

# Fachkraft in Balance – Kinder stark! Mit Yoga Resilienz stärken

Produktnummer	Termin	Gebühren pro Teilnehmer/-in
2026-2652SP	04.12.2026	183,00 EUR
	09:00 Uhr bis 16:30 Uhr	Die VWA geht davon aus, dass der Arbeitgeber die Teilnahmegebühr sowie Reisekosten übernimmt.

## Inhalte

Sie erfahren und erleben am eigenen Leib, wie sie Yoga und Entspannungsübungen gezielt in den pädagogischen Alltag integrieren können, um die Resilienz von Kindern zu stärken und die eigene Stresskompetenzen zu erweitern. Durch einfache, aber effektive Techniken lernen Sie, wie sie eine stabile und ruhige Atmosphäre schaffen können, durch die Kinder ihre sozialen, emotionalen und kognitiven Fähigkeiten besser entfalten können. Wir beschäftigen uns mit:

- Resilienz und ihrer Bedeutung für uns Menschen
- resilienzfördernden Yoga- Praktiken und deren Wirkungen
- Tipps, wie Entspannung in die tägliche Arbeit mit Kindern in der Kita eingebaut werden kann
- Gemeinsames Ausprobieren von Yoga- Asanas, Pranayamas (Atemtechniken) und weiteren Entspannungsübungen
- Strategien zur Selbstfürsorge und Stressbewältigung im pädagogischen Alltag für Fachkräfte

## Dozentin

### Claudia Walter

Diplom-Sozialarbeiterin, Erzieherin, Fachberatung für die Stadt Waiblingen , Medienpädagogische Referentin

## Lernziele

Sie erhalten sofort anwendbare Praxistipps für den Alltag und genießen ein Tag voller Bewegung und Entspannung.

## Zielgruppe

## Ort

VWA Bildungshaus  
Wolframstr. 32  
70191 Stuttgart

## Kontakt

### Information

Jasmin Riesle  
0711 21041-56  
j.riesle@w-vwa.de

### Konzeption und Beratung

Valerie Nübling  
0711 21041-43  
v.nuebling@w-vwa.de

### Anmelde- und Teilnahmebedingungen

### Impressum

### Datenschutzhinweise

Fachkräfte aus der Tageseinrichtung für Kinder, die mit Kindern im Alter von 0-6 Jahren arbeiten.