Workshop teilnehmen.

Teilnehmer aus Kempten und dem Oberallgäu können den Elterngutschein einlösen,

Eltern aus Kaufbeuren und dem Ostallgäu erhalten 50 % Rückerstattung

Anmeldung:

Martina Fischer, 08372 - 97 29 28, fischermar-tina@gmx.de

Ein Baby kommt zur Welt und stellt das ganze Leben auf den Kopf.

Neben all der Freude kann dies auch gleichzeitig anstrengend und herausfordernd sein.

Besonders, wenn es um den Schlaf des Kindes geht.

In diesem Workshop gibt es Basis-Wissen zum Thema Babyschlaf

Schlafrhythmus - Schlafphasen

Schlafzyklus - Schlafbedarf

Ursachen von Ein- und Durchschlafstörungen

Hilfen und Möglichkeiten,

die Eltern & Kind zur Verfügung stehen.

Der Workshop ist keine individuelle Schlafberatung, sondern soll Eltern dabei helfen, das Baby und das kindliche Schlafverhalten besser zu verstehen.

Denn oft lassen sich durch solch frühe Maßnahmen Schlafstörungen vermeiden

bzw. können anhand des Inhaltes eigene bindungsorientierte Strategien entwickelt werden.

Bei Bedarf ist eine gesonderte Schlafberatung möglich.

Martina Fischer, Erzieherin,

Familienorientierter Babyschlafcoach, PEKiP-Gruppenleitung

In Kooperation mit dem

Familienstützpunkt Obergünzburg

Veranstaltungsort

---

ONLINE

## Termine

---

### **Veranstaltungsbeginn**

Do - 16. Dez. 2021 | 18:00 Uhr

### **Veranstaltungsende**

Do - 16. Dez. 2021 | 21:00 Uhr