



## Schlaf, Kindlein, schlaf - oder auch nicht?

|                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Beschreibung</b>   | Wie entwickelt sich das Schlafen bei einem Kind? Wie viel Schlaf braucht mein Kind? Warum ist das Ein- und Durchschlafen manchmal so schwierig? Was bedeutet Schlaf-Wachrhythmus? Wie kann ein Einschlafritual gestaltet werden? Wie kann ich mein Kind im Übergang vom Wachsein in den Schlaf begleiten? Im Gruppenangebot erhalten Sie Informationen zu diesen Fragen und haben die Gelegenheit, sich mit anderen Eltern auszutauschen. |
| <b>Zielgruppe</b>     | Eltern mit Kleinkindern von 6 Monaten bis 3 Jahre                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>Mitbringen</b>     | --                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>Besonderes</b>     | --                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>Wo</b>             | Beratungsstelle Ittigen<br>Talgut-Zentrum 19, 3063 Ittigen, 1. Stock (oberhalb vom Coop)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Wann</b>           | Mittwoch, 24.02.2027, 13:30–15:00 Uhr                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>Moderation</b>     | Giger Christine                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Anmeldeschluss</b> | Sonntag, 21.02.2027                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>Anmeldung</b>      | Online buchen unter <a href="https://mvp-be.ch">mvp-be.ch</a> oder unter 031 552 16 16                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>Kosten</b>         | kostenlos                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |



MÜTTER- UND  
VÄTERBERATUNG  
KANTON BERN