

## Webinar: Schlafcoaching für Babys und Kleinkinder

### Zeitraum

Mi., 09.10.2024  
09:00 Uhr - 11:00 Uhr

### Zielgruppe

Mütter/Väter, Eltern von Babys und Kleinkindern

### Referent/en

**Stefanie Egger**  
Schlafcoach

### Kursbeitrag

33,00 € pro Paar  
23,00 € pro Person

Was ist ein Schlafcoaching und wann brauche ich eines?

- Ihr Kind braucht überdurchschnittlich lange zum Einschlafen.
- Ihr Kind schläft nur mit Hilfestellung ein (z.B. tragen, schaukeln, Auto, Kinderwagen).
- Ihr Kind wacht morgens sehr früh auf.
- Ihr Kind wacht nachts überdurchschnittlich oft auf bzw. hat längere Wachphasen.
- Ihr Kind wird beim Ablegen sofort wach und weint.
- Ihr Kind findet nur mit Körperkontakt in den Schlaf.
- Ihr Kind schläft tagsüber nur 30-40min.

Vielleicht treffen einige Punkte auf Ihre aktuelle Schlafsituation zu oder Sie fühlen sich angesprochen? Dann sind Sie bei diesem Vortrag richtig! Sie erfahren, wie der Schlafrhythmus Ihres Kindes funktioniert und warum es vielen Kindern so schwer fällt, sich den Schlaf zu nehmen, den sie brauchen. Auch die Frage, ob Sie Ihr Kind weinen lassen sollten, damit das funktioniert, wird bearbeitet.