



GUT EINSCHLAFEN FÜR KINDER

Eine wohltuende Einschlafhilfe

Dr. med. Ralf Maria Hölker

GUT EINSCHLAFEN FÜR KINDER

EINE WOHLTUENDE EINSCHLAFHILFE FÜR KINDER

Auch Kinder erleben es allzu oft: Nach einem turbulenten Tag kreisen die Gedanken im Bett noch um tausend Dinge und es will einfach keine Ruhe einkehren ...

Die beliebte Audio-CD „GUT EINSCHLAFEN FÜR KINDER“, einfühlsam gesprochen von der TV-Sprecherin Maria Faust, ist eine wohltuende Einschlafhilfe für Kinder. Diese wunderschöne Traumreise mit Elementen der Atementspannung und Muskelentspannung und einer beruhigenden Musik begleitet Kinder auf angenehm natürliche Weise in den Schlaf.

Das Einschlafen wird erleichtert und die Schlafqualität wird verbessert. Bei jedem Anhören ein besonderes Erlebnis – auch für Erwachsene.

Genießen Sie die Hörproben gemeinsam mit Ihren Kindern:
Hörproben und Downloads auf www.stressverminderung.de



Erhältlich im Buchhandel
(Filialen und Online)
ISBN 9783000508028

Kölner Institut
für Stressverminderung Dr. med. Ralf Maria Hölker
www.stressverminderung.de