



# Geschichtsportal Werther

## Gemeindebrief der ev. Kirchengemeinde Werther

### Jacobi Aktuell (bis 2001 Wegweiser)

Digitale Sammlung des Geschichtsportals Werther.

In der digitalen Sammlung des Geschichtsportals Werther bieten wir Ihnen Zugang zu digitalisierten Büchern und Zeitschriften aus unterschiedlichen Beständen. Bei den digitalisierten Werken liegt entweder die Gemeinfreiheit oder die Veröffentlichungsgenehmigung durch den Urheberrechtsträger vor.

[http:// www.geschichtsportal-werther.de](http://www.geschichtsportal-werther.de)

Email: [Info@geschichtsportal-werther.de](mailto:Info@geschichtsportal-werther.de)

Die Datei wurde unter der Lizenz „Creative Commons Namensnennung-Keine kommerzielle Nutzung-Keine Bearbeitungen“ in Version 3.0 (abgekürzt „CC-by-nc-sa 3.0/de“) veröffentlicht.



Den rechtsverbindlichen Lizenzvertrag finden Sie unter

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/de/legalcode>

Neues aus der  
Ev.-Luth. Kirchengemeinde  
Werther

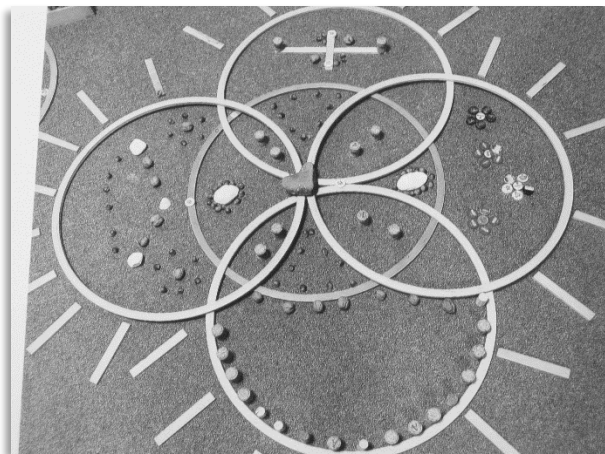
# Jacobi *aktuell*

Oktober – November 2020



Verstörend schönes Spiegelbild

Aufgenommen in den neuen Gemeindehausfenstern 2018



## Entspannung – Stressbewältigung bei Kindern

Zeit der Ruhe, Zeit der Stille bzw. Entspannung. Wann haben dies die Kinder, in Zeiten, wo sie von einem Termin zum Nächsten gefahren werden (Musikschule, Schwimmkurs, Verabredungen etc.)?

Für die Kinder sind dies Stressmomente. Da stellt sich die Frage: Haben die Kinder eigentlich noch Gelegenheiten, zu sich selbst zu finden? Gibt es noch so etwas wie Entspannungsphasen im Tagesablauf für die Kinder?

Wir erleben in unserem pädagogischen Alltag, dass in dieser schnelllebigen Zeit, die Kinder immer mehr unter einem immensen Druck/Anspannung stehen. Wir nehmen wahr, dass die Kinder nicht ihre eigene Balance, ihre eigene Mitte haben.

Als wir im Team wieder mal beratschlagten, was für ein Thema zu einem Elternabend interessant sein könnte, kamen wir auf den Titel: „Entspannung – Stressbewältigung bei Kindern“

Unser Anliegen war, den Eltern verschiedene Möglichkeiten als Impulse zur praktischen Umsetzung zu geben. An diesem Abend (er fand bereits im Herbst 2019 statt, war gut besucht) konnten drei Gruppen gebildet werden. Diese rotierten

in einem zeitlichen Abstand zu einer Traumreise in einem Raum, mit gemütlicher Beleuchtung und ruhiger Musik. Weiter hatten Eltern die Aufgabe, mit Naturmaterialien, ohne dabei zu sprechen, ein Mandala zu legen. Und die dritte Variante war, ein Ausmalbild anzumalen.

Während des praktischen Teils war die Atmosphäre locker, ruhig und entspannt. Die Eltern haben sich gut auf die von uns vorgegebenen Impulseinheiten eingelassen. Am nächsten Tag erhielten wir viele positive Rückmeldungen über die Angebote, die nun bei einigen Familien mit den Kindern umgesetzt werden. Wir denken, dass gerade jetzt, in dieser besonderen Zeit, sicherlich immer wieder Entspannungsphasen für Kinder und Eltern Balsam für die Seele sind.

Es grüßt das Team der KiTa Nazareth