

Digitaler Babysitterservice

**Dein Begleiter für
entspannte Eltern-
momente**

52 KREATIVSEITEN FÜR DEIN
KIND, DAMIT DU DICH
EINFACH ZURÜCKLEHNEN
UND DURCHATMEN KANNST



**Mandalas,
Nachspurelemente,
Ausmalspaß und
Bastelanleitungen für
Kinder im Alter von
4 bis 7 Jahren**

Das erwartet
dich u.a.

TeeFee
Von Eltern für Kinder

Herzlich willkommen zum 'Digitalen Babysitter' - deiner Quelle für kreative Entspannungs- momente im Alltag.

Wir verstehen, wie wichtig es ist, als Eltern hin und wieder eine kurze Pause einzulegen, um sich selbst zu verwöhnen. Sei es bei einer heißen Tasse Kaffee oder Tee, einem guten Buch oder einfach nur einem Moment des Durchatmens. Unsere einzigartige PDF-Datei wurde mit genau diesem Gedanken entwickelt.

In dieser Datei findest du eine Schatztruhe voller Ausmalbilder, Bastelanleitungen und spannender Nachspurelemente, die deine Kinder für 5 bis 30 Minuten oder sogar länger in eine kreative Welt eintauchen lassen.

Damit schaffst du dir Raum für deine eigene Selbstfürsorge. Nimm dir diese kostbare Zeit für dich selbst und genieße Momente der Ruhe und Entspannung. Die nächsten Seiten kannst du einfach ausdrucken und schon geht's los. Viel Freude und Erholung wünschen wir dir!

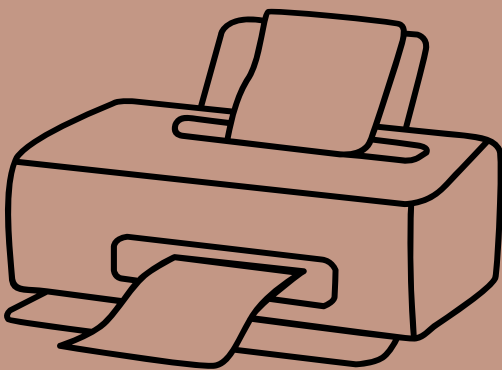


Scanne diesen Code ein und gelange zu unserem YouTube Kanal, wo dich viele Bastelvideos und Bewegungsepisoden auf dich warten.

Achtung!

Bitte beachte, dass diese PDF speziell für Kinder im Alter von 4 bis 7 Jahren konzipiert ist.

Um Papier zu sparen und sicherzustellen, dass dein Kind sich auf die für sein Alter geeigneten Motive und Bastelideen konzentriert, drucke nur die Seiten aus, die sein Interesse wecken. So kannst du die kreative Zeit optimal nutzen und gleichzeitig Ressourcen schonen.



Bereite dich vor und lass die Kreativität fließen!

Bevor du dich in die Welt der Ausmalbilder und Bastelprojekte stürzt, ist es wichtig, sicherzustellen, dass du alle benötigten Materialien griffbereit hast.

Hier sind die Dinge, die du für deine kreative Zeit benötigst.

- **Stifte und Buntstifte:** Für das Ausmalen und Gestalten der Bilder.
- **Schere:** Zum Ausschneiden und Basteln.
- **Bastelkleber:** Um Teile zusammenzufügen.
- **Papier:** Zum Ausdrucken.
- **Drucker:** zum Ausdrucken der Wunschmotive.

- **Unterlage:** Eine saubere Fläche, auf der du malen und basteln kannst.
- **Getränk:** Damit du zwischendurch genug Flüssigkeit zu dir nehmen kannst. Wie wäre es mit einem Bio Tee + Saft von der TeeFee?
- **Bleistift:** Für Skizzen, Notizen oder um kreative Ideen festzuhalten.

Jetzt bist du bereit, deine Kunstwerke und Bastelprojekte zu beginnen.

Viel Spaß!



Beschäftigung für Kinder

U.A.

APFEL-MANDALA

BIRNEN-MANDALA

SCHILDKRÖTEN-MANDALA

MINI-BUCH: ANLEITUNG

MINI-BUCH: OBST DRUCKVORLAGE

MINI-BUCH: GEMÜSE DRUCKVORLAGE

DIE VIER JAHRESZEITEN: BLANCO

DIE VIER JAHRESZEITEN AUSMALBILD

SPURE NACH: DAS ALPHABET

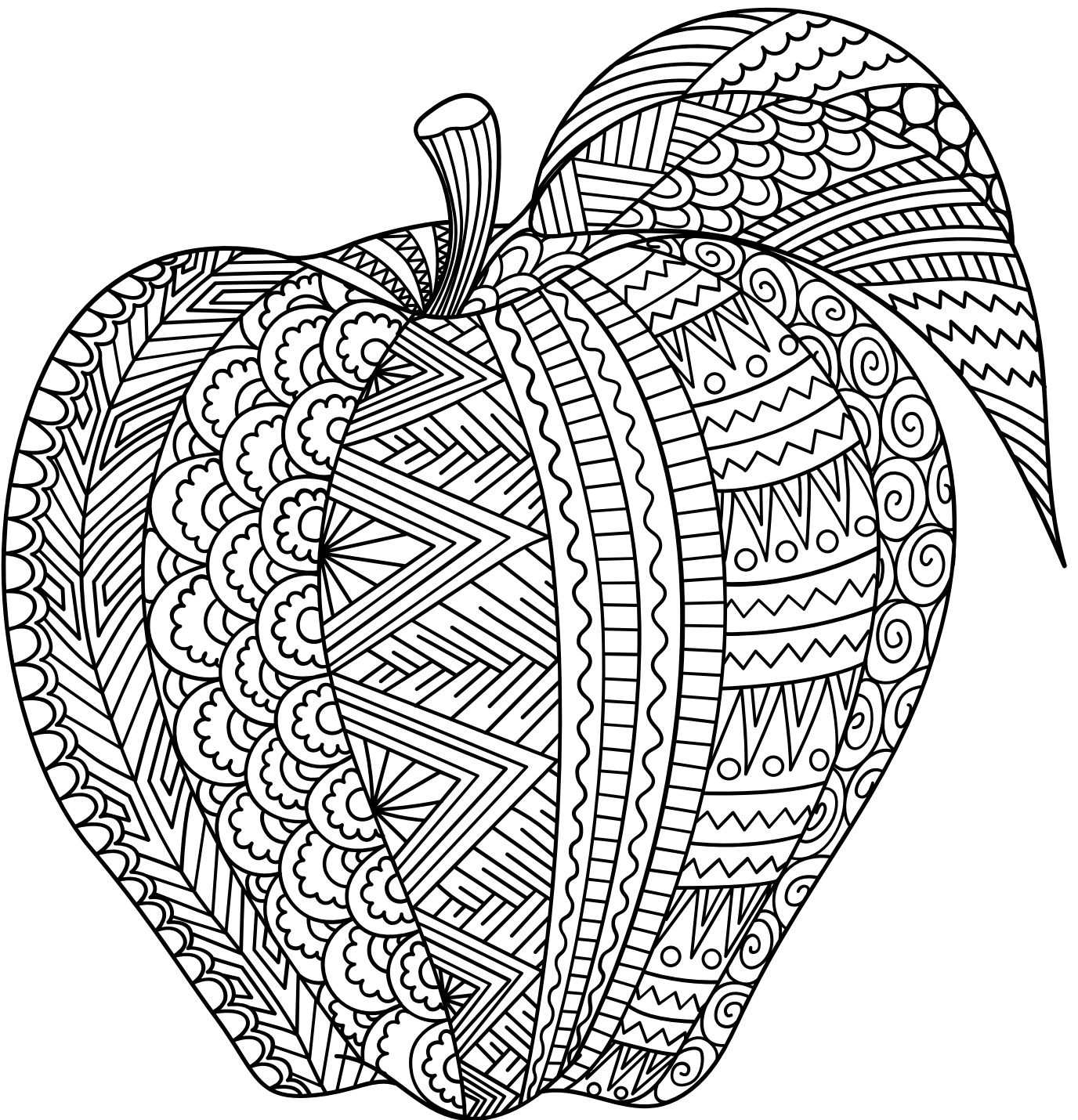
SPURE NACH: LINIEN

AUSMALBILDER: TIERE

MAMA'S KAFFEETASSE

Mandala

Obst ist gesund. Male diesen Apfel
in verschiedenen Rot-Tönen aus.



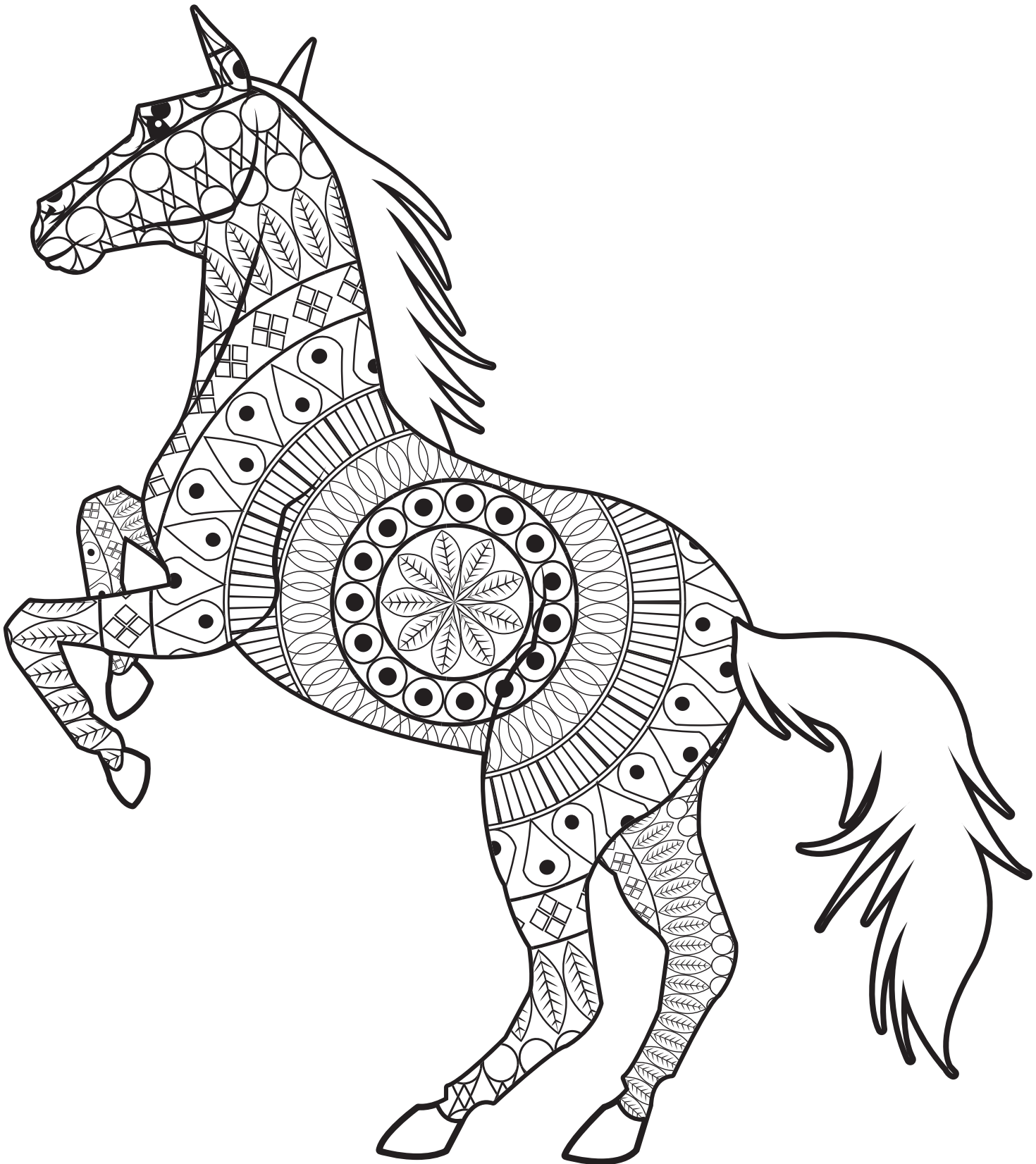
Mandala

Obst ist gesund. Male diese Birne in verschiedenen Grün-Tönen aus.



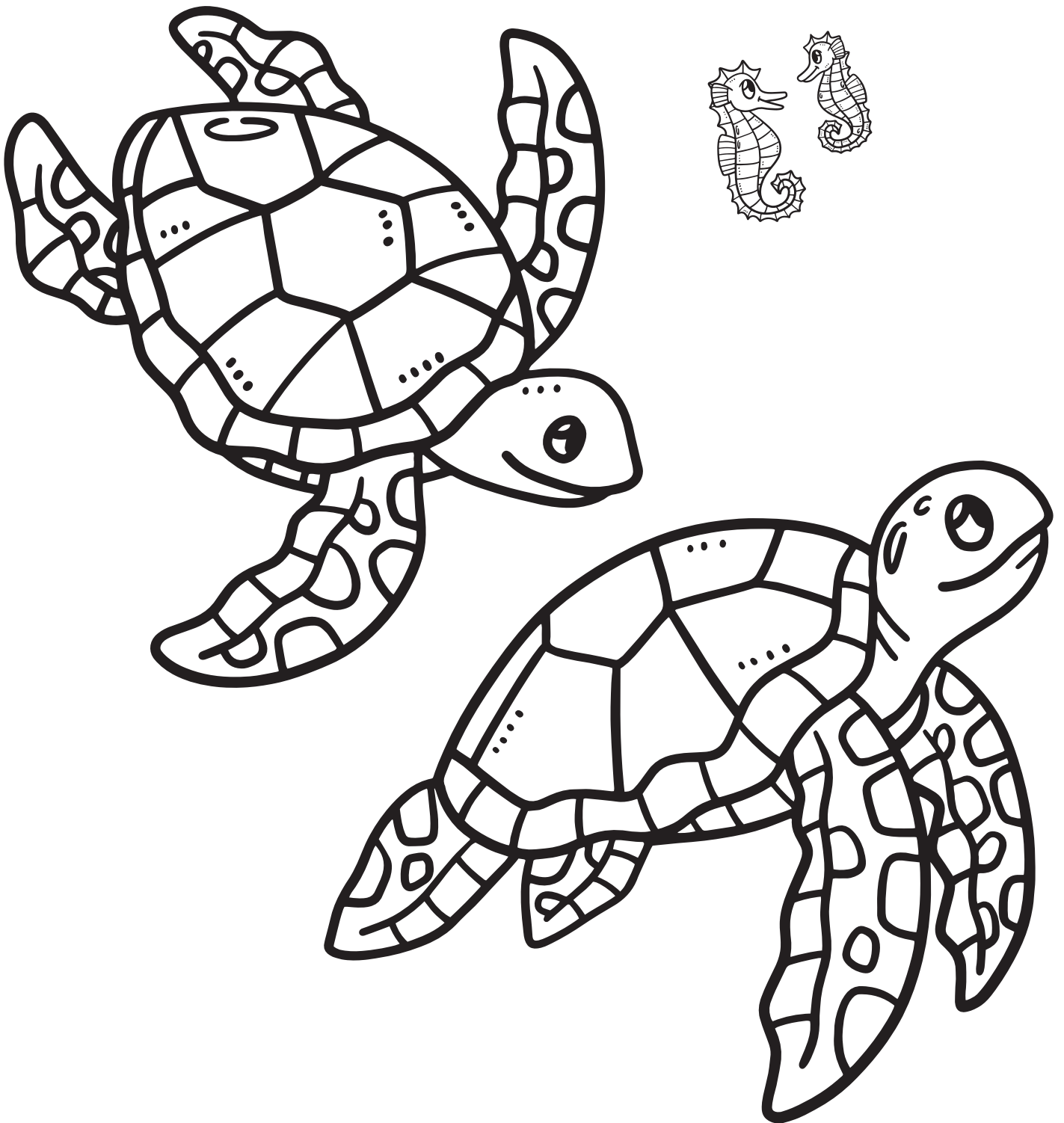
Mandala

Wie wird dieses Pferd
zum Einhorn?



Mandala

Male diese Schildkröten so
bunt wie du kannst aus.



Mini-Heft Basteln und Malen

Auf der nächsten Seite findest du die Vorlage, die Julia von der TeeFee im YouTube Video verwendet. Mit dieser Vorlage möchten wir euch auf ein aufregendes Video-Abenteuer einladen.

Wir zeigen euch, wie man ein eigenes Mini-Heft bastelt und gestaltet. Ihr werdet Spaß haben, während ihr verschiedene Obst- und Gemüsesorten ausmalt und zum Schluss zu einem praktischen Mini-Heft faltet.

Dies ist eine wunderbare Möglichkeit, Kreativität und Wissen über gesunde Ernährung auf spielerische Weise zu kombinieren!

Die detaillierte Anleitung findet ihr auf den nächsten Seiten.

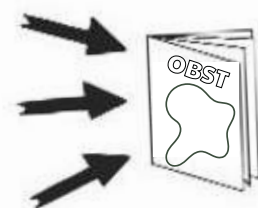
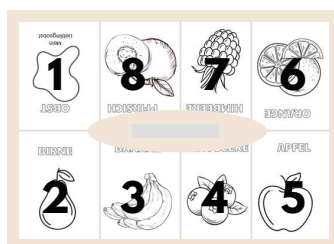
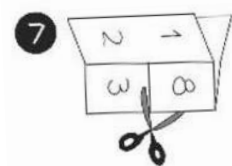
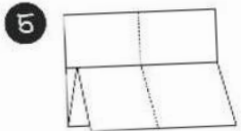
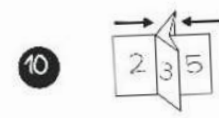
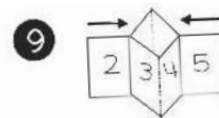
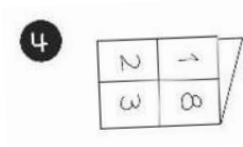
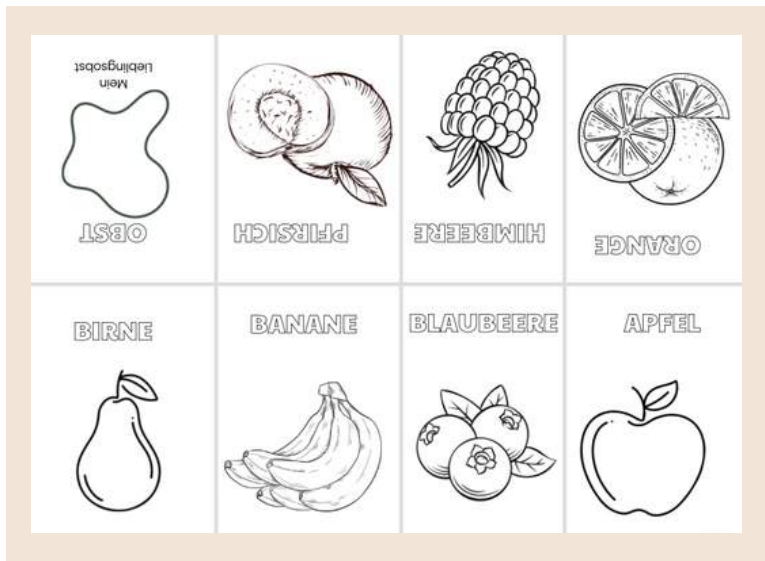
Wir von der TeeFee sind stolz darauf, Kindern eine lustige und bildende Erfahrung zu bieten, die sie ermutigt, gesunde Gewohnheiten zu entwickeln und ihre Kreativität zu fördern.



Scanne diesen Code ein und gelange zu unserem Bastelvideo, in dem Julia ein Mini-Heft mit dir bastelt.

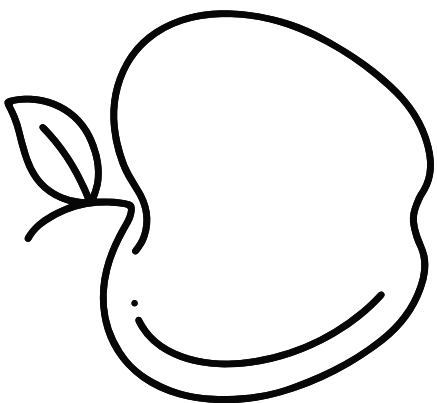
Mini-Buch

Male dein Obst-Heft aus und falte es entsprechend der Anleitung.

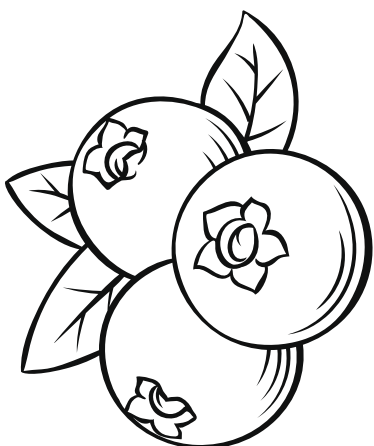


Quelle:

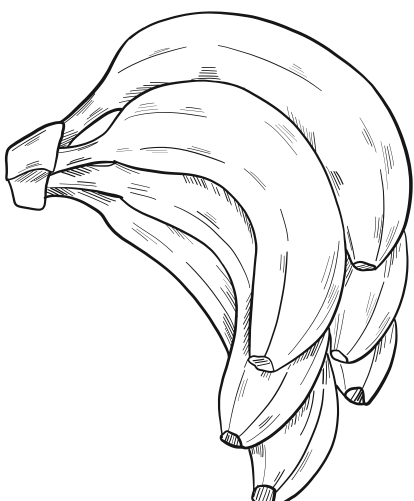
www.stadtheilkultur-hannover.de



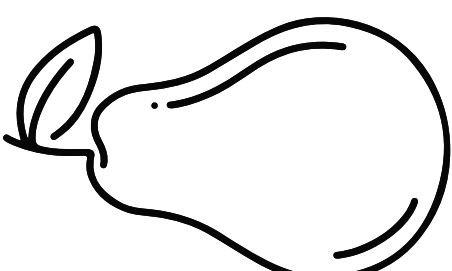
APFEL



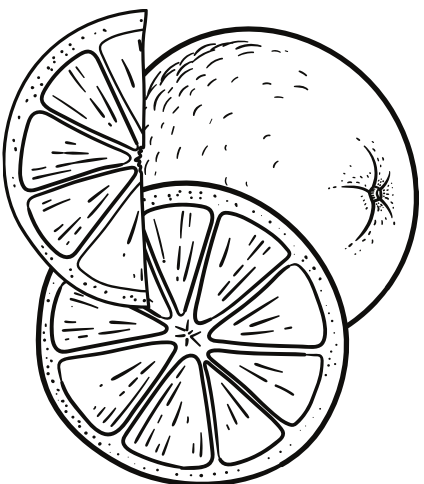
BLAUBEERE



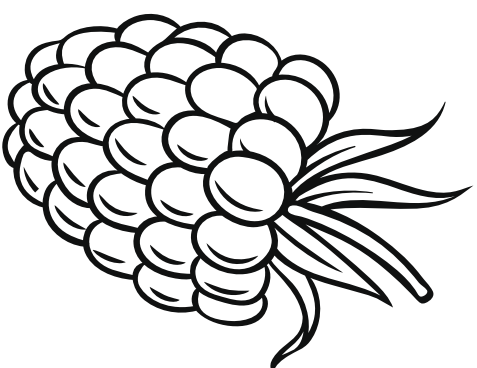
BANANE



BIRNE



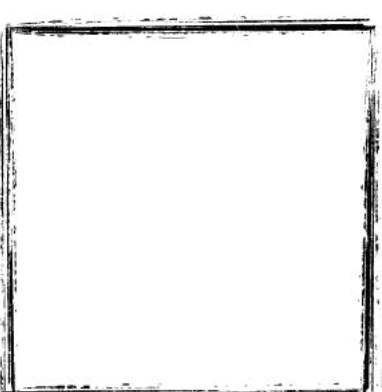
ORANGE



HIMBEEERE

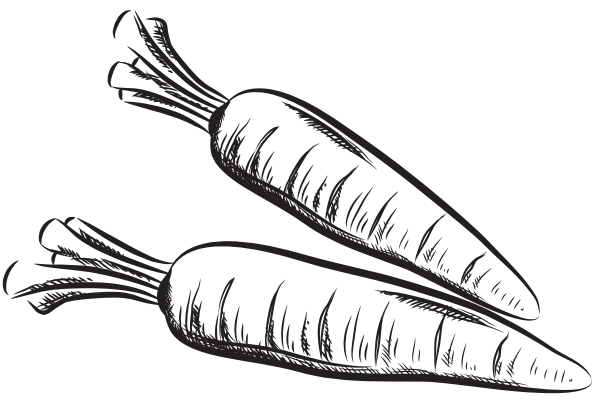


PFIRSICH

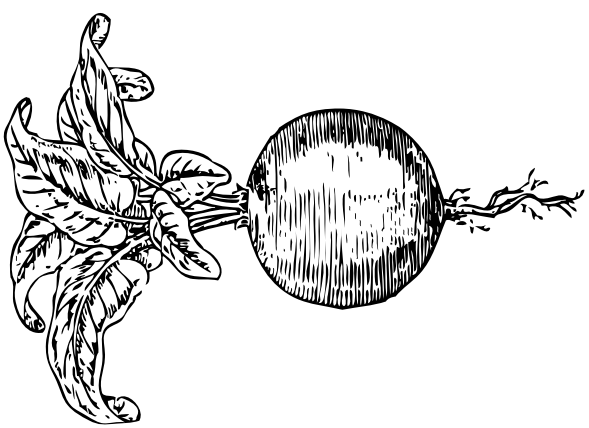


OBST

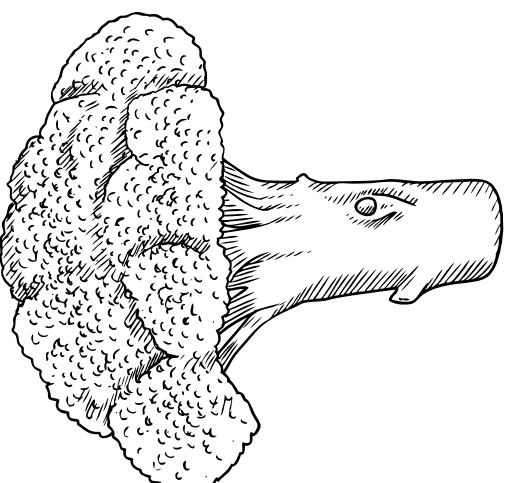
Mein
Lieblingsobst



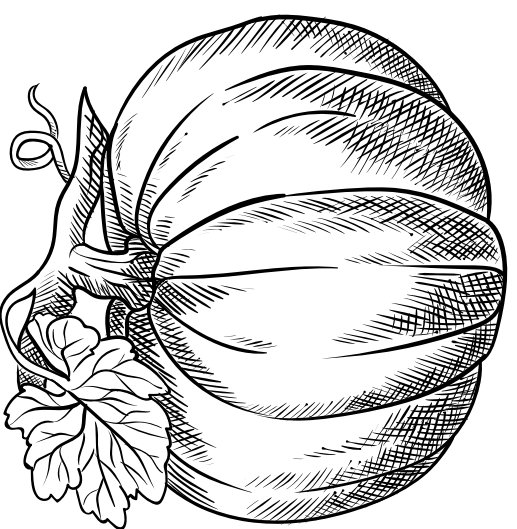
KAROTTE



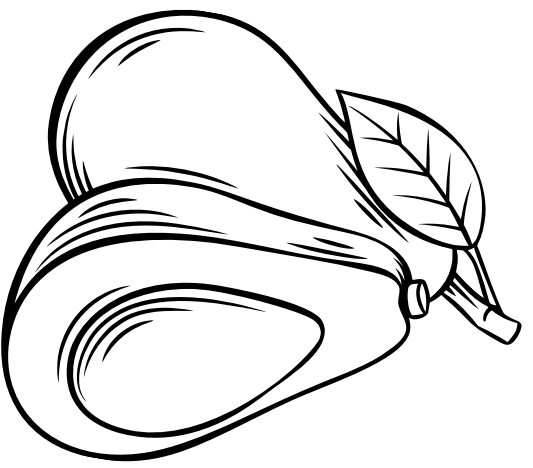
RADIESCHEN



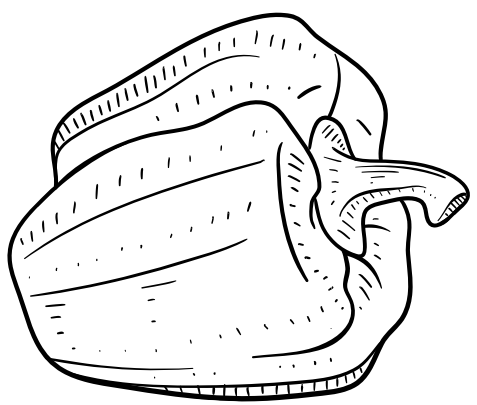
BROKKOLI



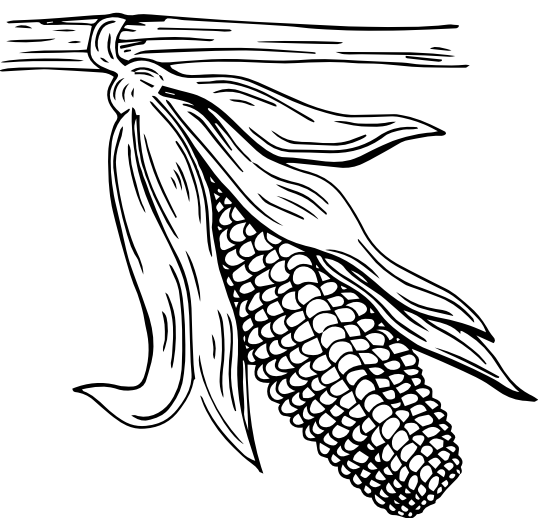
KÜRBIS



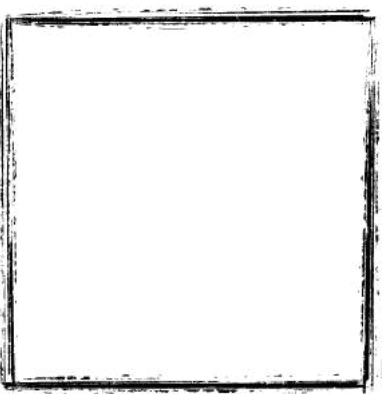
AVOCADO



PAPRIKA



MAIS

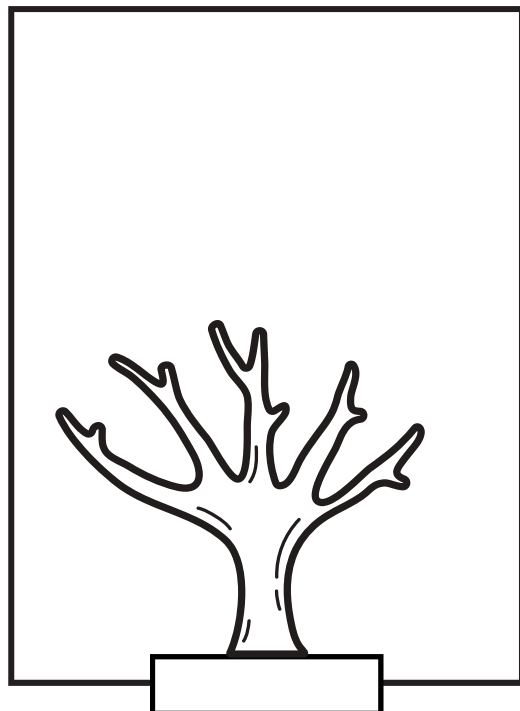
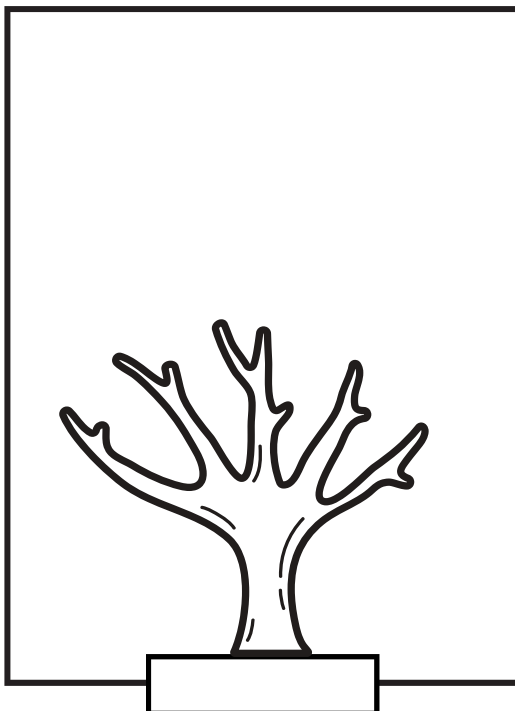
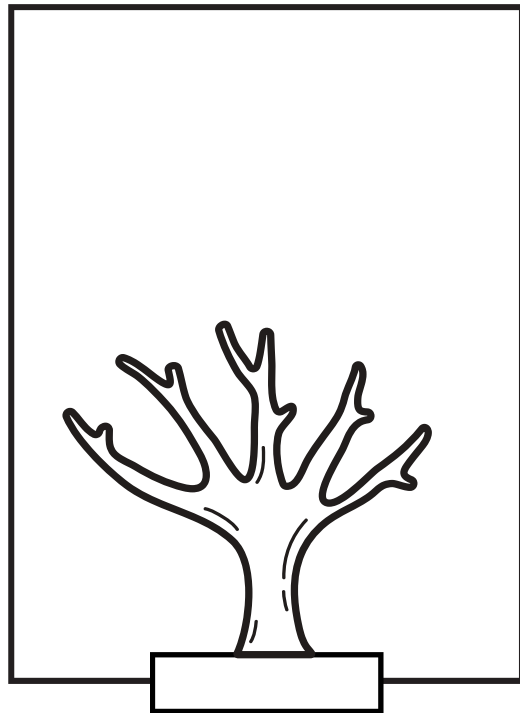
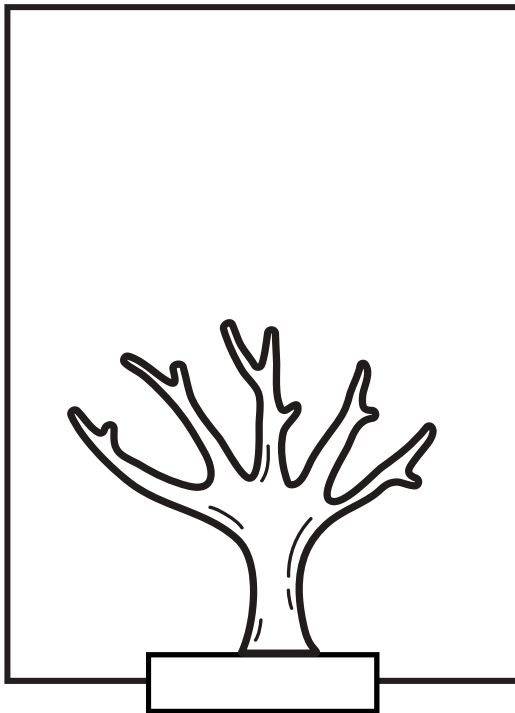


GEMÜSE

Mein
Lieblingsgemüse

Die 4 Jahreszeiten

Wie verändert sich der Baum
in der entsprechenden
Jahreszeit?



Frühling

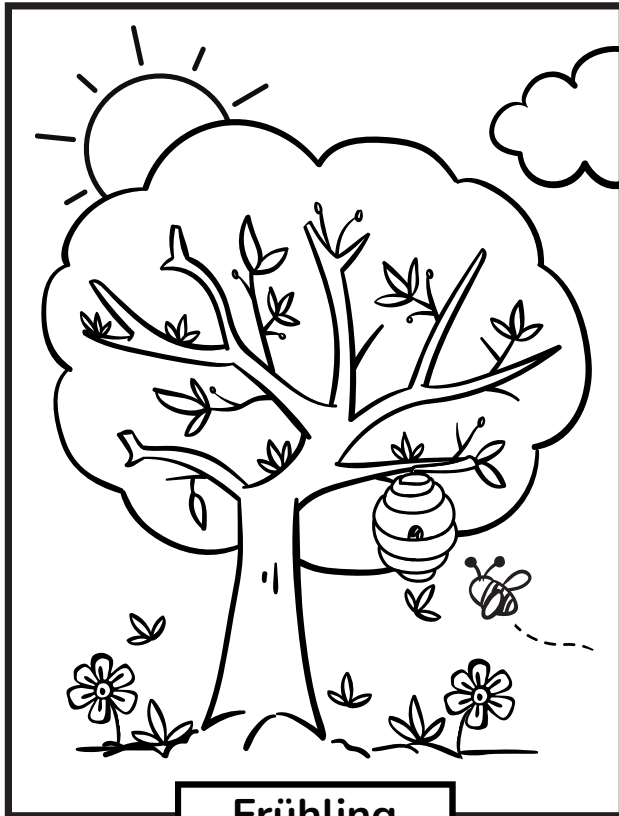
Sommer

Herbst

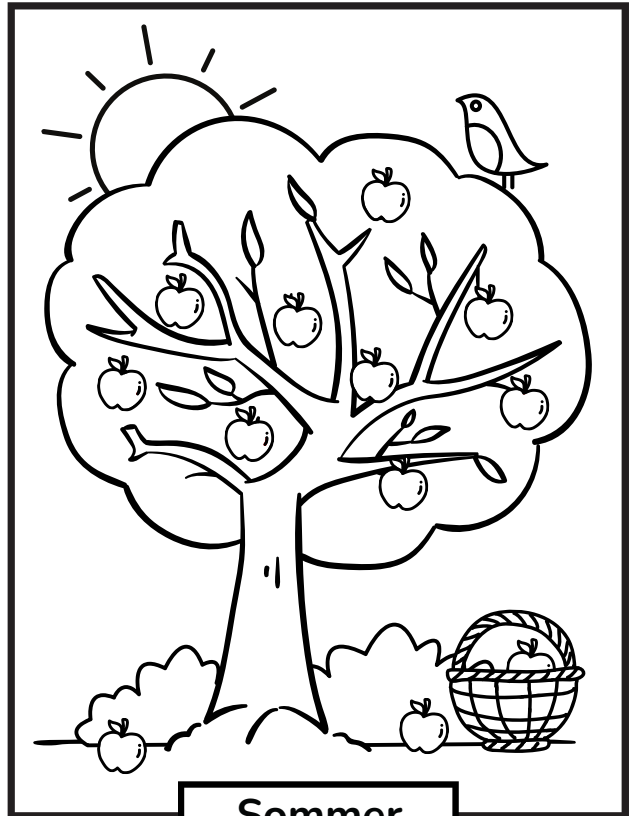
Winter

Die 4 Jahreszeiten

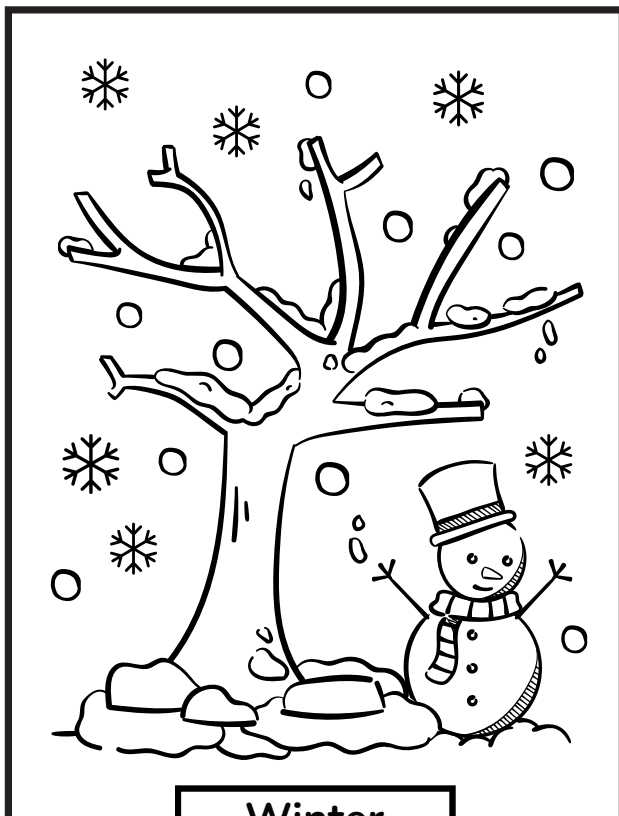
Beobachte und male die Bäume entsprechend aus.



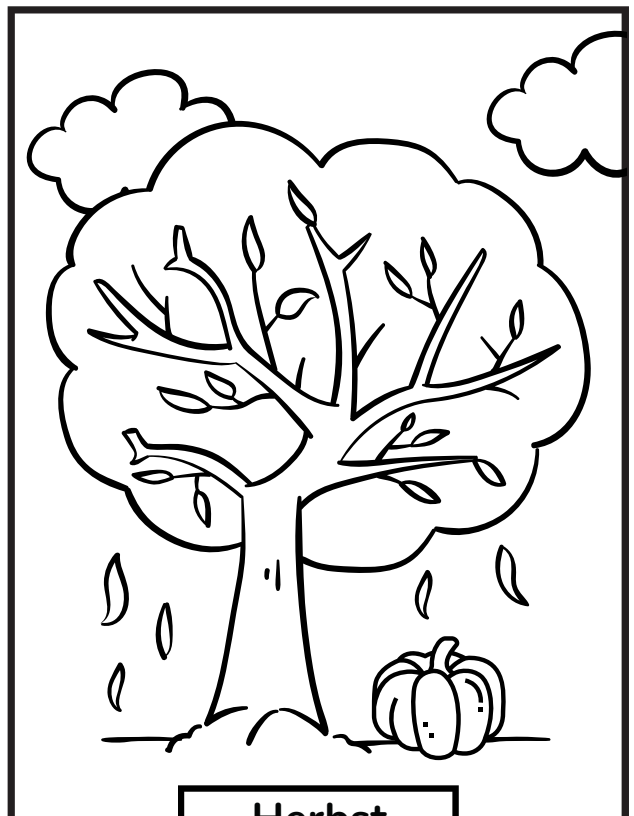
Frühling



Sommer



Winter



Herbst

Spure nach

Bleibst du auf den Linien?

Aa Aa Aa Aa Hh Hh Hh Hh

Bb Bb Bb Bb Ii Ii Ii Ii

Cc Cc Cc Cc Jj Jj Jj Jj

Dd Dd Dd Dd Kk Kk Kk Kk

Ee Ee Ee Ee Ll Ll Ll Ll

Ff Ff Ff Ff Mm Mm Mm Mm

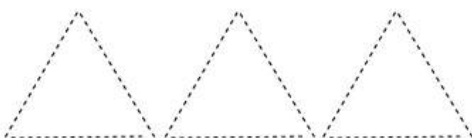
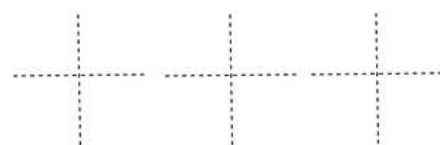
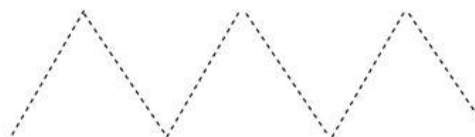
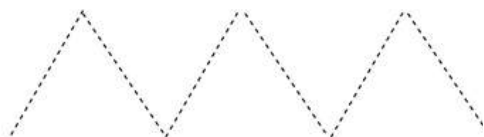
Gg Gg Gg Gg Nn Nn Nn Nn

Oo Pp Qq Rr Ss Tt Uu

Vv Ww Xx Yy Zz

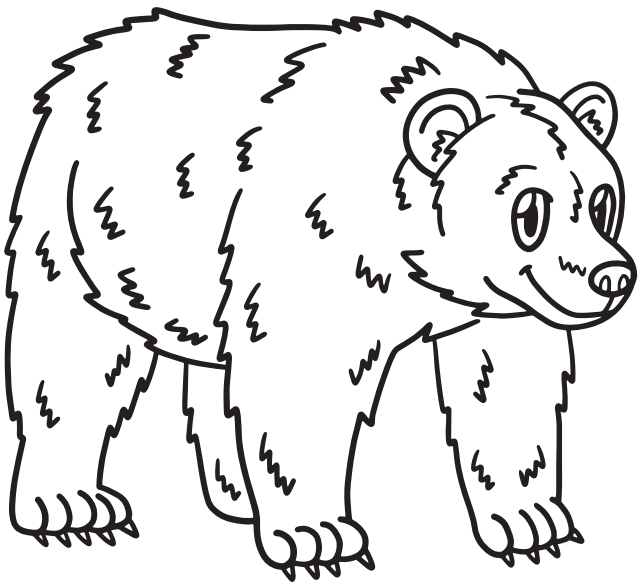
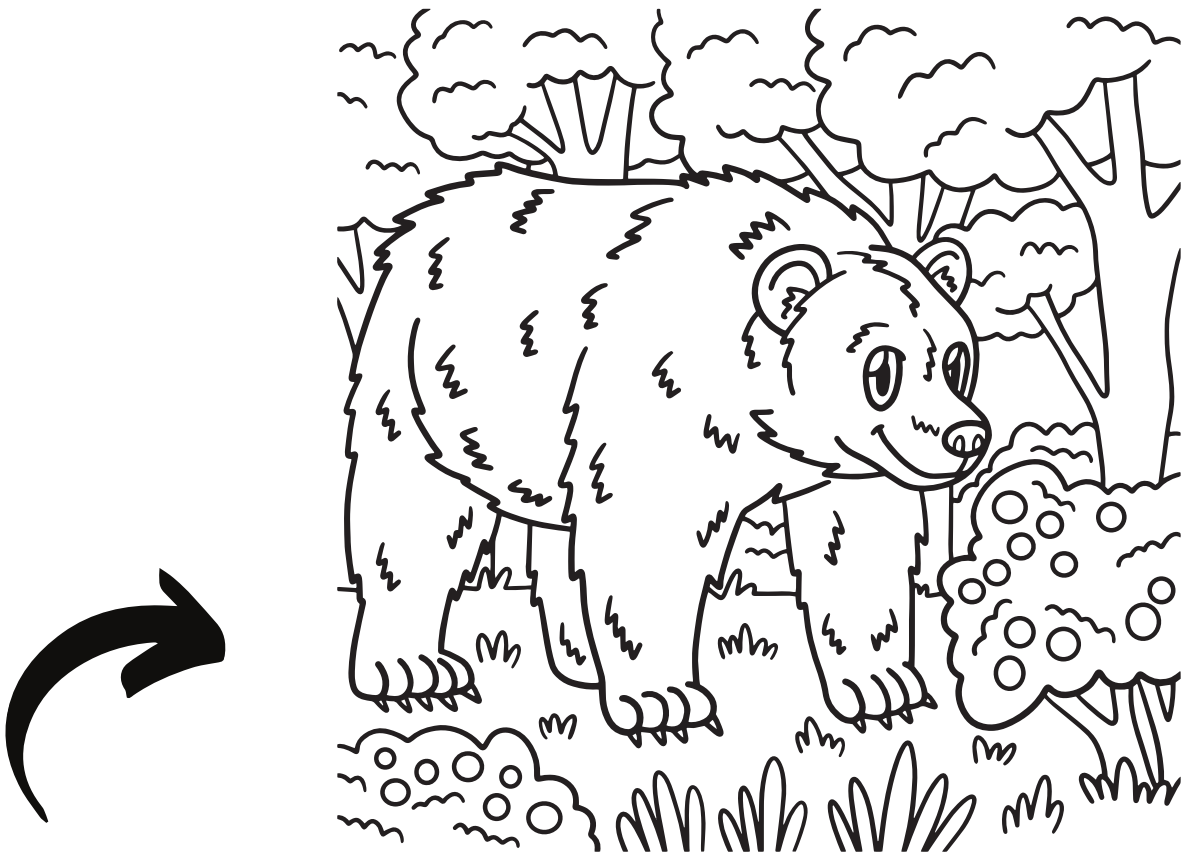
Spure nach

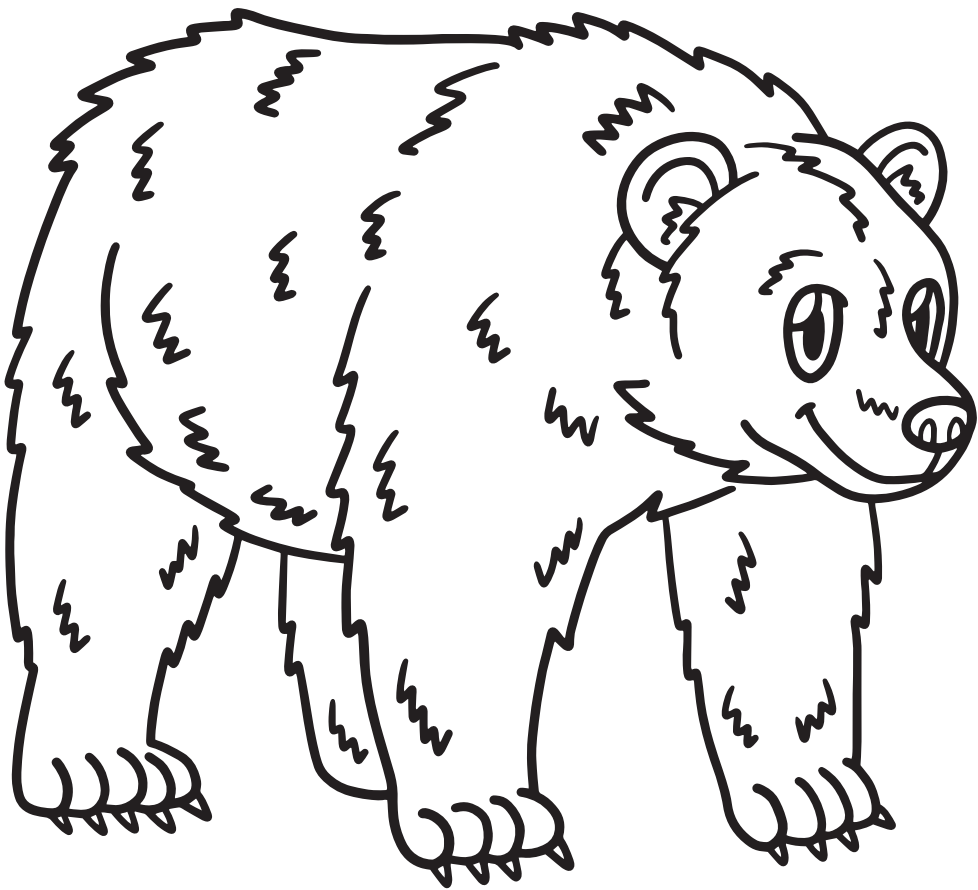
Bleibst du auf den Linien?

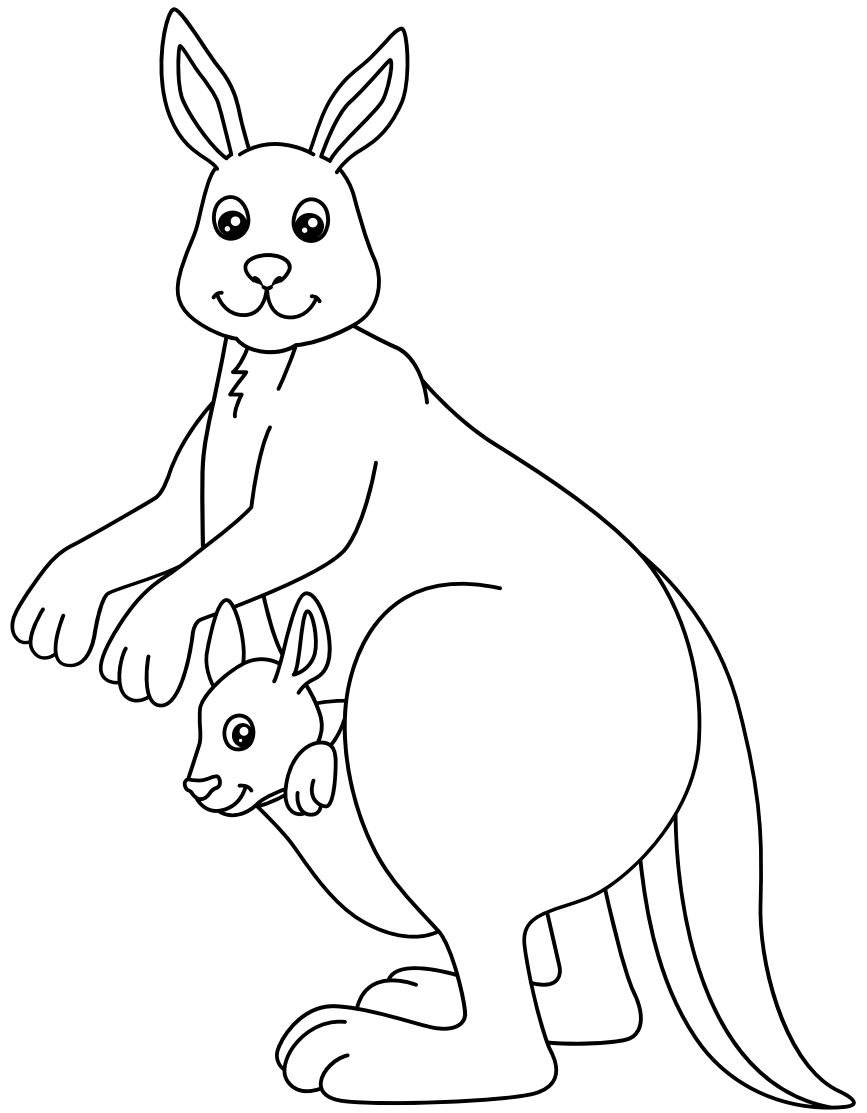


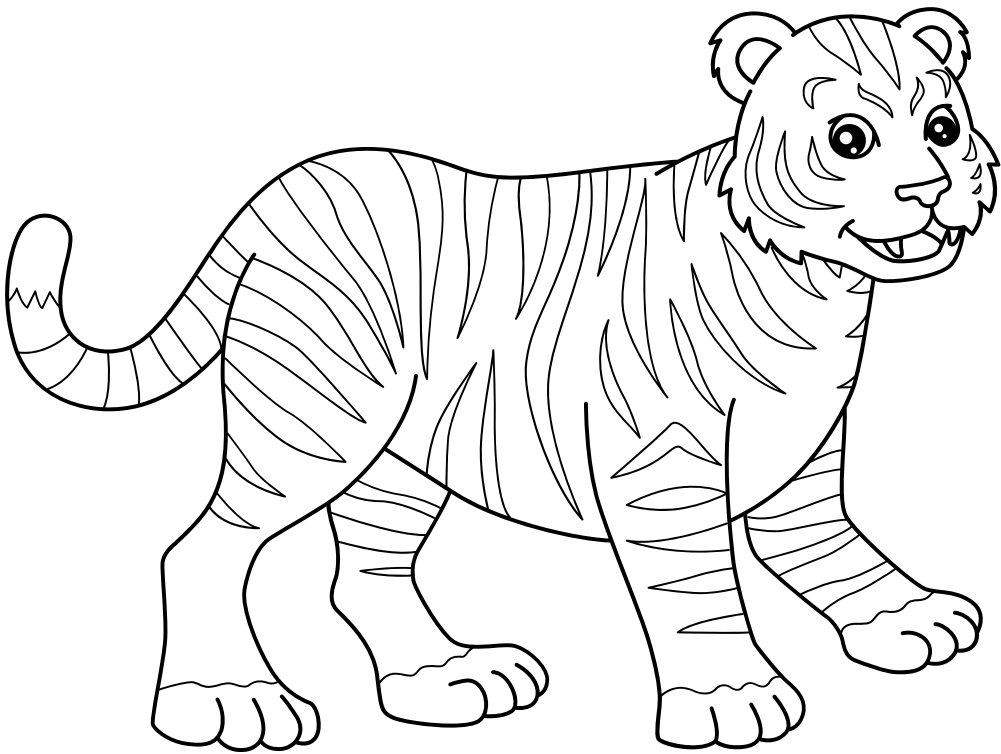
Male aus

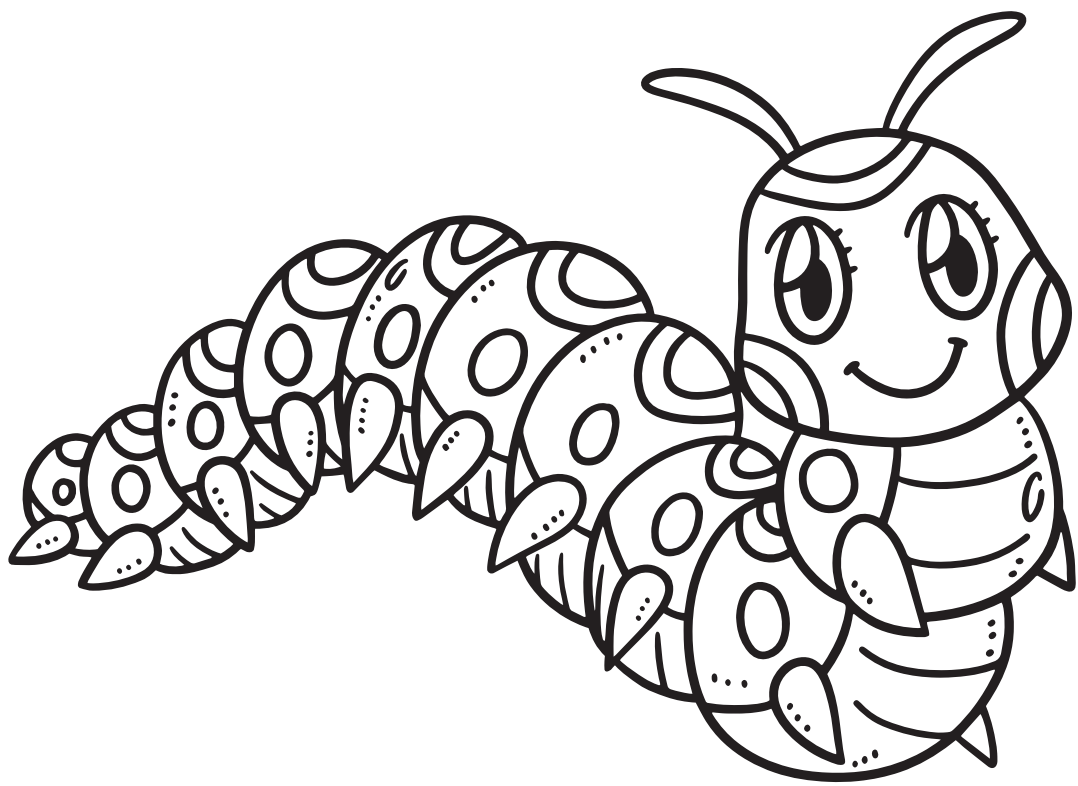
Sei kreativ und nutze das gesamte Blatt für deine Vision.

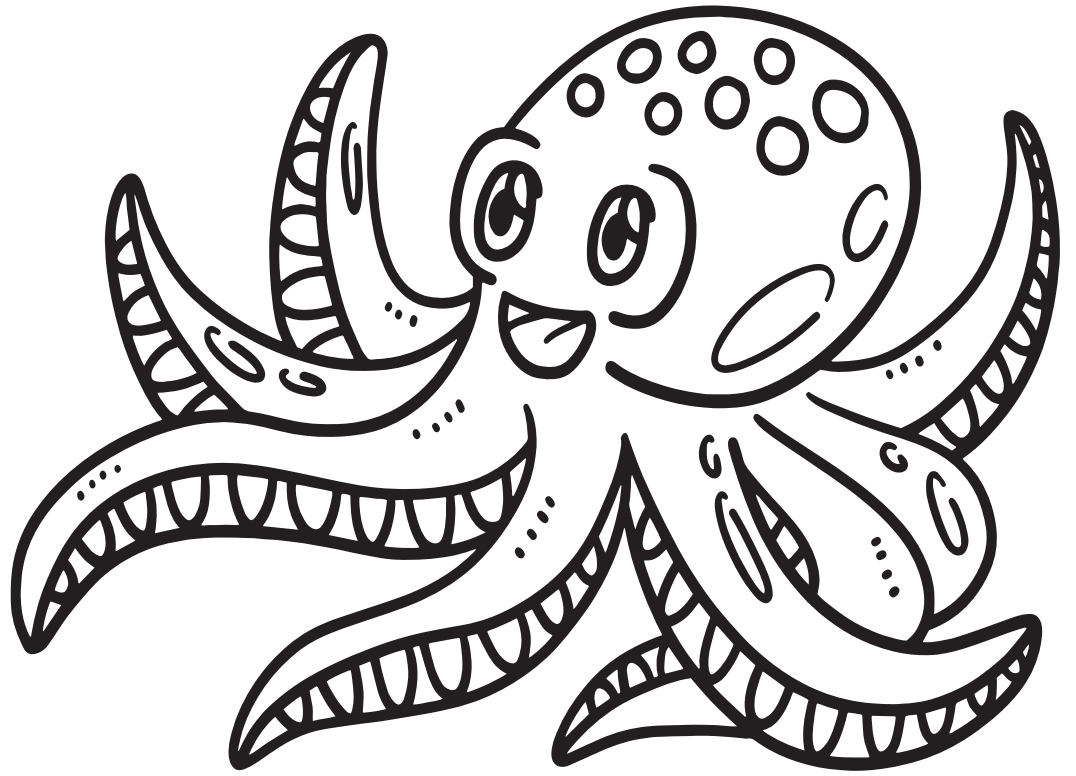


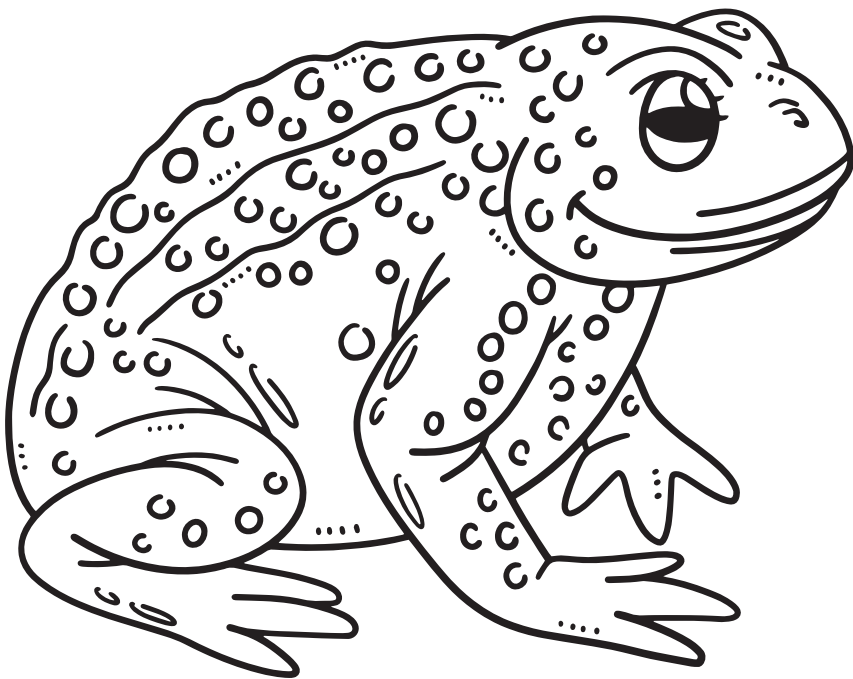












Entspannende Atem- übungen mit Hand- abdrücken.

In diesem Video laden wir euch ein, gemeinsam mit uns eine einfache und spaßige Aktivität zu genießen, die sowohl Kinder als auch Eltern begeistern wird!

Wir zeigen euch, wie ihr eure Hand auf einem Blatt Papier abzeichnet, sie ausschneidet und diese Handabdrücke verwendet, um effektive Atemübungen durchzuführen.

Alles, was ihr benötigt, sind ein Blatt Papier, Stifte, eine Schere und eure Hände!

Diese Aktivität ist nicht nur unterhaltsam, sondern hilft auch dabei, Stress abzubauen, Entspannung zu fördern und gemeinsam wertvolle Familienzeit zu verbringen.

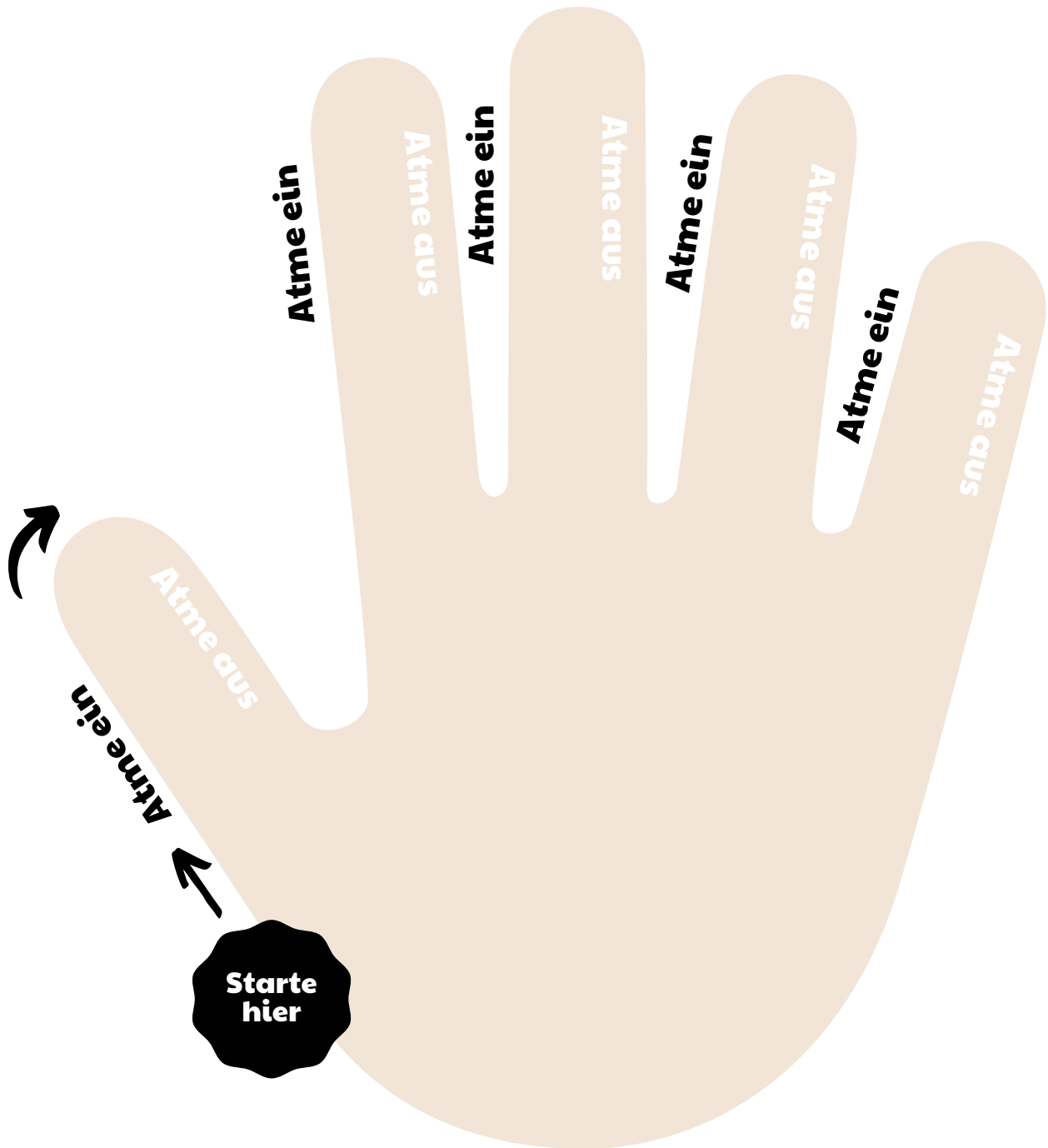
Macht mit uns mit und entdeckt, wie einfach es ist, mit wenigen Hilfsmitteln entspannende Atemübungen in euren Alltag zu integrieren.



Scanne diesen Code ein und gelange zu unserem Bastelvideo, in dem Julia diese Hand direkt mit den Kindern bastelt.

BERUHIGE DICH SELBST

5 FINGER ATEMÜBUNG



Fahre mit dem Finger an der Außenseite deiner Hand entlang und atme auf der einen Seite stets ein, und auf der anderen aus.

Schreibe deine "Das-tut-mir-gut"-Liste

A blank sheet of lined paper with a spiral binding at the top. The paper is white with horizontal brown lines. There are seven small circles along the top edge representing the spiral binding. The paper is slightly wrinkled and has a dark brown shadow on its right side.

A blank sheet of lined paper with a spiral binding at the top, identical to the one on the left. It is white with horizontal brown lines and seven small circles along the top edge. It also has a dark brown shadow on its left side.

Schreibe deine "Das-tut-mir-nicht-gut"-Liste

A blank sheet of lined paper with a vertical margin line on the left side and seven punch holes at the top. The paper is white with light brown horizontal lines and a darker brown vertical margin line.

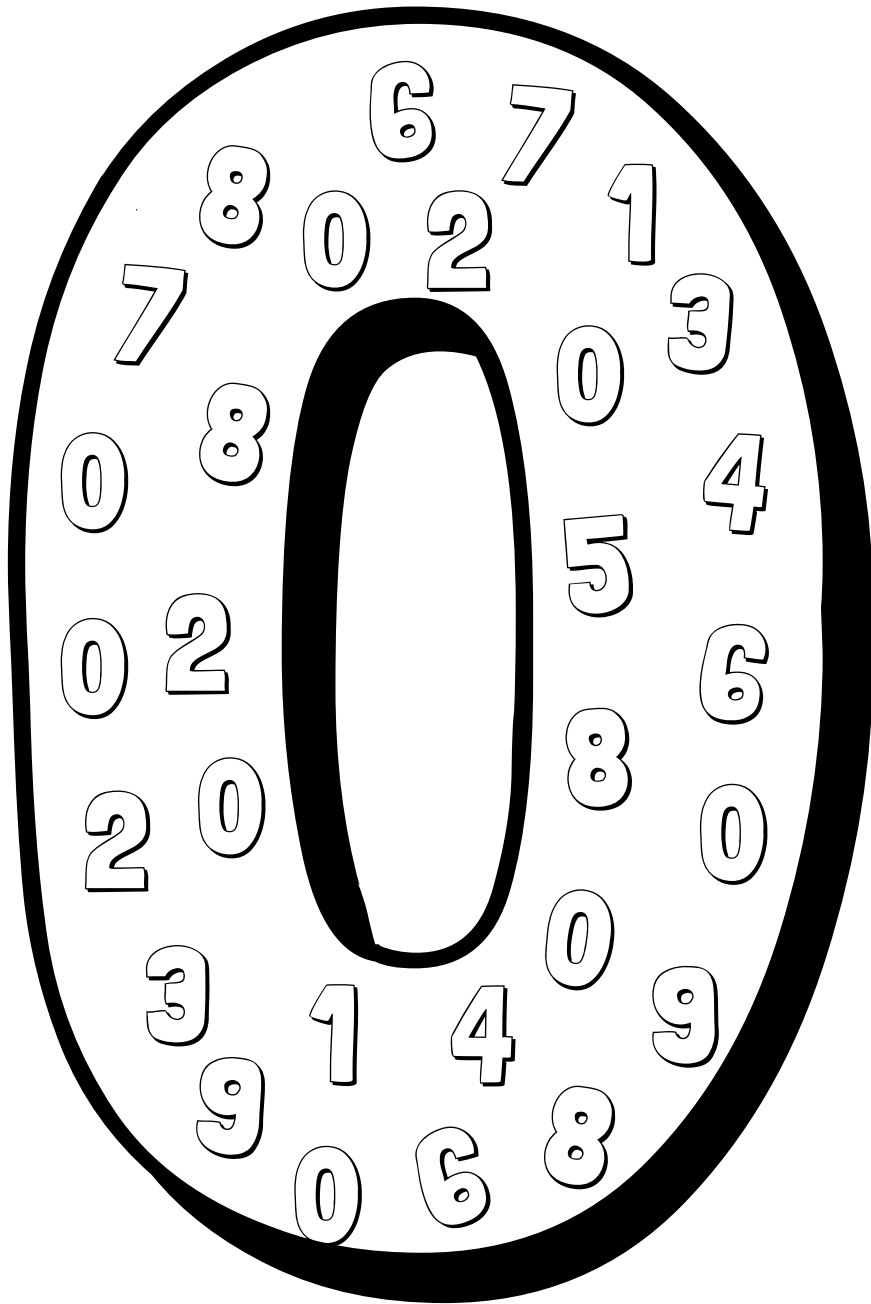
A blank sheet of lined paper with a vertical margin line on the left side and seven punch holes at the top. The paper is white with light brown horizontal lines and a darker brown vertical margin line.

Beobachte Mama heimlich - was tut sie gerade?

Beobachte Papa heimlich - was tut er gerade?

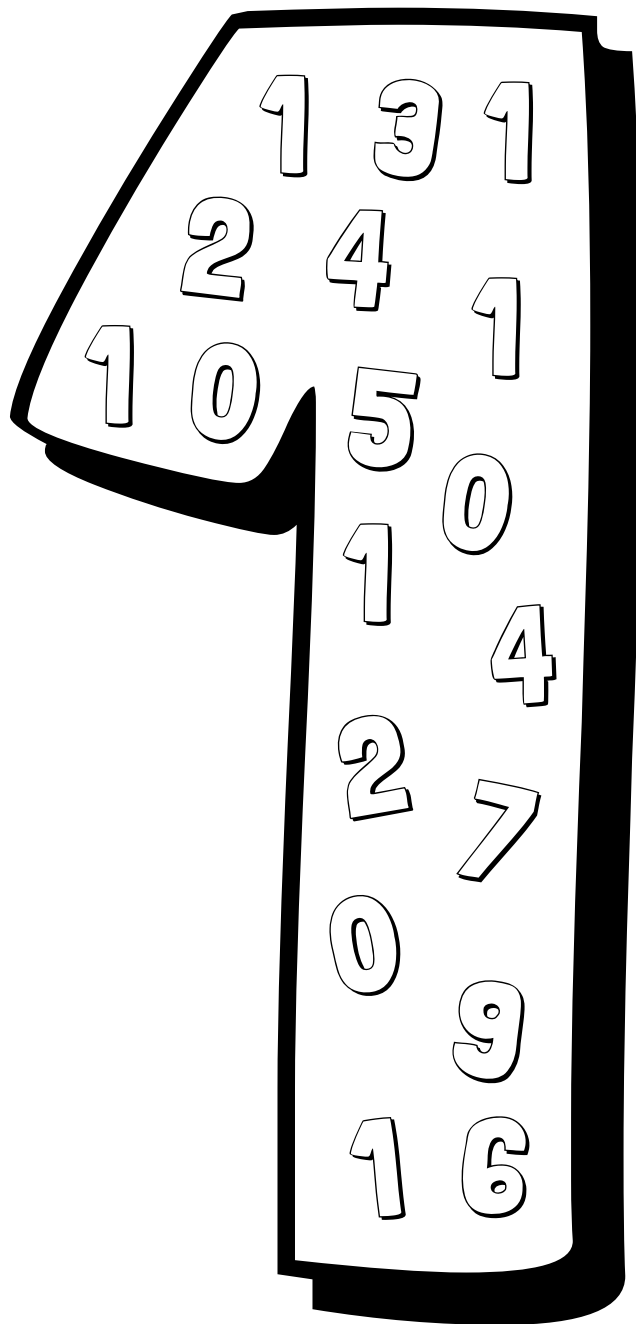
null

Findest du alle 0? Male sie aus.



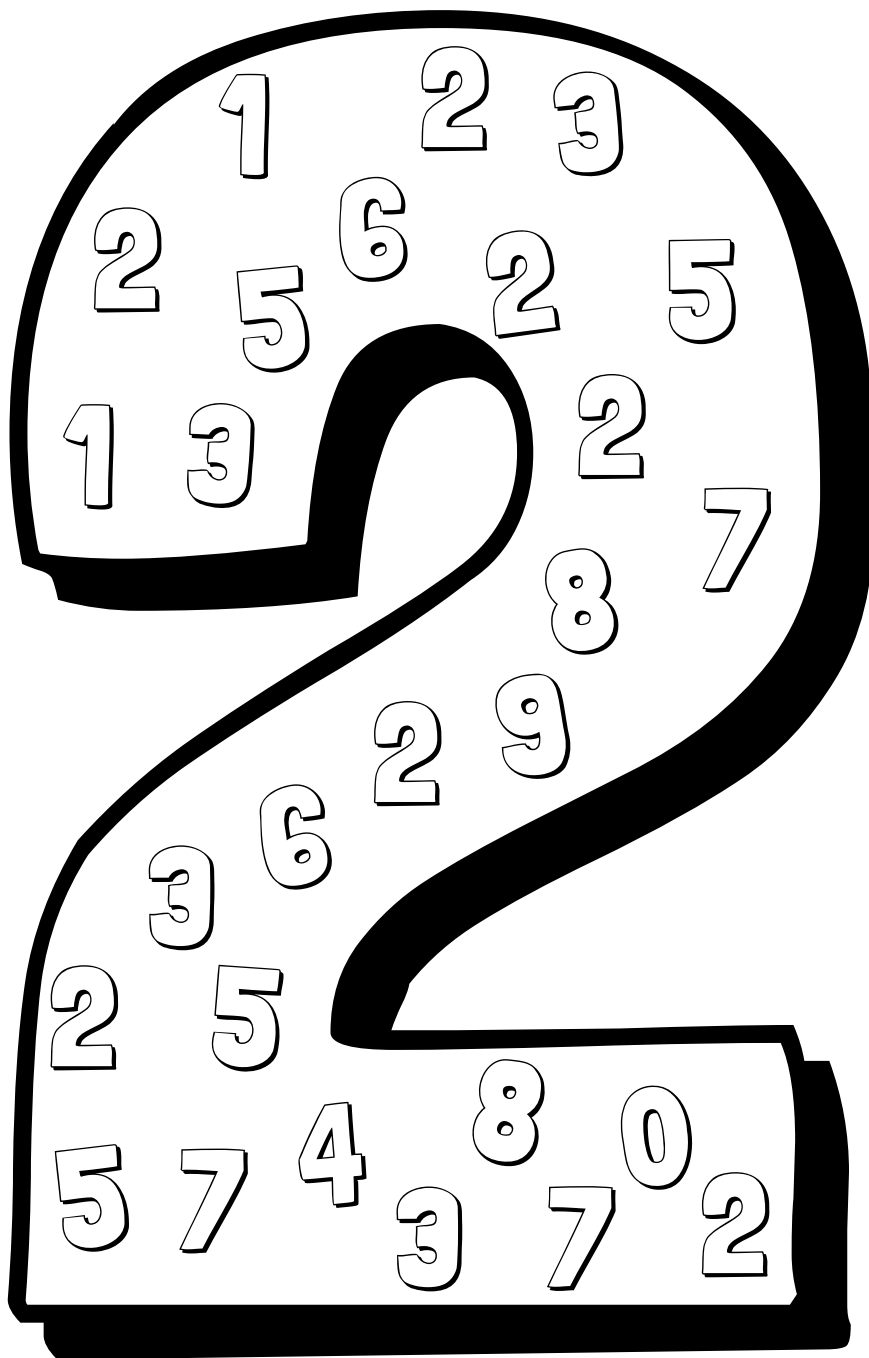
eins

Findest du alle 1? Male sie aus.



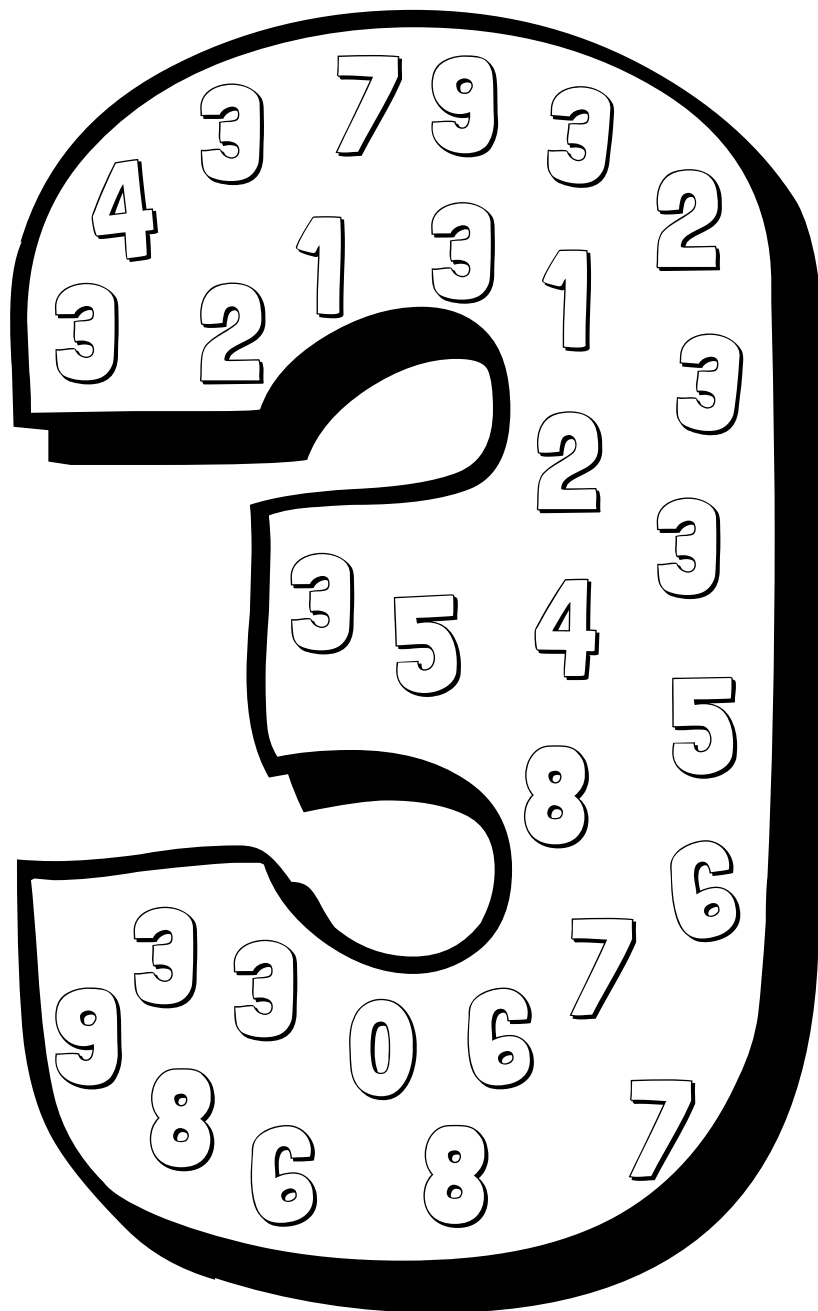
zwei

Findest du alle 2? Male sie aus.



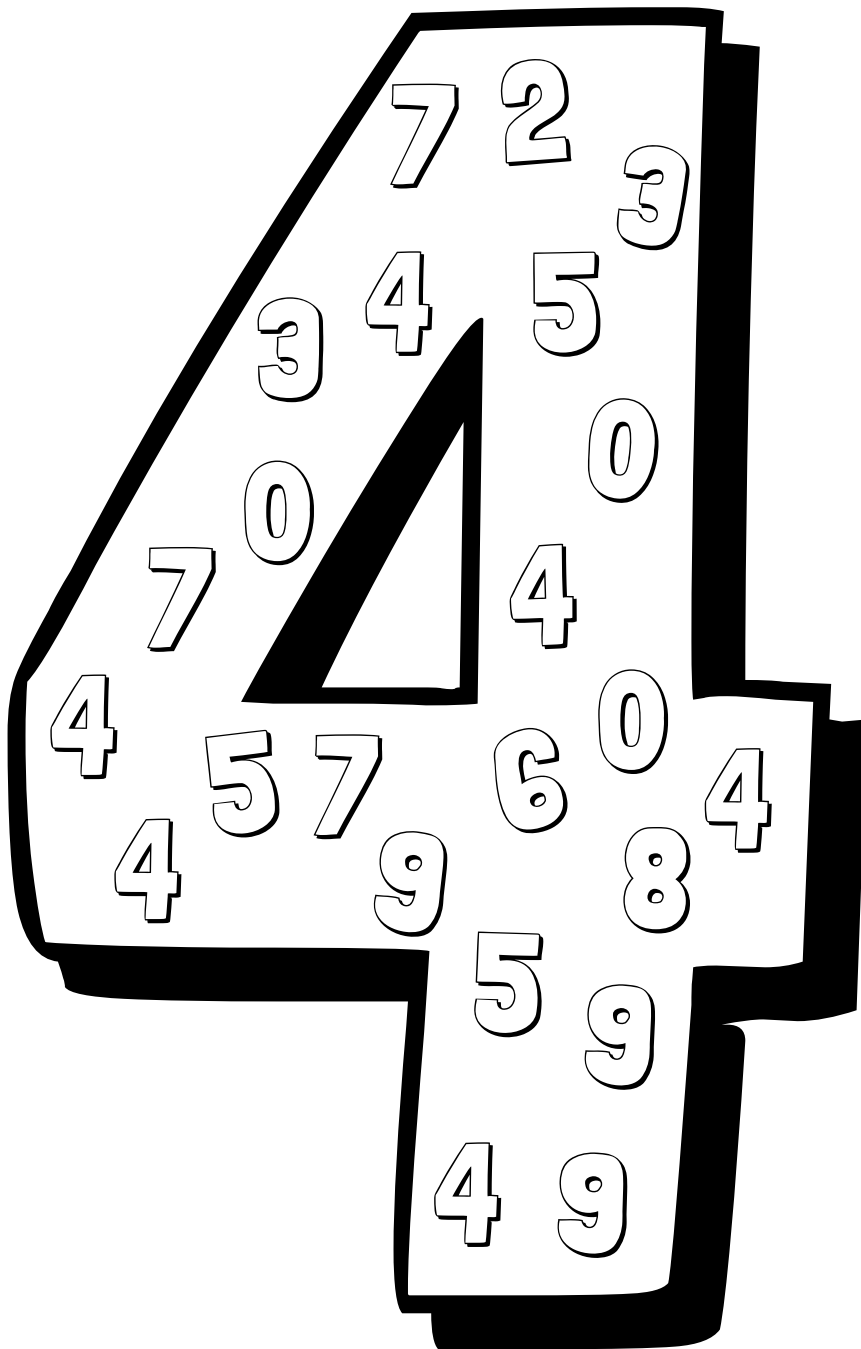
drei

Findest du alle 3? Male sie aus.



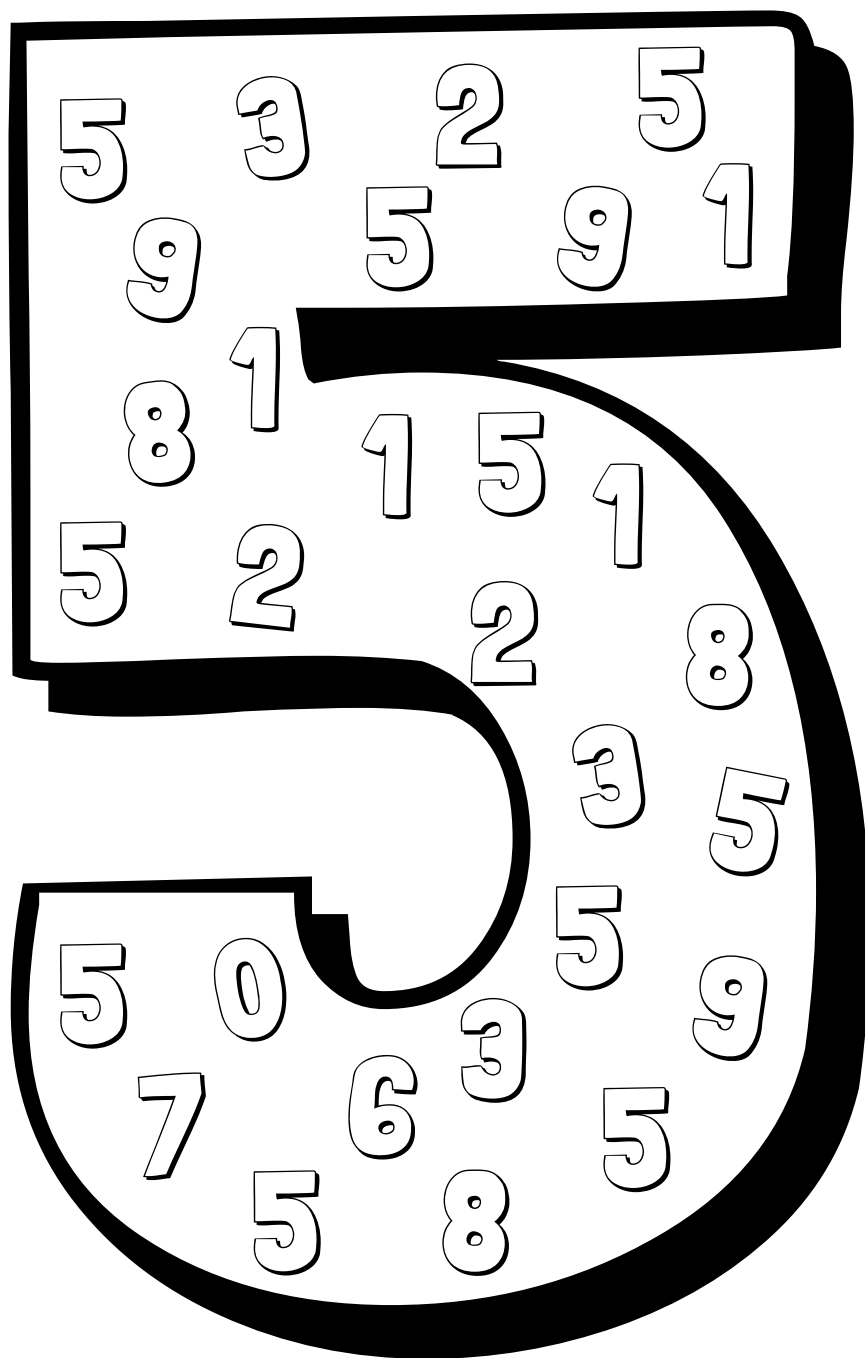
vier

Findest du alle 4? Male sie aus.



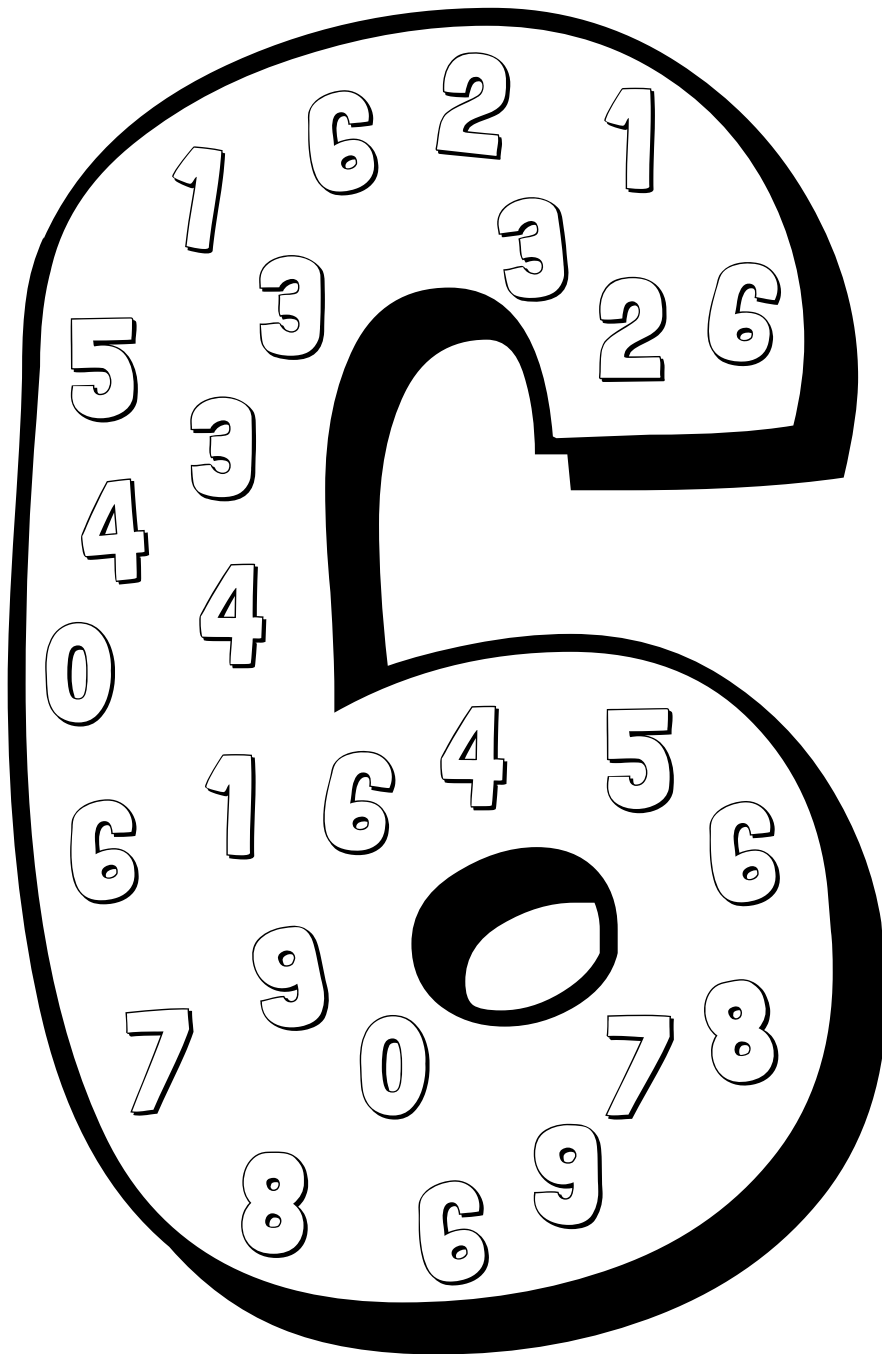
fünf

Findest du alle 5? Male sie aus.



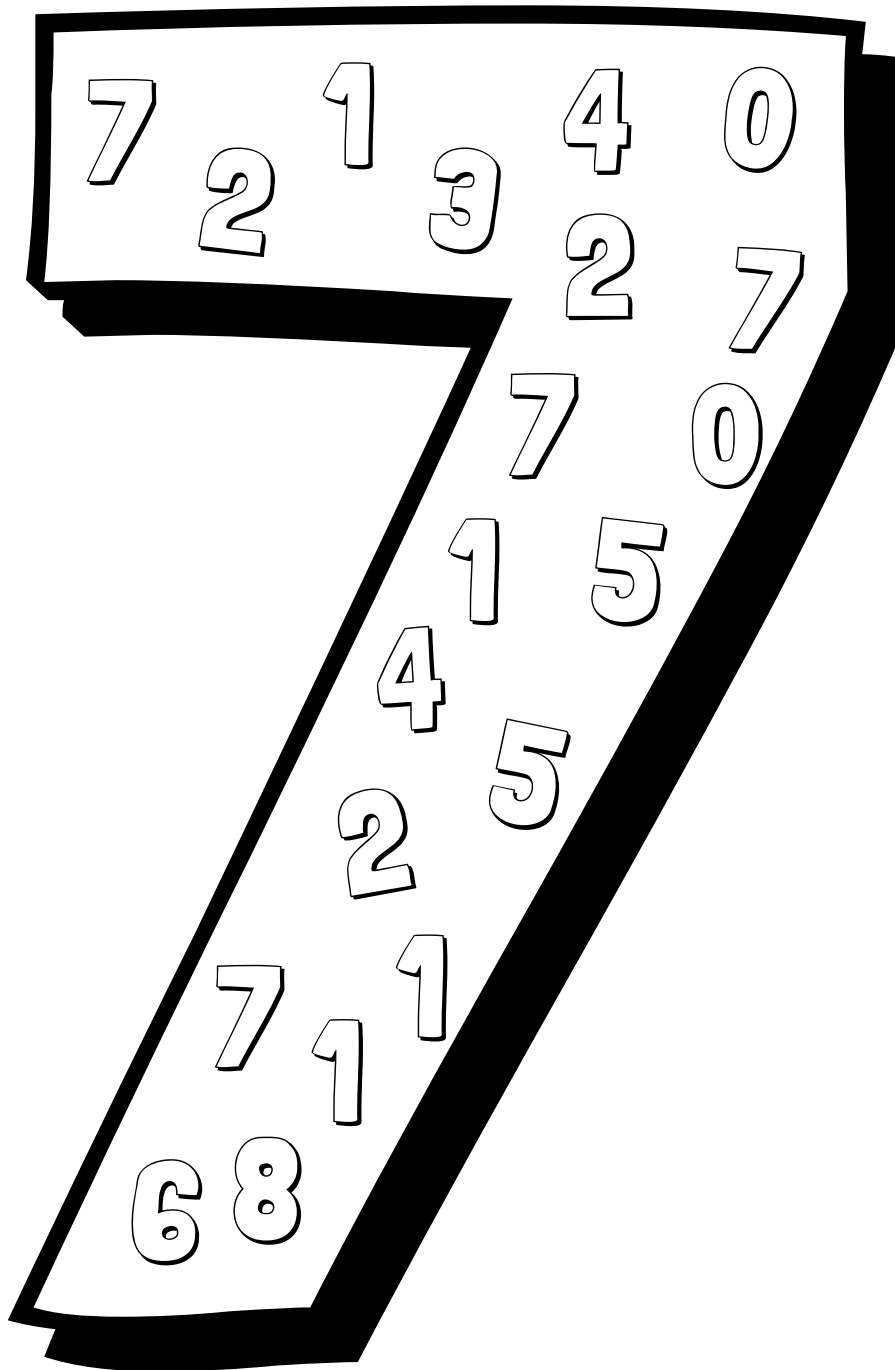
sechs

Findest du alle 6? Male sie aus.



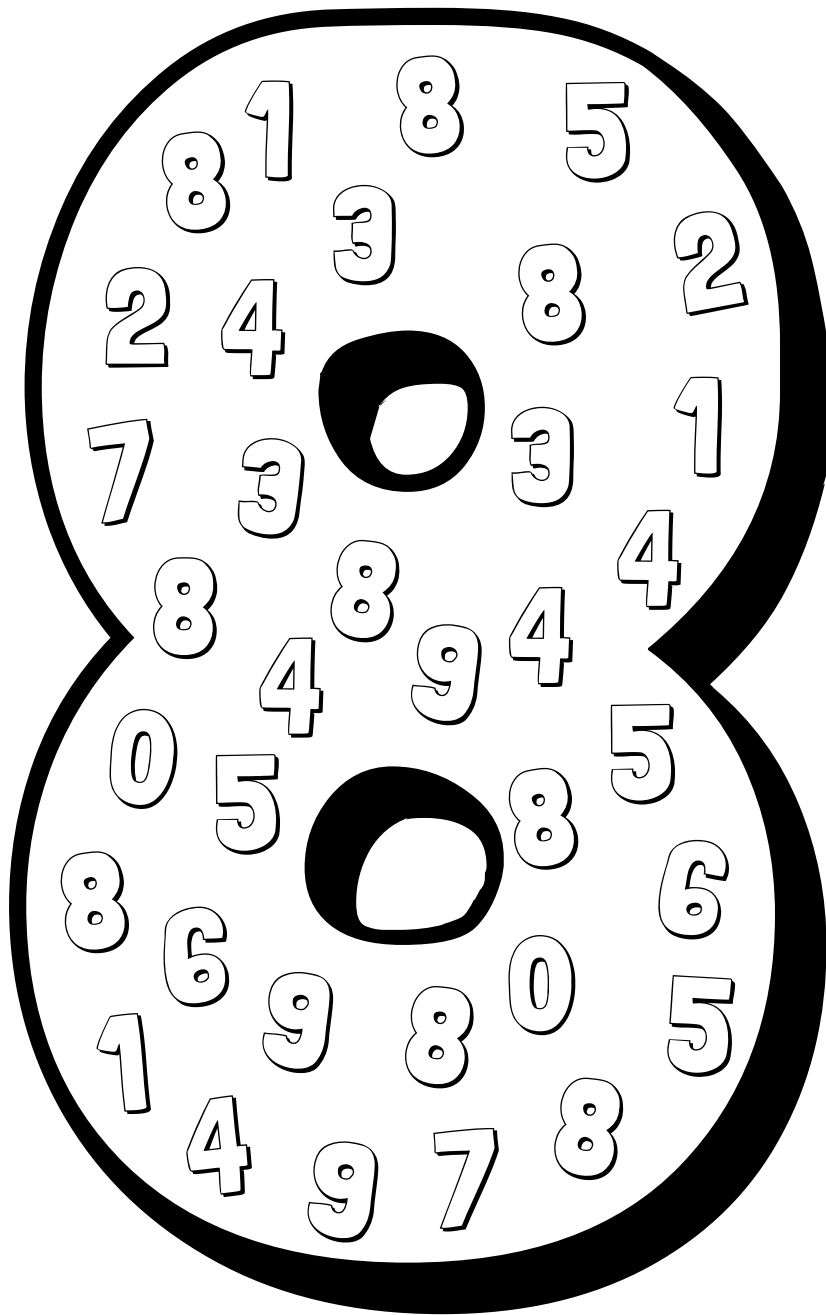
sieben

Findest du alle 7? Male sie aus.



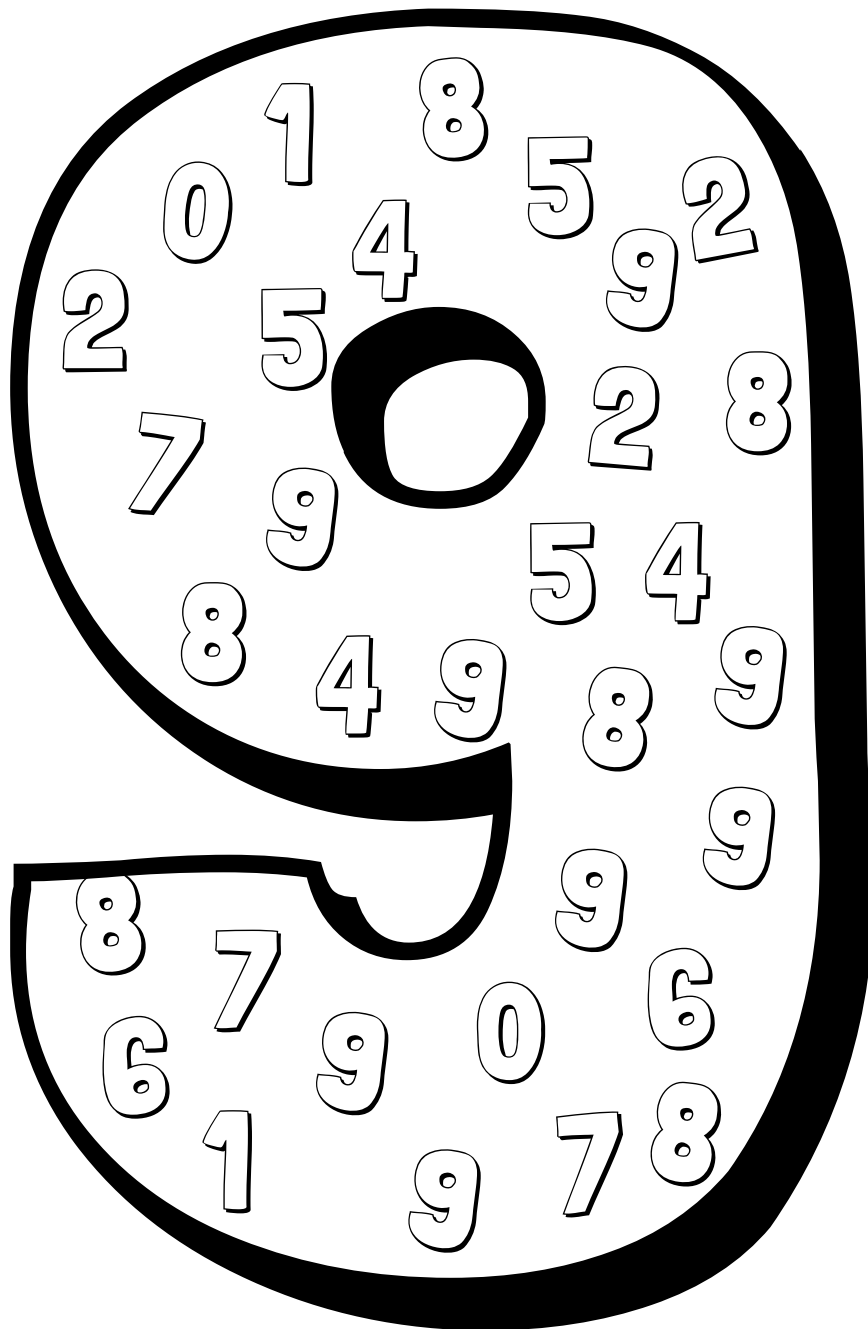
acht

Findest du alle 8? Male sie aus.



neun

Findest du alle 9? Male sie aus.



Kreative Upcycling-Ideen mit der TeeFee: Basteln mit Werbe-prospekten

In diesem Video nehmen wir Werbeprospekte und verwandeln sie in lehrreiche Bastelprojekte. Wir zeigen euch, wie ihr aus diesen Prospekten einen einfachen Einkaufszettel für kleinere Kinder und einen informativen Ernährungskreis gemäß den Empfehlungen der DGE für ältere Kinder erstellt.

Mit diesen Bastelideen können Kinder auf spielerische Weise lernen, was es bedeutet, gesunde Lebensmittel einzukaufen und wie eine ausgewogene Ernährung aussehen sollte.

So wird nicht nur die Kreativität angeregt, sondern auch Wissen über gesunde Ernährung vermittelt.

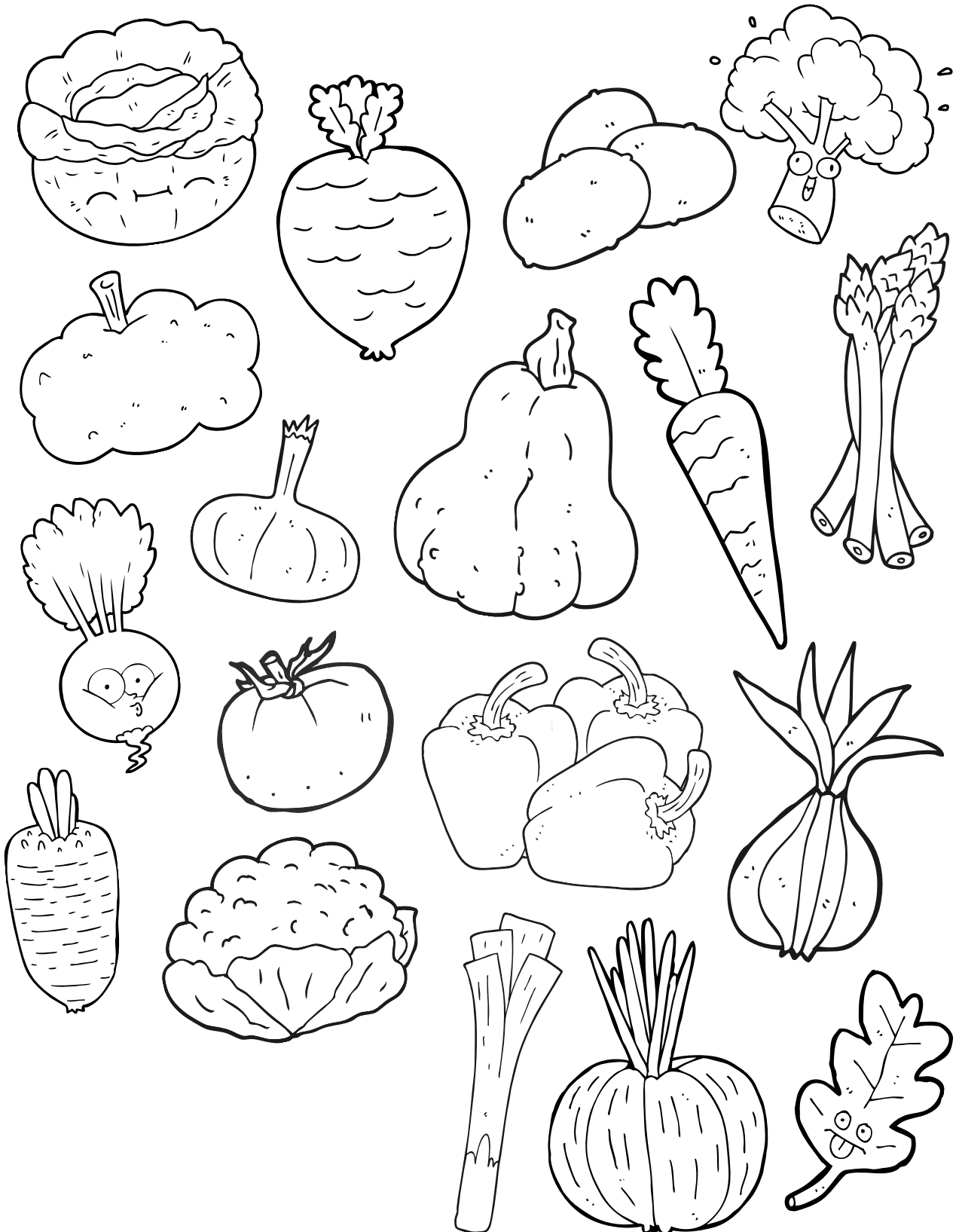
Holt euch die Werbeprospekte, Schere und Klebstoff und macht mit uns mit!



Scanne diesen Code ein und gelange zu unserem Bastelvideo, in dem Julia den Ernährungskreis mit euch bastelt.

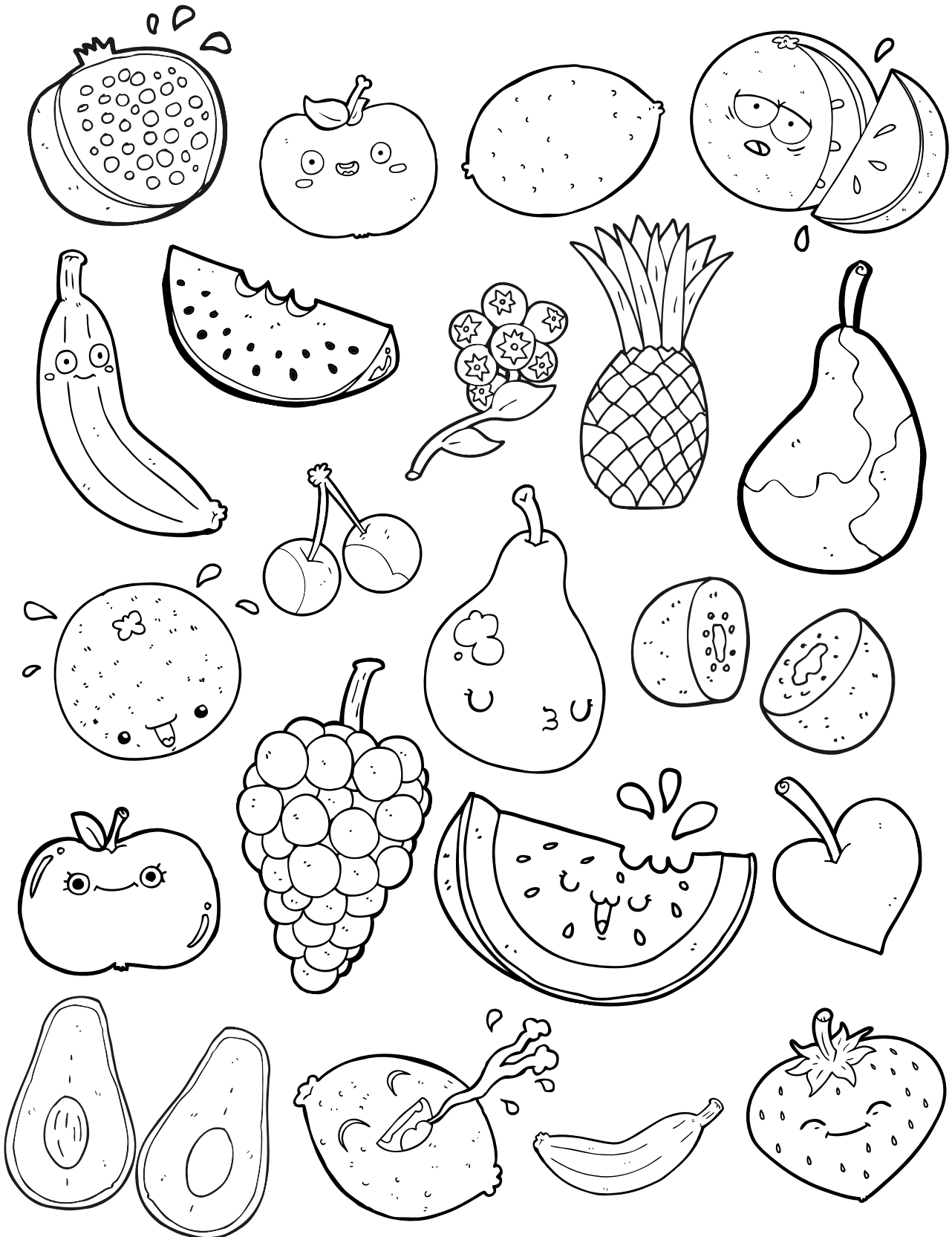
Gemüse

Male alles aus, was du gerne isst.



Obst

Male alles aus, was du gerne isst.



Oberteil

Wie sieht dein Lieblingsshirt aus?



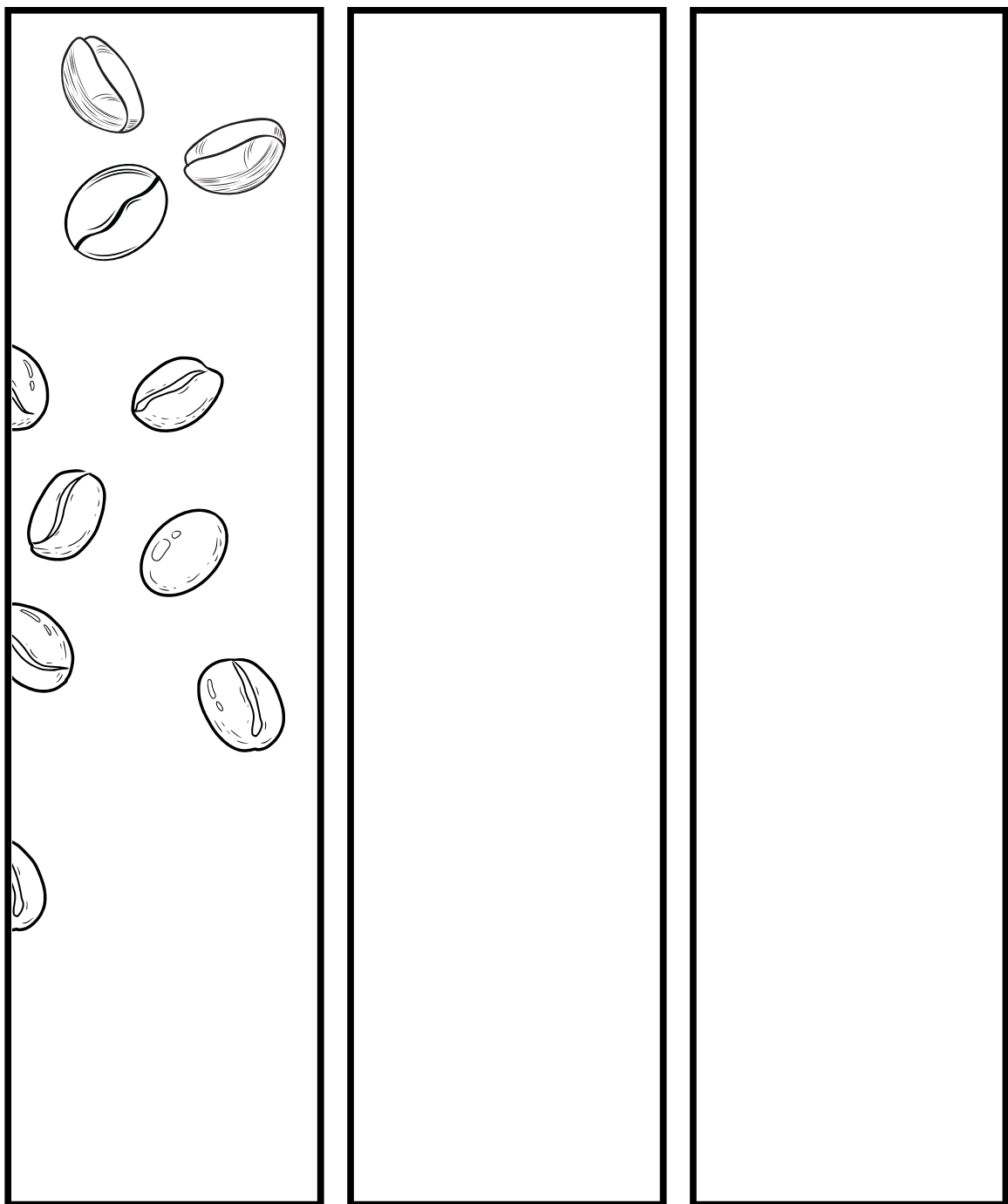
Zimmer

Male dein Traum-Kinderzimmer.



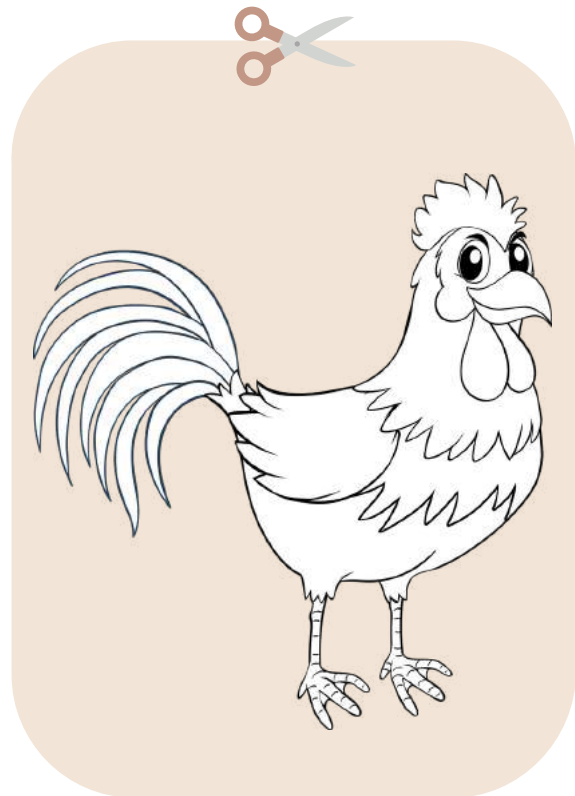
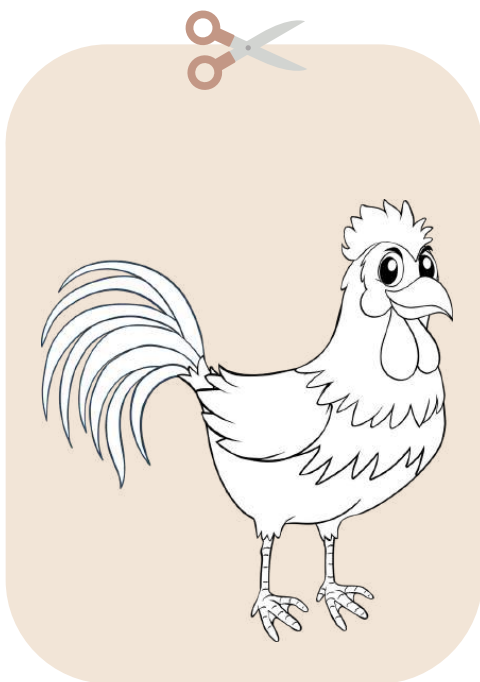
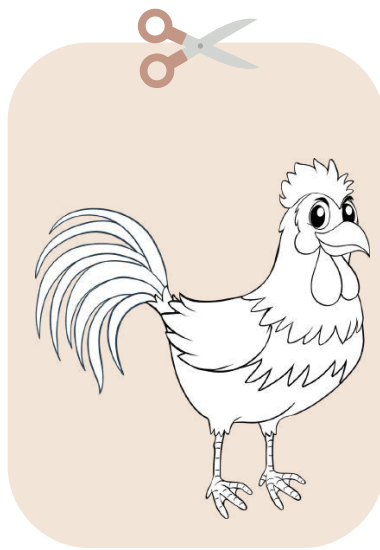
Lesezeichen

Male deinen Eltern ein
schönes Lesezeichen.



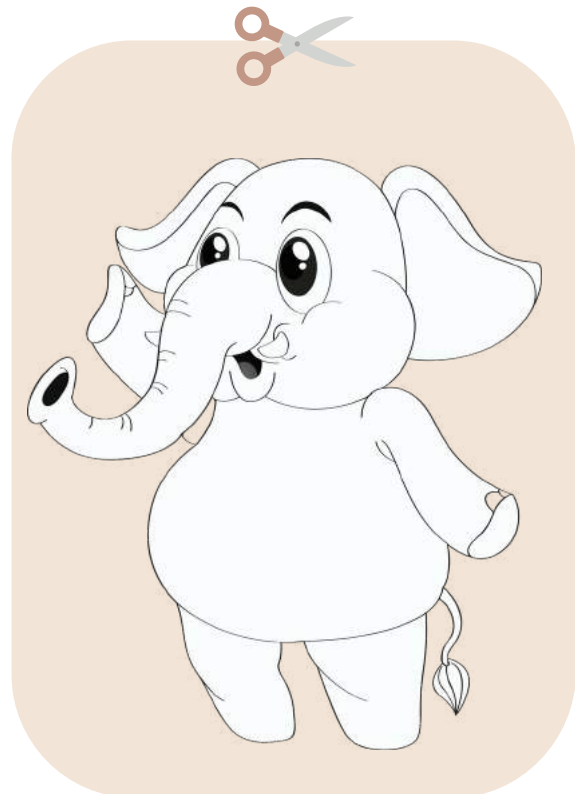
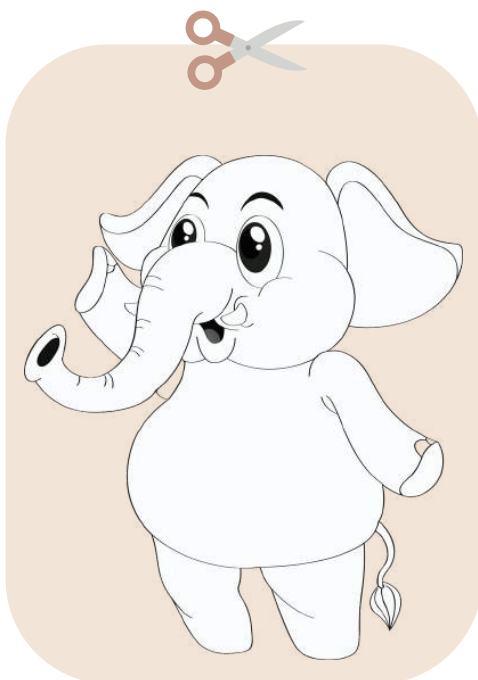
Klein nach gross

Ausmalen, ausschneiden und
nach Größe sortieren.



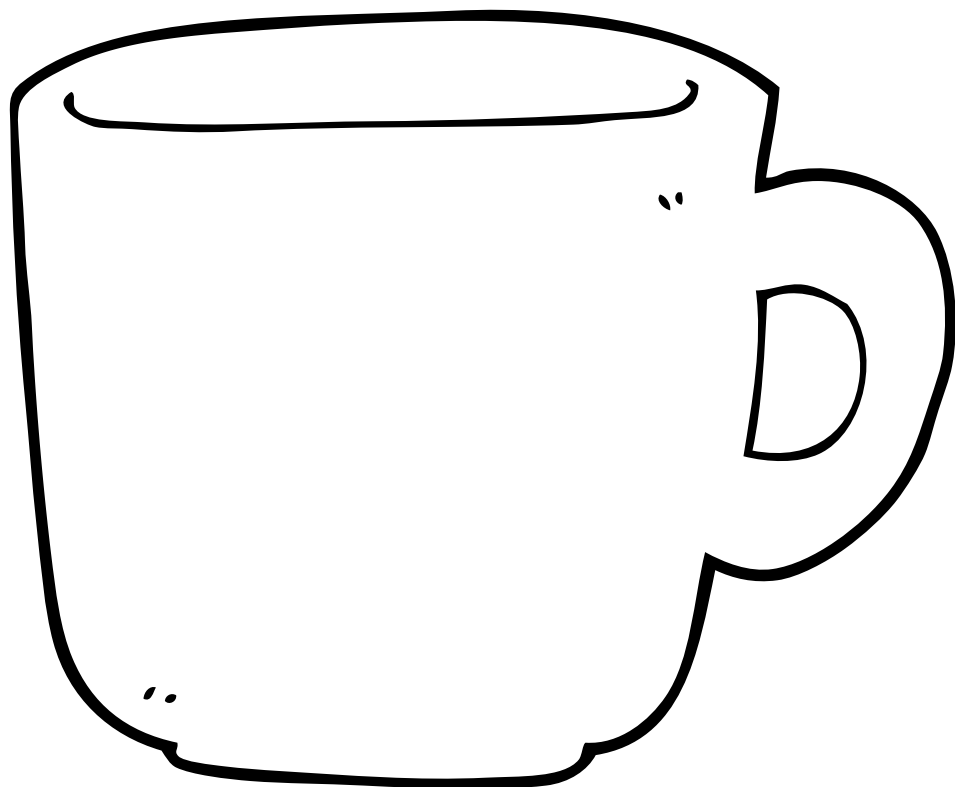
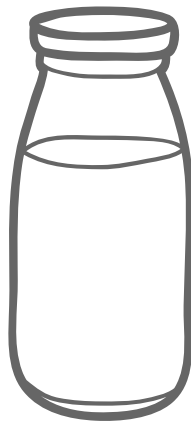
Gross nach klein

Ausmalen, ausschneiden und nach Größe sortieren.



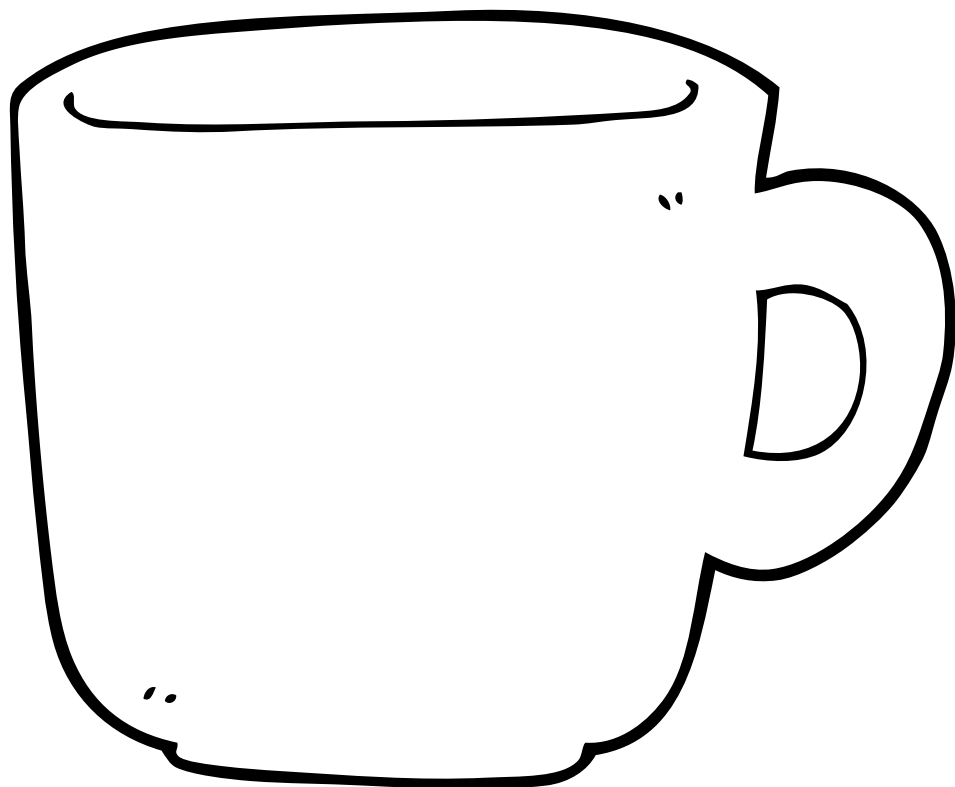
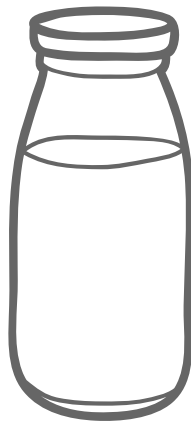
Mama's Kaffee

Wie trinkt Mama ihren
Kaffee am liebsten?

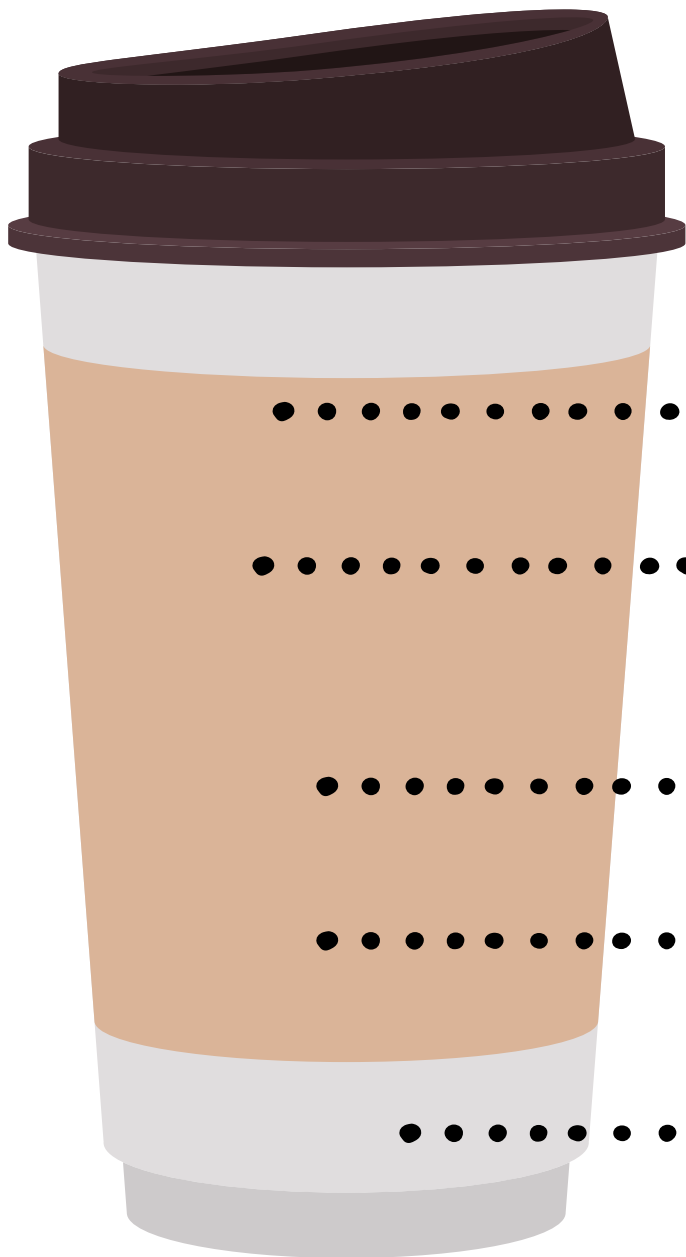


Papa's Kaffee

Wie trinkt Papa seinen
Kaffee am liebsten?



Ist Mama Fertig?



**Beginne mit deinem
Obst Mini-Heft**

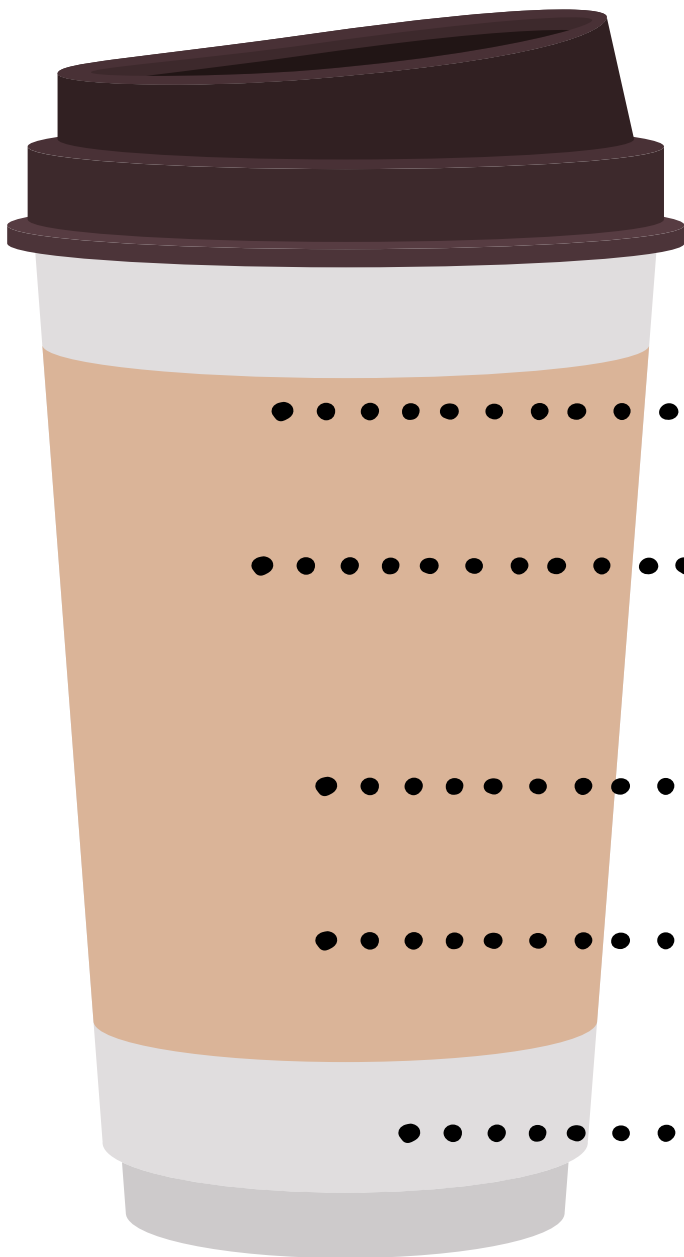
**Male mindestens ein
Mandala aus**

**Schon
nachgespurt?**

**Male noch eine
Kleinigkeit aus**

Mama ist fertig

Ist Papa Fertig?



**Beginne mit deinem
Obst Mini-Heft**

**Male mindestens ein
Mandala aus**

**Schon
nachgespurt?**

**Male noch eine
Kleinigkeit aus**

Papa ist fertig

A stylized illustration of a hand holding a teacup. The hand is pink with a red sleeve. The teacup is white with a brown interior. The background is a light beige color.

Herausgeber, Verantwortlich für den Inhalt & Kontakt:
**la marchante GmbH, Kaiserstraße 61, 60329 Frankfurt
am Main**

Nutzung von Motiven und Zusammenstellung:
**Die in dieser PDF verwendeten Motive wurden teilweise
von Canva.com bezogen und gemäß deren
Nutzungsbedingungen verwendet. Diese PDF wurde von
Julia von der TeeFee zusammengestellt.**

**Haftungsausschluss: Die Nutzung dieser PDF und ihrer
Inhalte erfolgt auf eigene Verantwortung. Bitte beachte,
dass die darin enthaltenen Bastel- und
Ausmalaktivitäten nur unter Aufsicht durchgeführt
werden sollten. Stelle sicher, dass dein Kind sicher mit
einer Schere umgehen kann, oder unterstütze es als
Elternteil. Das TeeFee Team übernimmt keine Haftung
für eventuelle Unfälle oder Schäden, die bei der Nutzung
dieser PDF auftreten können.**

Zertifizierte



Dieses Unternehmen
erfüllt hohe soziale und
ökologische Standards.

Corporation

TeeFee
Von Eltern für Kinder

www.tee-fee.de
@teefee_official