

# „Kinderschlaf“ (für Kinder Ü1 bis 6 Jahre)“

## Elternabend online

### Für Eltern und Tagespflegepersonen

Kinderschlaf (für Kinder Ü1 bis ins Schulalter)

Auch wenn Kinder älter werden, kann die Schlafsituation Fragen aufwerfen.

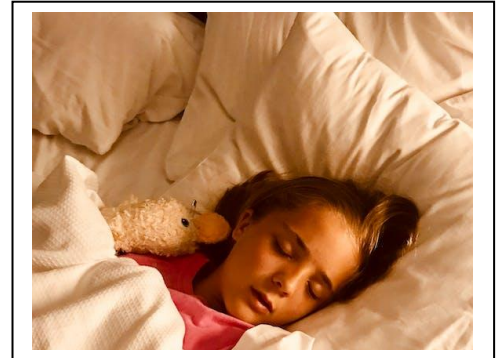
Wann ist der beste Zeitpunkt für den Umzug ins eigene Zimmer und wie kann man diesen gestalten?

Wann schläft das Kind endlich durch?

Wo kommen Alpträume oder Nachtschreck plötzlich her und wie gehe ich damit um?

Wann wird nachts keine Nahrung mehr benötigt und was macht man stattdessen, damit das Kind weiterschläft?

Wir sprechen über Schlafentwicklung und Schlafstörungen und darüber, was Kinder und Eltern für gute Schlafqualität benötigen. Eigene Fragen dürfen gerne mitgebracht werden.



**1 Abend:** **Donnerstag 18. April 19:30 – 21:00 Uhr**  
**Steffi Rolfes (Trage- und Schlafberaterin)**

**Ort:** **Big Blue Button**

**Wie anmelden:** **Katholische Erwachsenen- und Familienbildung, 02761 9422 00, [olpe@kefb.de](mailto:olpe@kefb.de) oder per QR-Code**

**Anmeldeschluss:** **1 Woche vor Kursbeginn**  
Bildnachweis: [pexels.com](https://www.pexels.com)

