

# Kita am Limit – ruhig bleiben, wenn der Alltag überfordert

Praxisnah. Interaktiv. Wirksam.



**Finden Sie Wege, auch in herausfordernden Situationen ruhig zu bleiben und wieder mehr Sicherheit im Alltag zu gewinnen.**

**Fühlen Sie sich im Alltag manchmal überfordert durch Stress, Personalmangel oder herausfordernde Situationen mit Kindern?**

Der Kita-Alltag kann schnell an die eigenen Grenzen bringen. Hohe Anforderungen, wenig Zeit und viele gleichzeitige Aufgaben führen oft zu Druck, Unsicherheit und dem Gefühl, allem gerecht werden zu müssen. Gerade in solchen Momenten fällt es schwer, ruhig zu bleiben und klar zu handeln.

## **Genau hier setzt dieses Seminar an**

In diesem Seminar setzen Sie sich mit belastenden Situationen aus Ihrem Alltag auseinander und entwickeln Wege, um damit bewusster umzugehen. Sie reflektieren Ihre eigenen Stressmuster und erarbeiten Strategien, um auch in herausfordernden Momenten handlungsfähig zu bleiben. Ziel ist es, mehr Ruhe, Klarheit und Sicherheit in Ihren pädagogischen Alltag zu integrieren.

## **Was Sie für sich mitnehmen**

- Strategien für einen besseren Umgang mit Stress im Arbeitsleben
- Klarheit im Setzen von Prioritäten
- Sicherheit im Umgang mit herausfordernden Situationen
- Impulse für mehr Ruhe und Stabilität im pädagogischen Alltag

## **So arbeiten wir im Seminar**

- Praxisnah und interaktiv
- Arbeit an belastenden Alltagssituationen
- Fachliche Impulse und Methoden
- Austausch und Reflexion
- Direkt im Kita-Alltag umsetzbar

**Termin:** Dienstag, 22.09.2026

**Uhrzeit:** 08:30 – 15:30 Uhr

**Ort:** Am Schulzehnten 1, 63546 Hammersbach

**Teilnehmerzahl:** Maximal 16 Personen

**Inklusive:** Getränke, Kaffee, Obst & Snacks

**Zielgruppe:** Pädagogische Fachkräfte sowie Führungskräfte

**Seminarleitung:** Max Greulich (Dozent, Sozialmanager B.A., Erzieher, Systemischer Berater, Leadership Coach)

**Teilnahmegebühr**

**99,00 €**

(inkl. sofort umsetzbarer Praxisimpulse)

**Nur für kurze Zeit  
bis 30.04.26**

**Normalpreis  
149,00 €**



**Jetzt anmelden**

[www.mission-kita.de/termine](http://www.mission-kita.de/termine)



☎ 06185 - 64 79 660

✉ [info@mission-kita.de](mailto:info@mission-kita.de)

🌐 [www.mission-kita.de](http://www.mission-kita.de)