

WIR UNTERSTÜTZEN FAMILIEN.



**FAMILIEN
STÜTZPUNKT**
Kinderhaus
„Guter Hirte“



Einladung zu einer Elternbildungsveranstaltung

- Thema:** „Schlafen und Ruhen“
- Wann:** 05. Februar 2020 19:00 Uhr bis ca. 21:00 Uhr
- Referentin:** Frau Helia Schneider
Fortbildnerin und Elementarpädagogin
- Ort:** Familienstützpunkt Guter Hirte, Basler Str. 82, 79540 Lörrach
Tel. 07621/956868-11 E-Mail: kita-loerrach@t-online.de
- Kosten:** Teilnahme kostenlos, keine Anmeldung erforderlich

Ein wesentliches Grundbedürfnis eines jeden Menschen ist das Schlafen und Ruhen. Gerade junge Kinder brauchen noch sehr viel mehr Schlaf und Ruhezeiten, als Erwachsene, auch tagsüber. Die vielfältigen Eindrücke des Kitaalltags wollen und müssen im Schlaf verarbeitet werden. Außerdem finden tatsächlich in diesen Phasen wichtige Entwicklungs-, Regenerations-, und Wachstumsprozesse statt.

Doch immer wieder ist bei Eltern das abendliche Einschlafen ein großes Thema, mögliche Bettwiderstände des Kindes, aber auch das Durchschlafen oder die Frage: ist ein Familienbett in Ordnung, ab wann kann das Kind alleine in seinem Zimmer schlafen?

In dieser Veranstaltung wollen wir sowohl fachliches Grundlagenwissen beleuchten (z.B. was ist der Schlafzyklus eines Kindes, was versteht man unter Schlafarchitektur, was sind Lerchen und Eulen, wieviel Stunden Schlaf brauchen Kinder in welchem Alter?), als auch günstige Schlafbedingungen in den Blick nehmen und besprechen.

Aber auch das Thema „Schlafen im geteilten Betreuungsfeld Zuhause – Kita“ soll Raum haben. Im Anschluss an den Vortrag der Referentin besteht die Möglichkeit für Fragen und Austausch.

Bücher, auf die sich die Referentin bezieht:

Herbert Renz-Polster, Nora Imlau: Schlaf gut, Baby, GU Verlag, 2016

Maren Kramer, Dorothee Gutknecht: Schlafen in der Kinderkrippe, Herder Verlag, 2016

Wir freuen uns auf viele interessierte Eltern!

Kontaktdaten

Basler Str. 82 | 79540 Lörrach

Tel 07621 956868-11

Fax 07621 956868-20

E-Mail: kita-loerrach@t-online.de

www.kita-loerrach.de/familienstuetzpunkt

Bankverbindung

Sparkasse Lörrach-Rheinfelden

IBAN DE51683500480001012814

BIC: SKLDE66XXX



Gefördert von
der Stadt Lörrach