

Kinderschlaf

Online-Sprechstunde

Natalie Elbert, ganzheitliche und bindungsorientierte Schlafberaterin
kostenfrei, für Eltern mit Babys und Kleinkindern bis zum 3. Lebensjahr

Kaum ein Thema beschäftigt Eltern so sehr, wie der Schlaf ihrer Babys und Kleinkinder. Für die meisten Eltern stellt dieser eine große Herausforderung dar und führt häufig zu Unsicherheit und Erschöpfung.

Zur "Online-Sprechstunde Kinderschlaf" können Sie als (werdende) Eltern Ihre Fragen mitbringen. Sie erhalten fachliche Impulse und Vorschläge wie Sie die Tipps umsetzen können.

Themen

- Einschlafen und Einschlafbegleitung
- Durchschlafen
- Kindliche Schlafentwicklung
- Bedürfnisorientiertes Abstillen
- Veränderung von Schlafgewohnheiten
- Schlafrhythmus und Schlafbedarf
- Einschlafschwierigkeiten
- Kurze Tagschläfchen
- Verbesserung der Schlafqualität
- Gründe für häufiges Aufwachen
- Schlafsituation mit mehreren Kindern
- Gute und sichere Schlafumgebung
- Einbeziehung des Vaters/Bezugsperson
- Schlafen in der Fremdbetreuung



Termine 2025

11.01.25, 8:30 Uhr	13.09.25, 8:30 Uhr
10.02.25, 8:30 Uhr	13.10.25, 8:30 Uhr
08.03.25, 8:30 Uhr	15.11.25, 8:30 Uhr
07.04.25, 8:30 Uhr	15.12.25, 8:30 Uhr
17.05.25, 8:30 Uhr	
02.06.25, 8:30 Uhr	
12.07.25, 8:30 Uhr	
04.08.25, 8:30 Uhr	

Dauer: jeweils 1,5h

Anmeldung mit dem Stichwort „Online-Sprechstunde“ und Ihrem Thema unter:

info@bindungsherz-familienbegleitung.de

(Bitte Namen angeben. Sie erhalten eine Bestätigungsmail.)