

WORKSHOP

WORKSHOP ENTSPANNT(ER) SCHLAFEN ALS FAMILIE

Entspannen, (sich selbst) beruhigen und zur Ruhe kommen sind wichtige Voraussetzungen um gut in den Schlaf zu finden. Oft fällt es Babys und Kindern schwer einzuschlafen und zur Ruhe zu kommen. Das Einschlafen dauert lange und/oder wird von Weinen und Schreien begleitet. Der Workshop bietet in kleiner Gruppe Informationen und unterschiedliche Strategien und Tipps um ihr Kind dabei zu unterstützen zur Ruhe zu finden und sich selbst zu beruhigen.

Datum: Mittwoch, 26.04.2023

Uhrzeit: 9:00 - 11:00 Uhr

**Ort: Marktgemeindeamt Hitzendorf,
Sitzungssaal**

Hitzendorf 63, 8151 Hitzendorf

Vortragende: Mag. Sabine Rühl-Krainer

**Anmeldung: bis 20.04.2023 unter
projekte@flexiblehilfen-gu.at**

**Weitere Infos bei Lisa Pronegg
unter 0699/12221217 oder
unter
projekte@flexiblehilfen-gu.at**



www.flexiblehilfen-gu.at



Das Land
Steiermark

**ArGe Flexible Hilfen für Kinder & Jugend in Graz-Umgebung
in Kooperation mit dem Land Steiermark**

HITZENDORF

WORKSHOPS FÜR FAMILIEN

15.03.2023 von 9:00 - 11:00 Uhr:
Mit Liebe Nein sagen - von Grenzen und Konsequenzen (Mag. Sabine Rühl-Krainer)

12.04.2023 von 9:00 - 11:00 Uhr:
Erziehungswerkzeugkoffer für das 1. Lebensjahr
(Mag. Sabine Rühl-Krainer)

26.04.2023 von 9:00 - 11:00 Uhr:
Entspannt(er) schlafen als Familie
(Mag. Sabine Rühl-Krainer)

24.05.2023 von 9:00 - 11:00 Uhr:
Das Geheimnis der Trotzphase - oder wie mein Kind sein ICH entdeckt
(Mag. Sabine Rühl-Krainer)

5.07.2023 von 14:00 - 16:00 Uhr:
Du und ich - ein starkes Team
(Mag. Christina Hirschmann)

**Ort: Marktgemeindeamt Hitzendorf,
Sitzungssaal
Hitzendorf 63, 8151 Hitzendorf**

Anmeldung: bis jeweils 1 Woche vor dem Workshop unter projekte@flexiblehilfen-gu.at

Weitere Infos bei Lisa Pronegg unter 0699/12221217 oder unter projekte@flexiblehilfen-gu.at

ARGE

**FLEXIBLE HILFEN
für Kinder & Jugend**

Graz-Umgebung



**Das Land
Steiermark**



www.flexiblehilfen-gu.at

