



# Familienportal „Guter Start NRW“

Herzlich Willkommen!



## Baby- und Kinderschlaf verstehen und begleiten

Kurs / Workshop, Gruppenangebot

### Baby- und Kinderschlaf verstehen und begleiten

Ein Kurs für Eltern mit Babys von 0 bis 18 Monaten

Warum schläft mein Baby manchmal schlecht? Wie kann ich es liebevoll beim Einschlafen begleiten? In fünf Treffen bekommt ihr hilfreiches Wissen über Babyschlaf, lernt verschiedene Wege kennen und findet den passenden für eure Familie. Der Kurs verfolgt einen bedürfnis- und bindungsorientierten Ansatz. Im Mittelpunkt stehen die Signale eures Kindes, eure Beziehung zueinander und ein achtsamer, liebevoller Umgang mit Schlaf und Wachsein.

Im Kurs lernt ihr:

- Wie Babys schlafen und was dabei im Körper passiert
- Wie eine sichere Schlafumgebung aussieht
- Was für den Babyschlaf förderlich ist
- Wie ihr beim Einschlafen unterstützen könnt
- Wie ihr mit schwierigen Phasen umgeht

Der Austausch untereinander ist ein zentraler Bestandteil des Kurses. Natürlich gibt es auch Raum für eure individuellen Fragen.

Für entspanntere Nächte – für euch und euer Baby.

Der Kurs ist so gestaltet, dass eure Kinder dabei sein können.

#### Was?

##### Art des Angebots

Kurs / Workshop, Gruppenangebot

##### Link zum Angebot

[Weiter zum Angebot](#)

##### Kursleitung/Ansprechperson

Karen Hollah, Systemische Beraterin, zertifizierte Schlafberaterin

##### Alter des Kindes

0 bis 1 Jahre, 1 bis 3 Jahre

#### Wann?

##### Termin(e)

5 Termine ab Freitag, 10.10.2025, 9.30-11 Uhr, bis einschließlich 14.11.2025

Am 24.10.2025 findet kein Kurs statt.

##### Angebotstermin

Von 10.10.2025 (09:30 Uhr) bis 14.11.2025 (11:00 Uhr)

## Wo?

### **Lippische Landeskirche**

Leopoldstraße 27  
32756 Detmold

## Trägerschaft

### **Lippische Landeskirche**

Leopoldstr. 27  
32756 Detmold

### **Art des Trägers**

Sonstiger Träger

### **Telefon**

05231 976 670

### **Email**

[familie@lippische-landeskirche.de](mailto:familie@lippische-landeskirche.de)

### **Link Träger**

[Weiter zur Homepage des Trägers](#)