



ELTERN KIND ZENTRUM

Mini-Workshop zum Thema “Baby-Schlaf”



**Warum Einschlafen mehr ist
als nur “müde sein”**



Wusstest du, dass dein Baby nicht einschläft, weil es müde ist – sondern weil es sich sicher und reguliert fühlt?

Schlaf entsteht, wenn das kleine Nervensystem zur Ruhe kommt – wenn dein Kind spürt:

Ich bin geborgen,
ich muss nicht wach bleiben,
um sicher zu sein.

Was hat Regulation mit Schlaf zu tun?



Mini-Input (ca. 15 Min.)
danach Raum für Fragen

2. Juli um 10:30 Uhr

EKiZ Reierstieg

(Eingang Gerarer Weg)

