

VON EINSCHLAFHILFEN UND SCHLAFRÄUBERN

Alles rund um das Thema Schlafen bei Babys und Kleinkindern

Wie schlafen Babys und Kleinkinder eigentlich und was hält sie wach? Was kann Eltern helfen, genug eigene Erholung und Schlaf zu bekommen? Wir werden uns mit Ein- und Durchschlafhilfen befassen, den Unterschied zwischen „Lerchen“ und „Eulen“ kennenlernen und Hilfen für Eltern erkunden.

Termin: Montag,

19. Feber 2024

19 Uhr

Ort: ONLINE VIA ZOOM

ONLINE-Vortrag von:

Martina Klein

*Psychologische Beratung, Mental- und Hypnosecoach,
Supervision*



ANMELDUNG im EKiz Hermagor unter:
kontakt@ekiz-hermagor.at oder 0660 54 91 644

Die ZOOM-Zugangsdaten werden Ihnen per Mail zugesendet.

Die **KOSTEN** der Veranstaltung übernimmt
gerne das Katholische Bildungswerk Kärnten.

Wir freuen uns, wenn Sie das Angebot in Ihrem Umkreis teilen.