KEB Katholische Erwachsenenbildung Rottal-INN-Salzach e.V.

MiniSchlaf – Schlafberatung für junge Familien

Kurs mit bis zu 4 Einheiten

nach Vereinbarung

Schlaf ist kein Luxus, sondern die Basis für ein gesundes und liebevolles Miteinander.

Schlafmangel kennen die meisten jungen Familien und er stellt eine große Belastung für alle dar. Unruhige Nächte, häufiges Aufwachen, Schwierigkeiten beim Einschlafen betreffen nicht nur Kinder, sondern die ganze Familie. Ausreichender und erholsamer Schlaf ist jedoch entscheidend damit:
- Eltern Ihr gewünschtes Erziehungsverhalten zeigen können
- Kinder sich gut entwickeln und gedeihen,
- Familien gesund, liebevoll und kraftvoll zusammenleben können

Zertifizierte Baby- und Kleinkindschlafberater gehen in bis zu vier individuellen Terminen gemeinsam auf Ihre Situation ein, geben praktische Anregungen und unterstützen Sie dabei, Schlafroutinen zu entwickeln, die zu Ihrer Familie passen.

Ort
Koki-Netzwerk frühe Kindheit, Bahnhofstr. 34, 84503 Altötting

Mitveranstalter
KoKi AÖ

Referent
verschiedene Referentinnen

Kosten
kostenlos

Anmeldung
koki@lra-aoe.de oder telefonisch unter 08671/502-553 oder 08671/502-554

mehr Infos & Anmeldung

VÖ: 2026-11-02 08:57:05

Tel. (08671) 41 44
info@keb-ris.de
www.keb-ris.de