

---

# So schläft mein Kind

## Ruhige Nächte für Eltern und Kinder: Wie Sie Schlafstörungen vermeiden

Gute Nacht, mein Kind!



Ruhige Nächte für Eltern und Kind sind nicht immer selbstverständlich. Aber mit dem richtigen Maß an Liebe und Unterstützung können Sie dafür sorgen, dass Ihr Kind ganz allein einschläft und zu einem normalen, gesunden Schlaf findet. Die erfahrene Ärztin und Therapeutin Dr. med. Irmgard Zuleger zeigt in diesem praktischen Ratgeber, wie es geht: Anhand von zahlreichen Beispielen, Schlafprotokollen und hilfreichen Tipps lernen Sie leicht umsetzbare Regeln und Verhaltensweisen und erfahren alles Wissenswerte über die Schlafphasen und das richtige Schlafverhalten von Kindern. So werden erholsame Nächte für Sie und Ihr Baby, Kleinkind oder Schulkind zur Normalität - die beste Voraussetzung für einen ausgeglichenen Alltag.

Naumann & Göbel Verlagsgesellschaft mbH

EPUB

96 Seiten, ISBN: 978-3-8155-8718-8

4,99 EURO