



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 068 8
€ 21,00 (D) / € 21,60 (A) /
sFr 25,20 (CH)

Anne Marie Braune, Tanja Draxler

Achtsam durch die Weihnachtszeit. Fantasiereisen, Massagegeschichten und Achtsamkeitsübungen

30 Bildkarten mit Übungen für Kinder von 4 bis 8

Mit kurzen Übungen zur Achtsamkeit die innere Balance von Kindern stärken!

Einfach mal der Stille lauschen, die Anspannung wegatmen und dabei zur Ruhe kommen: Dieses Achtsamkeitstraining für Kinder sorgt für mehr Gelassenheit im vorweihnachtlichen Trubel! Die erfahrene Pädagogin Tanja Draxler hat bewährte Achtsamkeitsübungen für die Adventszeit angepasst. Ihre kurzen Entspannungseinheiten tun Kindern nicht nur gut – sie fördern zudem ganz spielerisch die Konzentrationsfähigkeit!

- Übungen für mehr Achtsamkeit und Entspannungstechniken für Kinder
- Schnell griffbereit: 30 Bildkarten im A5-Format, nach 6 Themen sortiert
- Vielseitig und abwechslungsreich: Fantasiereisen, Selbstmassagen, Stille- & Atemübungen
- Zur Stressbewältigung und als Bewegungsangebot in Kita, Hort & Grundschule
- Jederzeit einsetzbar: Keine Vorkenntnisse und kein Materialeinsatz nötig

Mit Kindern bei einer Fantasiereise vom Heiligabend träumen

Ganz gleich, ob es darum geht, dem Klang des Weihnachtsglöckchens zu lauschen, in Gedanken zur Weihnachtsbäckerei zu reisen oder wie der Nikolaus zu atmen – diese Entspannungsübungen sorgen für Ruhemomente im Advent. Alle Übungen können ohne Vorbereitungsaufwand ganz einfach in den Kindergartenalltag oder den Unterricht integriert werden. Perfekt, um in der durchgetakteten Adventszeit kurz innezuhalten und den Kindern ein Ruhe-Ritual zu schenken!

Empfohlenes Alter: 4 bis 8 Jahre



© Lisa Ramacher

Anne Marie Braune

Anne Marie Braune hat in Münster Illustration mit Schwerpunkt Kinderbuch sowie in Osnabrück Kunst & Kommunikation studiert. Am liebsten erfindet sie lustige Tierwesen und farbenfrohe Traumwelten. Sie arbeitet außerdem als Kunstvermittlerin im Museum.



Tanja Draxler

Tanja Draxler, Kindergarten- und Hortpädagogin, Montessoripädagogin, langjährige Erfahrung in Integrativer Klangpädagogik in Kindergärten und Schulen. Fortbildungen für Erzieherinnen und Pädagoginnen zu den Themen Klang, Entspannung und Sinneswahrnehmung. Die Autorin leitet das Klangzentrum Österreich in Knittelfeld (Steiermark).

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, Tel. +49 / 89 / 4 80 08 - 3 48

Lizenzen und Foreign Rights

Abdruckgenehmigungen richten Sie bitte an: rechte@donbosco-medien.de

Inlandslizenzanfragen und Foreign Rights richten Sie bitte an: rights@donbosco-medien.de

Wiederverkäufer

Verlagsauslieferungen

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

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

CH: Balmer Bücherdienst AG, 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, Tel. +49 / 89 / 4 80 08 - 3 45