

Was dich erwartet

01

Wissenschaftliche Fakten

Schlafarchitektur (Zyklen, Phasen & Rhythmen) & Gehirnentwicklung

02

Einschlafbegleitung

Schlafumgebung, Rituale, Gewohnheiten vs. Bedürfnisse

03

Nächtliches Stillen

04

Schlafempfehlungen

International von der Fachwelt empfohlene Maßnahmen zur Prävention von SIDS

05

Elterliche Fürsorge

Hilfreiche Tipps & Informationen für die Schlafbegleitung