

## fit4future Kita: Kraft tanken in der Weihnachtszeit

Liebe Eltern,  
liebe Erzieher\*innen,  
liebe pädagogische Fachkräfte,

was für ein herausforderndes Jahr war 2020 ... Trotz vieler neuer Anforderungen und manchmal Ungewissheit – wir hoffen, dass Sie auch viele schöne Momente und wohltuende Gespräche hatten, an die Sie sich mit einem Lächeln erinnern können.

**Die Weihnachtstage sollen vor allem ein Ziel haben: Erholung.** Nutzen Sie als Erzieher\*in und pädagogische Fachkraft die Verschnaufpause, um Kraft zu tanken und das neue Jahr mit frischen Plänen und Elan zu starten. Genießen Sie auch als Familie die gemeinsame Zeit.



**Auch in der Weihnachtszeit erwartet Sie regelmäßig neue Inspiration im [Kita-Blog](#). Schauen Sie rein! Und nutzen Sie auch die Angebote im [Mitglieder-Bereich](#).**

### Lust auf Gaumenschmaus? Hier gibt's Tipps und Rezept-Ideen

Ob weihnachtliche Hauptgerichte, leckere Plätzchen oder Tipps fürs gemeinsame Kochen:  
>> [Hier finden Sie Inspiration](#)

### Zeit für sich und die Familie

Genießen Sie die Zeit mit Ihrer Familie – aber gönnen Sie sich auch Zeit für Sie selbst:  
>> [Mit unseren Entspannungs-Einheiten](#)  
>> [Mit den aufgezeichneten Morgenmeditationen](#)

Neben dem leckeren Essen und viel Zeit zu Hause brauchen Sie sportlichen Ausgleich?  
>> [Hier finden Sie Ideen für sportliche Aktivitäten mit der Familie](#)

### Stimmungstief? Hier kommt Hilfe!

Friede, Freude, Eierkuchen – schön wär's, aber Ihr Kind ist wütend?  
>> [Entdecken Sie hier Bastelideen, die helfen, mit der kindlichen Wut umzugehen](#)

Wir wünschen Ihnen besinnliche Weihnachtsfeiertage und einen gesunden Start ins neue Jahr 2021!

Herzliche Grüße  
Ihr fit4future-Team