



**Kostenfrei**

für unsere  
Netzwerkfamilien!

# Schlaf gut -

## Abendrituale & Einschlafbegleitung

Liebe Netzwerkfamilien, liebe Eltern, liebe Interessierte,  
ihr kennt sicher Abende, an denen ihr schlecht zur Ruhe findet, oft aus unterschiedlichen Gründen: ungünstige Schlafbedingungen oder ihr seid noch nicht müde genug. Erwachsene können sich dann meist selbst helfen und haben sich im Laufe ihres Lebens verschiedene Strategien angeeignet

Euer Kind ist noch dabei diese zu lernen und kann sich noch nicht selbst helfen – es braucht vor allem eine Bezugsperson dazu. **Katrin Marter** gibt in diesem Onlineseminar Tipps für eine liebevolle Einschlafbegleitung und Ideen für alltagstaugliche Abendrituale.

### Wann?

**11.09.2024** von 17:00 bis 18:30 Uhr

Anmeldung: [netzwerkgesundekinder-pm@evbsozial.de](mailto:netzwerkgesundekinder-pm@evbsozial.de)  
oder 0171/5684725

### Ort ?

**Online**

(Link wird nach Anmeldung zugeschickt)

Teilnahmebeitrag: 3 Euro/ Netzwerkfamilien kostenfrei



Weitere Informationen, das Kontaktformular und alle aktuellen Veranstaltungstermine finden Sie unter:

[www.netzwerk-gesunde-kinder.de/](http://www.netzwerk-gesunde-kinder.de/)  
potsdam-mittelmark /



Gefördert durch: