

14,8 x 21,0, 32 Seiten, DIN A5, 32 Karten, 30 Ideen, illustriert, beidseitig bedruckt, auf festem 350g-Karton, in farbiger Pappbox, plastikfrei verpackt mit OVP-Siegel
EAN: 4260694924129
€ 25,00 (D) / € 25,70 (A) / sFr 30,00 (CH)

Monika Bücken-Schaal, Beata Zurawska

Das tut mir gut im Kita-Alltag

Mehr Freude, Ruhe und Kraft für Erzieher:innen. 30 kurze Verschnaufpausen

Ideen für ein kurzes Innehalten im Kita-Alltag: Anti-Stress-Übungen für Erzieher:in

Wenn es in der Kita mal drunter und drüber geht, wenn Fehlzeiten und Personalmangel für Stress sorgen, brauchen Erzieher:innen Orte und Momente, an denen sie neue Kraft tanken können. Dafür sind die Bildkarten in diesem Set gedacht: Sie schenken Impulse zur Selbstreflexion, kleine Übungen und kreative Ideen, damit Freude und Leichtigkeit im Kita-Alltag erhalten bleiben.

Auf der Vorderseite jeder Impulskarte finden Sie einen Begriff mit einer Illustration, auf der Rückseite die ausführliche Erklärung und praktische Anregung dazu.

- Für Fortbildungen von Erzieher:innen und Kita-Teams, für Workshops und Seminare
- 32 Bildkarten erstellt von Monika Bücken-Schaal, illustriert von Beata Zurawska
- Schatzkarten für Erzieher:innen: mehr Resilienz in stressigen Situationen ermöglichen
- Erschöpfung vorbeugen und innere Kraftquellen nutzen: So schützen Sie Ihre persönlichen Ressourcen
- Achtsamkeit im Alltag, ein bequemer Stuhl, kurzes Innehalten: einfache Ideen, um Ruhe zu finden

Gestärkt in herausfordernden Situationen: Impulskarten für Pausen im Kita-Alltag

Achtsame Sprache, tief Durchatmen, positiver Blick – es sind oft die kleinen Dinge, die einen Unterschied machen. Die Bildkarten sind in fünf Kapitel unterteilt, die praxisnahe Übungen und Ideen vorstellen, wie Erzieher:innen sich auf ihre Stärken besinnen und Ruhe finden. Dazu sind nur wenige Minuten und keine Vorbereitung nötig. Die Anti-Stress-Übungen lassen sich einfach in den Alltag integrieren.

Das Bildkarten-Set als Wegweiser zu mehr Zufriedenheit und Gelassenheit im beruflichen Alltag!



© Heiner Schaal

Monika Bücken-Schaal

Monika Bücken-Schaal, Dipl.-Sozialpädagogin, Ausbildung in klientenzentrierter Gesprächsführung, Seminarleiterin für Autogenes Training, mehrjährige Berufserfahrung in einer heilpädagogischen Tagesstätte. Fortbildungen für ErzieherInnen und Lehrkräfte. Die Autorin lebt in Köln.



© Beata Zurawska

Beata Zurawska

Beata Zurawska ist spezialisiert auf Illustrationen für Kinderbücher, Jugendbücher und Lehrmaterialien. Sie hat bereits eine breite Palette an Büchern veröffentlicht – von Bilder- über Pappbücher bis hin zu Kinderromanen. Ihre Leidenschaft ist es, Welten und Charaktere zu erschaffen, die man ins Herz schließen kann. Die Illustratorin mit polnischen Wurzeln lebt und arbeitet in Berlin.

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. – Fr.: 9:00 bis 18:30 Uhr und Sa. 9:00 bis 13:00 Uhr). Fordern Sie unseren aktuellen Katalog an.

Presse

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

Don Bosco Pädagogik
Melanie Buschkühl
buschkuehl@donbosco-medien.de
Tel. +49 / 89 / 4 80 08 - 351

Don Bosco Kinderbuch
Pia Gsellmann
gsellmann@donbosco-medien.de
Tel. +49 / 89 / 4 80 08 - 334

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: AZB Auslieferungszentrum Bercker, mireille.spenrath@azb.de, Tel. + 49 28 32 / 9 29 -2 91

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