

Schlafprobleme - verstehen und begleiten

Das Baby / Kleinkind wacht ständig auf, Erschöpfung und Anspannung breiten sich aus, alles dreht sich nur noch um den verflixten Schlaf.

In diesem Seminar erhalten Sie einen Einblick in die physiologischen Grundlagen des kindlichen Schlafverhaltens und die Hintergründe von Schlafproblemen, sowie die Möglichkeit Fragen zu stellen und Erfahrungen mit anderen Eltern zu teilen. Anschließend werden Wege aufgezeigt, wie der kindliche Schlaf unterstützt werden kann und wie Eltern und Babys / Kleinkinder wieder mehr Entspannung finden.

Dozentin: **Petra Weingarten,**
Sozialpädagogin, Krankenschwester, systemische Beraterin

Termin: **27.05.2024**

Zeit: **15.00 Uhr bis 16.30 Uhr**

Ort: **Familienzentrum SKM Mülheim**
Am Springborn 5, 51063 Köln

Anmeldung: **Fr. Faust**
0221/642595;
elke.faust@skm-koeln.de

Kooperationsveranstaltung:

