



Schlaf, Kindlein, schlaf - oder auch nicht?

Beschreibung	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.
Zielgruppe	Eltern mit Kleinkindern von 6 Monaten bis 3 Jahre
Mitbringen	Notizmaterial
Besonderes	Das Angebot findet ohne Kinder statt.
Wo	Beratungsstelle Bern-Familienzentrum Muristrasse 27, 3006 Bern, Familienzentrum Bern
Wann	Donnerstag 23.10.2025 14:00 - 15:30 Uhr
Moderation	Andrea Zaugg
Anmeldeschluss	Sonntag 19.10.2025
Anmeldung	Online buchen unter mvb-be.ch oder unter 031 552 16 16
Kosten	kostenlos



**MÜTTER- UND
VÄTERBERATUNG**
KANTON BERN