

## W3432A „Damit Babys Besser schlafen – Sanfte Wege zu erholsamen Nächten“

Beginn	Samstag, 14.03.2026, 10:00 - 11:30 Uhr
Kursgebühr	14,00 €
Dauer	1x
Kursleitung	Laura Gartmeier
Kursort	, Rathausplatz 7, Eingang Rückgebäude, 83301 Traunreut

Sehnen Sie sich nach ruhigeren Nächten, für Ihr Baby oder Kleinkind und für sich selbst? In diesem Workshop erhalten Sie einfühlsame und alltagstaugliche Impulse, wie Sie Ihr Kind liebevoll beim Ein- und Durchschlafen begleiten können, ohne Druck, Tränen oder starre Methoden. Sie erfahren, wie Schlafrhythmen entstehen, welche Routinen Sicherheit geben und wie sich typische Herausforderungen wie nächtliches Aufwachen oder Einschlafprobleme gelassener meistern lassen. Zudem bleibt Raum für Fragen, Austausch und praktische Tipps, die Sie direkt zuhause umsetzen können. Hinweis: Babys und Kleinkinder dürfen gerne mitgebracht werden. Der Workshop ist familienfreundlich gestaltet.  
Zielgruppe: Eltern mit Kindern im Alter von 0–3 Jahren.

Weitere Termine:  
Freitag, 14.03.26  
Donnerstag 25.03.26

### Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
14.03.2026	10:00 - 11:30 Uhr	VHS, Raum 3, 1. OG, Rathausplatz 7, Traunreut

[zur Kursdetail-Seite](#)