

## H03-304225 Mit Kindern Achtsamkeit und Entspannung üben (P)

Beginn Donnerstag, 22.10.2026, 19:30 - 21:45 Uhr

---

Kursgebühr kostenfrei

---

Dauer 1 Termin

---

Kursleitung Iris Meyer

---

Kursort BOL, Bolongarostr. 186, 65929 Frankfurt

---

Auch Kinder fühlen sich schnell unter Druck und Anspannung und es lohnt sich, wenn in der Tagesfamilie auf eine ruhige und entspannte Atmosphäre geachtet wird. An diesem Abend werden Ideen für verschiedene Altersstufen vorgestellt und ausprobiert. Mit vielen Anregungen und Möglichkeiten, die den Tageskindern und Tageseltern guttun, gehen die Teilnehmer wieder in ihren Alltag und können das Kennengelernte in kleinen Schritten umsetzen.

Zu diesem Kurs können sich ausschließlich Tageseltern aus Frankfurt am Main anmelden.

### Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
22.10.2026	19:30 - 21:45 Uhr	Evangelisches Familienzentrum Höchst, Dalberghaus

---

[zur Kursdetail-Seite](#)