

Karten gegen Stress

«Seit dem ersten Tag hat mich das Muttersein an meine Grenzen gebracht», sagt Devi Schnarwiler, «nichts in meinem Leben hat mich je so herausgefordert – und gleichzeitig so tief wachsen lassen.» Aus der Erfahrung der Erschöpfung und Selbstzweifel heraus entwickelte die Lehrerin und Elterncoach das Kartenset «Entspannt Miteinander». Die Box enthält 47 einfache, alltagstaugliche Strategien für mehr Harmonie und Verbundenheit im Familienleben und richtet sich an Eltern, Betreuungspersonen und Pädagog:innen. Die schön gestalteten Input-Karten helfen für mehr Ruhe, Präsenz und Verbindung im Familienalltag. Preis: Fr. 37.–.

→ lila-devi.ch

