

MUTMACHER FÜR UNTERWEGS

Manchmal braucht es nur ein paar liebevolle Worte, um den Tag deines Kindes heller zu machen.

Diese kostenlosen Affirmationskärtchen sind kleine Mutmacher für unterwegs und perfekt für die Brotdose, die Federtasche, als liebevolle Überraschung im Hausaufgabenheft oder auch kleine Aufmerksamkeit für deine Schüler geeignet.

Ob vor einem aufregenden Tag, bei einem neuen Thema oder einfach so für zwischendurch. Stärkende Sätze wie „Ich bin gut in dem, was ich tue“ oder „Ich kann alles schaffen“ können Kinder daran erinnern, dass sie gut sind, so wie sie sind.

Du kannst die Karten immer wieder neu drucken, sie einlaminiert oder sogar auf selbstklebendem Papier drucken und als Sticker verwenden.

Deiner Kreativität sind keine Grenzen gesetzt.

Hier noch ein weiterer Impuls:

Ich bewahre alle meine Karten am liebsten in kleinen Stoffbeuteln auf. So bleiben sie nicht nur ordentlich zusammen, sondern sind auch unterwegs schnell griffbereit. Die Stoffbeutel laden nicht nur zum Aufbewahren ein, sondern auch zu wertvoller Eltern-Kind-Zeit. Beim gemeinsamen Gestalten entsteht ein kleiner Moment der Nähe und Kreativität. Dein Kind darf seinen Beutel ganz individuell mit dem eigenen Namen, Lieblingsfarben, Symbolen oder kleinen Mutmach-Bildern bemalen. Der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt und genau das macht diesen Moment so besonders. So entsteht ein ganz persönlicher Begleiter, der nicht nur die Affirmationskarten schützt, sondern auch ein bisschen Herz und Farbe in den Alltag bringt.

- ◆ einfache, unbedruckte Stoffbeutel findest du [HIER](#)*
- ◆ die passenden Stoffmalstifte, mit denen dein Kind die Beutel ganz individuell bemalen kann, gibt es [HIER](#)*

Du möchtest noch mehr Impulse? Im nächsten Abschnitt findest du eine kleine Auswahl meiner Angebote. Vielleicht ist etwas dabei, das dich auf deinem Weg begleitet oder dich noch ein Stück tiefer unterstützt.

Deine Clara

* TRANSPARENZHINWEIS: DIESER LINK IST EIN SOGENANTER AFFILIATE-LINK. WENN DU DARÜBER ETWAS KAUFST, ERHALTE ICH EINE KLEINE PROVISION. FÜR DICH ÄNDERT SICH AM PREIS NICHTS. DU UNTERSTÜTZT DAMIT LEDIGLICH MEINE ARBEIT. DANKE!

NOCH MEHR INSPIRATION FÜR EUREN ALLTAG

Du möchtest noch mehr Impulse? In meinem Etsy-Shop findest du liebevoll gestaltete Materialien, die dich und dein Kind im Alltag begleiten und stärken können.

Achtsamkeit lebt von Wiederholung, Erinnerung und kleinen Anknüpfen.

Hier ein kleiner Einblick in einige meiner Produkte:

- Yoga-Karten für Kinder inkl. Sonnengruß mit Mutmachspruch sowie fünf Mini-Flows in Kombination mit Affirmationen
- Affirmationskarten für Eltern mit achtsamen Impulsen für den Morgen und Abend
- Affirmationsposter für Kinder
- Poster mit Remindern für Erwachsene für mehr Klarheit, Fokus und Selbstmitgefühl im Alltag

Alle Produkte sind digitale Downloads, direkt zum Ausdrucken

Als kleines Dankeschön erhältst du mit dem Code RUHE10 einen Rabatt von 10% auf deinen Einkauf.

Ich freue mich, wenn dich meine Materialien weiter auf eurem Weg begleiten.

HIER GEHT ES ZUM SHOP





www.ruhehoehle.de



<https://ruhehoehle.etsy.com>



RUHEHOEHLE



Pinterest



kontakt@ruhehoehle.de

Hast du Fragen oder Anregungen?
Melde dich gerne bei mir.
Jede Rückmeldung, egal ob klein,
kritisch oder begeistert, hilft mir,
besser zu verstehen, was du brauchst,
und wie ich andere Eltern noch
 gezielter unterstützen kann.



**ICH BIN GUT IN
DEM, WAS ICH
TUE.**

© RUHEHOEHLE



**ICH HABE
VERTRAUEN
IN MICH UND
MEINE
FÄHIGKEITEN.**

© RUHEHOEHLE



**ICH DARF
FEHLER
MACHEN, SIE
HELFE MIR
BEIM LERNEN.**

© RUHEHOEHLE



**ICH BIN
GUT SO,
WIE ICH
BIN.**

© RUHEHOEHLE



**MEINE
GEDANKEN
UND IDEEN
SIND
WICHTIG.**

© RUHEHOEHLE



**ICH FÜHLE
MICH SICHER
UND
GEBORGEN,
EGAL WO ICH
BIN.**

© RUHEHOEHLE



**ICH LIEBE
MICH SELBST
UND ICH
WERDE
GELIEBT.**

© RUHEHOEHLE



**ALLES,
WAS ICH SAGE,
IST WICHTIG.**

© RUHEHOEHLE



**ICH
KONZENTRIERE
MICH AUF DAS,
WAS MICH
GLÜCKLICH
MACHT.**

© RUHEHOEHLE



**ICH BIN
GEDULDIG MIT
MIR SELBST.**

© RUHEHOEHLE



**ICH GEHE EINEN
SCHRITT NACH
DEM ANDEREN.**

© RUHEHOEHLE



**ICH KANN
ALLES
SCHAFFEN.**

© RUHEHOEHLE



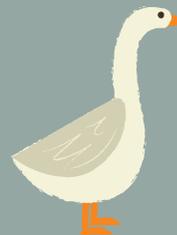
**ICH GEBE
JEDEN TAG
MEIN BESTES.**

© RUHEHOEHLE



**ICH WACHSE
MIT JEDEM
NEUEN TAG.**

© RUHEHOEHLE



**ICH DARF
NEIN SAGEN.
MEINE
MEINUNG IST
WICHTIG.**

© RUHEHOEHLE



**ICH DARF UM
HILFE BITTEN.**

© RUHEHOEHLE