



EMPFEHLUNG DES MONATS JULI

DIE ACHTSAME EULE ELLI

„Achtsamkeitsübungen helfen beim Umgang mit belastenden Situationen, die Angst und Stress erzeugen!“

Das Kinderbuch „Die achtsame Eule Elli“ beinhaltet 7 spannende und pädagogisch wertvolle Geschichten mit Tieren als Protagonist:innen. Die Erzählungen und damit verbundenen Übungen helfen Kindern dabei ihre Gedanken und Gefühle besser einzuordnen und mit emotional belastenden Situationen wie Nachtangst, mangelnden Selbstbewusstsein hohe Impulsivität angemessen umgehen zu können. Die Achtsamkeitsübungen können spielerisch erlernt werden und regen die Fantasie und Vorstellungskraft an. Sie können sowohl im privaten wie auch beruflichen Kontext einfach angewandt werden, um Kindern einen gelasseneren und unabhängigeren Alltag zu ermöglichen.



2024

ACHTSAMKEIT,
SELBSTBEWUSSTSEIN
UND ENTSPANNUNG

HEFT MIT
TIERGESCHICHTEN
UND SPIELERISCHEN
ÜBUNGEN

FÜR KINDER AB 5
JAHREN

Dieses Material findet
ihr im Bereich
Grundschulpädagogik
Fach 3