



# HERBSTMOMENTE

 KLEINE ACHTSAMKEITSABENTEUER FÜR KINDER



# DER HERBST IST DA



**Und mit ihm eine Zeit voller kleiner Wunder.**

Die Blätter färben sich bunt, der Wind tanzt mit ihnen durch die Luft und draußen verändert sich alles jeden Tag ein bisschen.

Diese Jahreszeit lädt uns ein, kurz stehenzubleiben und genauer hinzusehen: die vielen Farben, die frische Luft, das Rascheln unter unseren Füßen.

Überall gibt es kleine Schätze zu entdecken –

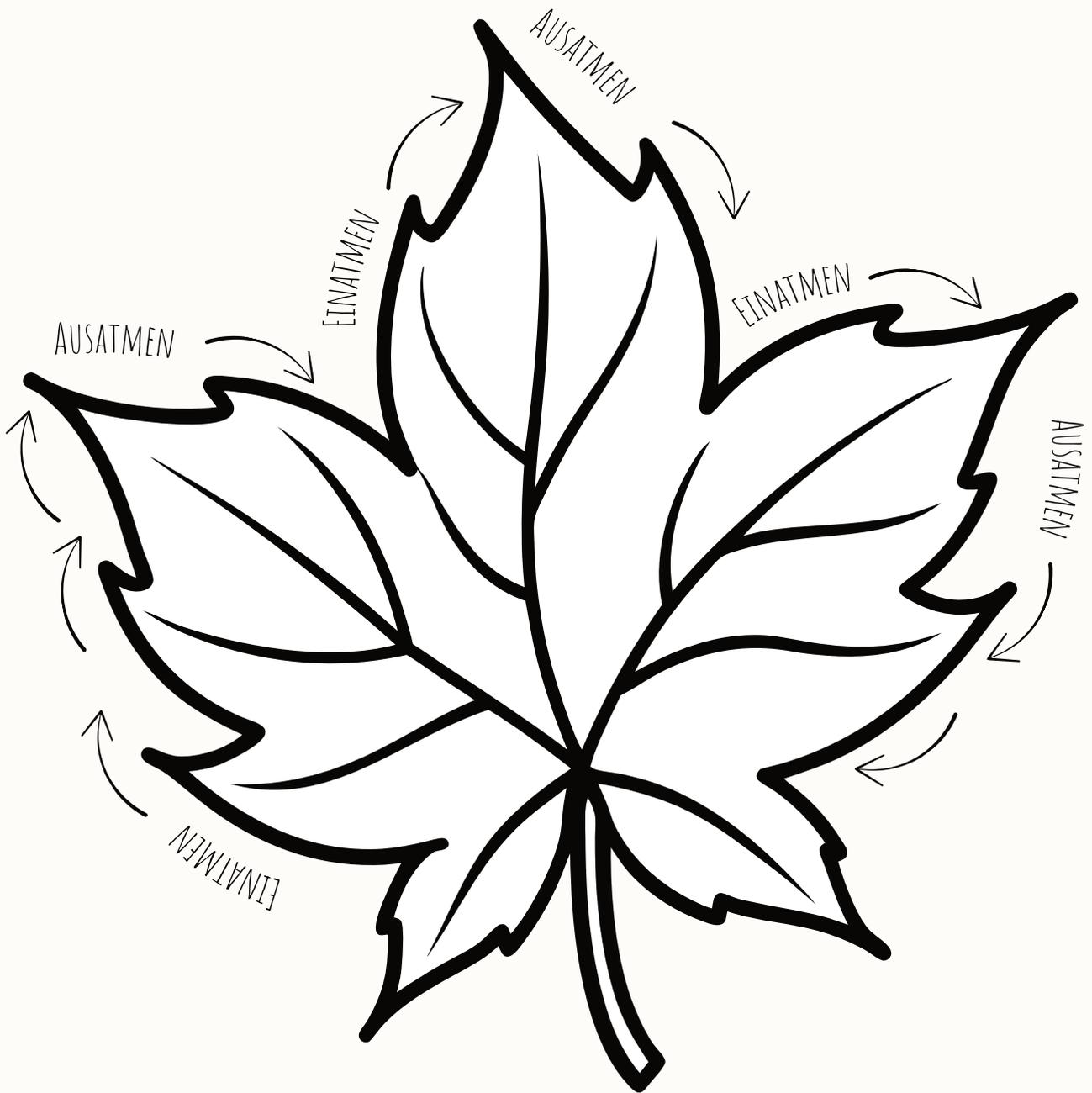
-  Kastanien
-  Eicheln und Nüsse
-  Pilze
-  viele bunte Blätter, die wie kleine Kunstwerke aussehen.

**Gemeinsam** mit unseren Kindern können wir den Herbst bewusst erleben und so kleine Inseln der Ruhe und Freude im Alltag schaffen.

Die Herbstmomente geben dir Ideen, wie du mit deinem Kind achtsam durch diese Zeit gehen kannst – mit kleinen Übungen und kreativen Anregungen, die euch helfen, die Schönheit der Natur zu entdecken und kostbare Momente miteinander zu teilen.

Lasst euch von der **Magie des Herbstes** begleiten und gemeinsam die kleinen Wunder dieser besonderen Jahreszeit entdecken. ✨

# HERBSTBLATT - ATMUNG

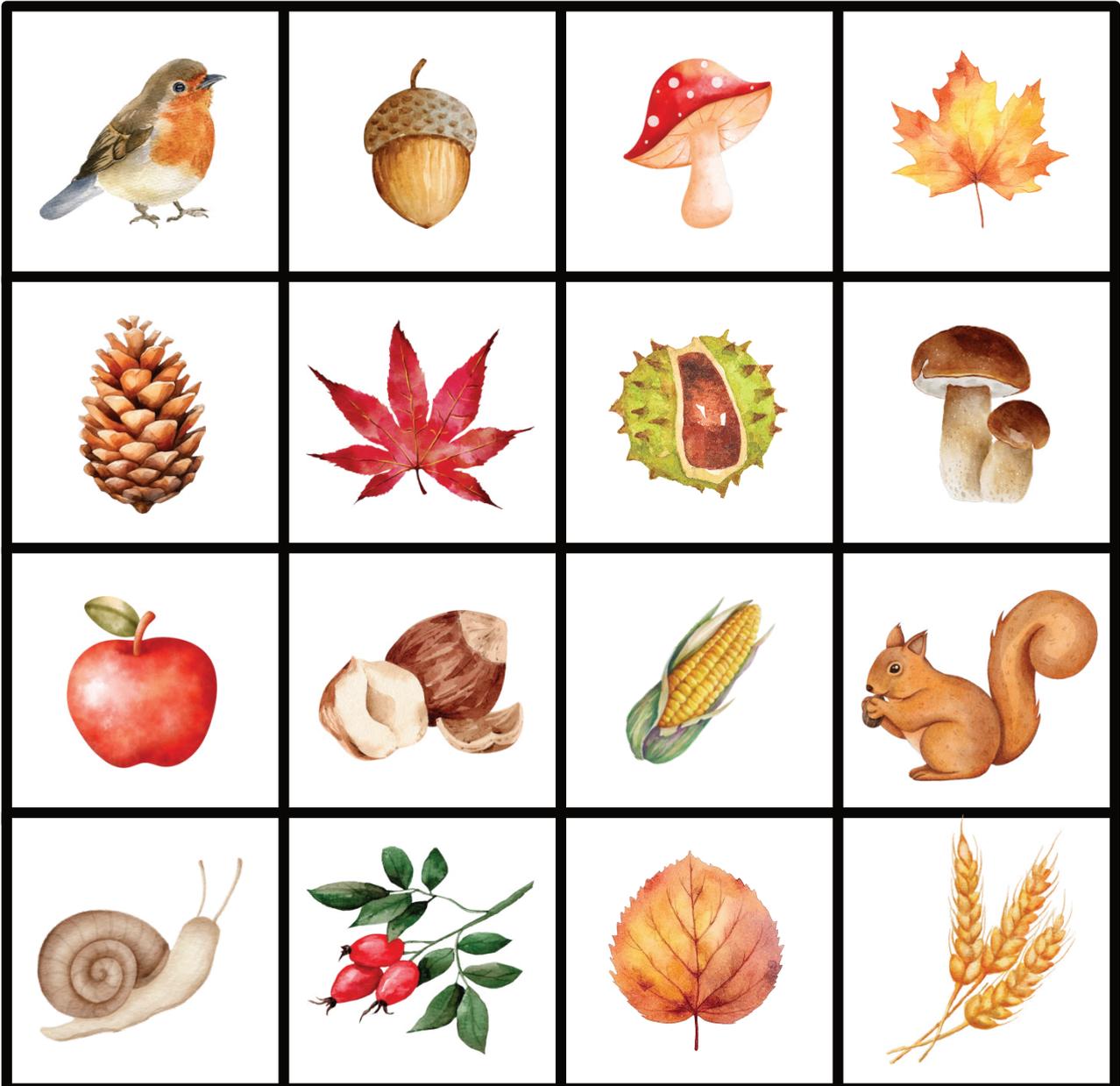


FAHRE MIT DEINEM FINGER DIE LINIEN DES BLATTES ENTLANG:  
ATME TIEF EIN BEI EINATMEN - UND RUHIG AUS BEI AUSATMEN.  
MALE DAS BLATT GERNE IN DEINEN LIEBLINGSFARBEN BUNT AUS. 🌞



# HERBST - BINGO

FINDET GEMEINSAM SO VIELE HERBSTSCHÄTZE WIE MÖGLICH



Geht gemeinsam nach draußen, lauscht, schaut und staunt – überall warten kleine **Herbstwunder** auf euch. 🍁

Jedes Mal, wenn ihr etwas entdeckt, malt ein Kreuz oder einen Punkt in das Kästchen.

Habt ihr eine ganze Reihe gefüllt?  
Dann ruft laut: **BINGO!** 😊



# HERBST - MANDALA

ZUM AUSMALEN



# AFFIRMATIONEN

SCHNEIDE DIE KARTEN GERNE AUS UND WÄHLE JEDEN TAG EINE,  
DIE DICH STÄRKT. ♥



# MEINE SCHÖNSTEN HERBSTMOMENTE

MEINE SCHÖNSTEN HERBSTMOMENTE:

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_

DAFÜR BIN ICH IM HERBST DANKBAR:

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_

MEINE LIEBLINGS-HERBSTFARBEN - KREUZE SIE AN ODER MALE DEINE LIEBLINGSFARBE IN DEN LEEREN KREIS:



MALE ODER GESTALTE DEIN LIEBSTES HERBSTERLEBNIS: DU KANNST MALEN, SCHREIBEN ODER DAS BLATT MIT GESAMMELTEN BLÄTTERN BEKLEBEN, SO WIE ES DIR FREUDE MACHT. ☀️



WENN DIR DIESES FREEBIE GEFALLEN HAT,  
FINDEST DU IN UNSEREM SHOP WEITERE LIEBEVOLL GESTALTETE PRODUKTE FÜR KINDER -  
Z.B. UNSERE ENTDECKERKARTEN, AFFIRMATIONSKARTEN, WOCHENPLANER  
UND VIELES MEHR.

SCHAU GERNE VORBEI UND LASS DICH INSPIRIEREN. 😊

[Hier geht's zum Shop](#)

