



14,8 x 21,0, 32 Seiten, DIN A5,  
32 Karten, 30 Übungen,  
beidseitig bedruckt, auf festem  
350g-Karton, farbig illustriert, inkl.  
method. Hinweise, Pappbox,  
plastikfrei verpackt m.OVP-  
Siegel, inkl. Downloadcode f.  
Zusatzmaterial

**EAN:** 426069492 110 4  
€ 21,00 (D) / € 21,60 (A) /  
sFr 25,20 (CH)

Martina Müller, Zuzana Šebková-Thaller

## 30 Bildkarten zur Herzensbildung

Durch Naturerleben Achtsamkeit und Selbstwert stärken

**Gedankenimpulse, um die Wunder der Welt bewusst wahrzunehmen**

Sich ganz auf die Natur einlassen, Dingen ohne Abstand begegnen und so ihren Zauber auf sich wirken lassen – das gelingt Kindern von Haus aus besser als Erwachsenen. Die Bildkarten von Zuzana Šebková-Thaller enthalten 30 Übungen und Spiele zur Herzensbildung, die diese Fähigkeit nähren und unterstützen.

Gemeinsam die Kräfte der Welt in das Schutzzelt rufen, Tieren, Pflanzen und der Erde Wertschätzung und Respekt entgegenbringen: Die Rituale und Geschichten machen diese Achtsamkeitsübungen zu einem ganz besonderen Erlebnis!

- Die eigenen Kräfte wecken: Übungen, die das Selbstwertgefühl stärken
- In der Sprache des Herzens mit der Natur und allen Lebewesen kommunizieren
- Wir sind alle Teil eines großen Ganzen: In der Gruppe Empathie lernen
- Set mit 30 Bildkarten und methodischen Hinweisen
- Inklusive Download-Code zur Bauanleitung des Schutzzelts und zu einem Traum-Gedicht

**Dankbarkeit für die Schöpfung: Bewahren und Schützen lernen**

Die Spiele zur Herzensbildung schaffen in Kita- und Grundschulkindern ein Bewusstsein dafür, wie vielschichtig die Natur in all ihren Facetten ist. Mit gestärkten Sinnen fällt es ihnen leicht, die Wirklichkeit im Detail wahrzunehmen, sich sicher in ihr zu orientieren und ihr mit Wertschätzung und Respekt zu begegnen. Die Zusammenstellung der Achtsamkeitsübungen umfasst Impulse für Einzel-, Paar- und Gruppenaufgaben. So können Kinder ab vier Jahren alleine, zu zweit oder in einer kleinen Gruppe ihr Selbstvertrauen stärken und Mitgefühl entwickeln.

Ob als pädagogisches Angebot in der Kita oder für spirituelle Impulse in der Grundschule: Mit den Bildkarten gelingt es, Kindern Naturliebe und Achtsamkeit zu vermitteln!

Empfohlenes Alter: 4 bis 10 Jahre



### **Martina Müller**

Martina Müller, Grafik-Designerin, illustriert seit 2015 Kinderbücher und Firmenprojekte. Sie lebt mit ihrem Sohn in München.



### **Zuzana Šebková-Thaller**

Dr. phil. Zuzana Šebková-Thaller, ist Leiterin des Qigong-Zentrums Augsburg (Ausbildungs- und Forschungsinstitut für Qigong, Chan Mi Gong und Qigong mit Kindern), Vorsitzende des Deutschen Dachverbands für Qigong und Taijiquan (DDQT) und Ausbilderin der ChanMi Gong Gesellschaft. Die Autorin engagiert sich in der Entwicklung des therapeutischen Qigong.

### **Bezugsmöglichkeiten**

---

Alle Titel von Don Bosco Medien erhalten Sie in Ihrer Buchhandlung, im Onlinehandel oder direkt auf donbosco-medien.de. Telefonische Bestellannahme: + 49 / 89 / 4 80 08 – 3 30 (Mo. – Do.: 9:00 bis 17:00 Uhr und Fr. 9:00 bis 15:00 Uhr). Fordern Sie unseren aktuellen Katalog an.

## Presse

---

Coverabbildungen, Autorenfotos, weiterführende Produkt- und Autoreninformationen, Kontakt zu Autoren und Rezensionsexemplare fordern Sie bitte hier an:

[presse@donbosco-medien.de](mailto:presse@donbosco-medien.de), Tel. +49 / 89 / 4 80 08 - 3 48

## Lizenzen und Foreign Rights

---

Abdruckgenehmigungen richten Sie bitte an: [rechte@donbosco-medien.de](mailto:rechte@donbosco-medien.de)

Inlandslizenzanfragen und Foreign Rights richten Sie bitte an: [rights@donbosco-medien.de](mailto:rights@donbosco-medien.de)

## Wiederverkäufer

---

### Verlagsauslieferungen

D: AZB Auslieferungszentrum Bercker, [mireille.spenrath@azb.de](mailto:mireille.spenrath@azb.de), Tel. 0 28 32 / 9 29 -2 91

A: Mohr Morawa Buchvertrieb GmbH, [bestellung@mohrmorawa.at](mailto:bestellung@mohrmorawa.at), Tel. 01 / 6 80 14 – 0

CH: Balmer Bücherdienst AG, [info@balmer-bd.ch](mailto:info@balmer-bd.ch), Tel. 055 / 4 18 89 89

### Innendienst

Für Coverabbildungen, Titeldatensätze, Konditionen, Kontakt zum Außendienst, Büchertische und Veranstaltungen nehmen Sie bitte Kontakt auf mit:

[vertrieb@donbosco-medien.de](mailto:vertrieb@donbosco-medien.de), Tel. +49 / 89 / 4 80 08 - 3 45