



# Schlafberatung

Schlafen, eine der natürlichsten Sachen der Welt, ist manchmal ganz schön schwierig und doch so wichtig. Wünschen Sie sich ruhigere Abende und Nächte für sich und Ihr Baby oder Kleinkind?

Im gemeinsamen Gespräch können wir nach neuen Wegen und Lösungen suchen und überlegen, was für guten Schlaf wichtig ist.

**Frau Wiedon**, Diplom-Psychologin der  
**Städtischen Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche** im  
Familien- und Beratungszentrum auf der Pöllat-Insel, berät Sie zu Ihren Fragen.

Die Beratung ist kostenlos und unter Schweigepflicht!

Vereinbaren Sie einen **Termin** unter: **089 – 69 39 99 43**  
oder kommen Sie zur offenen **Sprechstunde Schlafen** (evtl. mit Wartezeit):

Donnerstag, 10.10.2024, 13:30 – 14:30 Uhr

Donnerstag, 7.11.2024, 11:00 – 12:00 Uhr

Dienstag, 3.12.2024, 14:00 – 15:00 Uhr

**Eingang:** Nordseite – Neuschwansteinplatz 12

**Klingel:** Familientreffpunkt Beratung

**Kontakt:** 089 – 69 39 99 43

**Wir sind München**  
für ein soziales Miteinander

