



BASIC BONDING

...ein Weg zur Stärkung
der Eltern-Kind-Bindung

Babys schlafen anders – alte Wege neu entdeckt

„Schläft das Kind schon durch?“ oder „Wie soll ich mein Kind zum Schlafen erziehen?“

Babys schlafen anders als Erwachsene und es gibt grosse individuelle Unterschiede, ab welchem Alter ein Kind „durchschlafen“ kann.

Dennoch brauchen auch Eltern genügend Schlaf, um den Alltag mit Kind, Haushalt und Beruf zu bewältigen.

Wir werden in diesem Vortrag Lösungsmöglichkeiten diskutieren und ausprobieren, welche schlaffördernd und gleichzeitig bindungsstärkend sind.

Inhalte des Vortrages:

- Schlafphasen-Schlafzyklen-Schlafdauer
- Regulationshilfen/Gründe von Regulationsschwächen
- Bindungsfördernde Beruhigung
- Wo soll das Baby einschlafen?
- Co-Sleeping
- Grenzen wahren
- Expertenmeinungen

Daten: 30.01.2018

Zeit: 14.30 Uhr – 16.30 Uhr

Ort: Praxisgemeinschaft **ewes**, Untere Bahnhofstrasse 16, 8910 Affoltern am Albis

Kosten: CHF 40.- / TeilnehmerIn / Vortrag

Leitung: Jutta Häfliger, Dipl. Sozialpädagogin, Fachberaterin für Emotionelle Erste Hilfe

Anmeldung: Claudia Züttel Kälin 044 776 85 03 oder zuettel@ewes.ch oder www.ewes.ch
Die Anmeldung ist verbindlich. Kostenfolge bei Nichtteilnahme.