

Mehr Gelassenheit für deinen Kita-Alltag

geschrieben von Redakteur | Oktober 22, 2025



Gewinne eins von fünf fried(a)vollen Faultier-Paketen!

Wer in der Kita arbeitet, weiß: Der Alltag steckt voller schöner Momente – aber auch voller Herausforderungen. Zwischen Spielen, Tränen trocknen, Organisation, Elterngesprächen und Teamrunden bleibt oft wenig Zeit zum Durchatmen. Erzieher:innen geben täglich alles: Herz, Geduld, Kreativität und Kraft. Doch wer so viel für andere da ist, braucht auch selbst kleine Inseln der Ruhe.

Genau hier kommt **Faultier Frieda** ins Spiel! Mit ihrem gemütlichen Blick auf die Welt erinnert sie daran, dass Gelassenheit eine Stärke ist. Sie lädt dich ein, achtsam mit dir selbst umzugehen, den Moment zu genießen und Schritt für Schritt mehr innere Ruhe zu finden – auch mitten im Kita-Trubel.

Gewinne eins von fünf Bundles mit den beliebten Sets „Das Faultier-Prinzip in der Kita“ und „Faultier-Weisheiten für

Erzieher:innen" – zwei liebevoll gestaltete Begleiter für mehr Resilienz, Achtsamkeit und fried(a)volle Pädagogik.

□ **Das Faultier-Prinzip in der Kita**



44 Coaching-Karten von Dr. Anke Elisabeth Ballmann laden dich und dein Team ein, den Kita-Alltag gelassener zu gestalten. Mit Reflexionsfragen, Mutmachsprüchen und kleinen Achtsamkeitsübungen lernst du, Stress zu bewältigen, Klarheit zu gewinnen und deine innere Stärke zu entdecken. Ideal für Teamrunden, pädagogische Tage oder einfach für dich – wenn du mal kurz innehalten möchtest.

□ **Faultier-Weisheiten für**

Erzieher:innen



Die 34 liebevoll illustrierten Mutmachkarten schenken Inspiration und Leichtigkeit. Ob als kleine Erinnerung am Arbeitsplatz, als Karte für Kolleg:innen oder als persönlicher Impuls – jede Karte schenkt einen Moment des Innehaltens. Friedas sanfte Weisheiten über Gelassenheit, Sinn und Selbstfürsorge machen Mut, den Alltag mit einem Lächeln zu meistern.

Beide Sets ergänzen sich perfekt und stehen für eine Haltung, die im Kita-Alltag oft zu kurz kommt: **achtsam, humorvoll und mitfühlend mit sich selbst zu sein**. Denn wer in Balance ist, kann auch den Kindern Sicherheit und Freude schenken.

Mach's wie Frieda: Lehn dich zurück, atme tief durch – und gönn dir die Chance auf dein eigenes Frieda-Gelassenheits-Paket. Mit dabei ist ein wuscheliger Faultier-Schlüsselanhänger für den Kita-Schlüsselbund!



[Mehr zu den Produkten erfahren.](#)

Für einen fried(a)vollen Umgang mit dir selbst, in eurem Team und mit den Kindern. ☐

Das Stichwort ist: **Faultier**. Das Gewinnspiel endete am 5.11.