

# Runter vom Gas 1 – Impulse für entspannten Unterricht in der Grundschule

geschrieben von Redakteur | September 16, 2024



Wie lässt sich der Unterricht so entschleunigen, dass ein entspanntes Lehren und Lernen möglich ist? Zum Schuljahresbeginn starten wir eine Serie mit der früheren Grundschulrektorin und Fachbuchautorin Christina Buchner. In fünf Folgen erläutert sie, wie Sie mit Mut und Entschlossenheit das Leben und Lernen Ihrer Klasse gestalten.

---

## Die Haltung gegenüber Weihnachten hat sich verändert

geschrieben von Redakteur | September 16, 2024



Zwei Jahre Pandemie gefolgt von zwei Jahren Krieg und Inflation haben das Verhältnis vieler Menschen gegenüber Weihnachten verändert. Dabei ist auch viel Gutes entstanden. Viele wollen sich laut einer Studie der Universität der Bundeswehr München mehr Zeit für sich und ihre Liebsten nehmen.

---

## 8 Tipps zum gesunden Kochen trotz Zeitmangel

geschrieben von Redakteur | September 16, 2024



Regelmäßige Familienmahlzeiten oder gemeinsam kochen, haben einen positiven Einfluss auf die Ernährung. Zeitmangel und Stress machen das oft schwer. Wie man sich dennoch gesund ernähren kann, erklärt die Stiftung Gesundheitswissen.

---

# Verwahrlosung, Stress und Erschöpfung in vielen Kitas

geschrieben von Redakteur | September 16, 2024



Gestiegene Arbeitsbelastung, verschlechterte Rahmenbedingungen, mangelhafte Ausstattung sowie anhaltend eklatanter Personalmangel. Die Situation kann in vielen Kitas nur noch als katastrophal betrachtet werden. Wissenschaftler:innen fordern deshalb Lösungen auf politischem Weg.