

Mehr Schlaf. Weniger Zweifel.

Schlafworkshop für entspanntere Nächte

Warum schläft mein Baby so unruhig? Wieviel Schlaf ist "normal"? Was kann ich tun, wenn Nächte zur Herausforderung werden? All diese Fragen begleiten den Alltag mit Baby oder Kleinkind. In diesem Workshop bekommst du fundiertes Wissen rund um Schlaf, praktische Tipps für entspanntere Nächte und vorallem Sicherheit und Orientierung im Umgang mit den Bedürfnissen deines Kindes.

Wann?

**Am Donnerstag, 15. Oktober von
09:00 - 11:00 Uhr**

Wo?

**Im EBZ Murtal, Hauptstraße 91,
1. Stock, 8740 Zeltweg**

**Anmeldung bitte über den QR - Code via
Whatsapp oder per Mail unter
bhmt-elternberatung@stmk.gv.at**

