

## Mit Haltung und Herz – Inklusion als gelebte Verantwortung

### 8. Warum Warten so wichtig und Langeweile gesund ist

#### Beschreibung

Fortführung der in 2025 begonnenen Reihe mit Johanne Meiners

#### Inhalte

In der Fortbildung werden wir uns mit den Themen „Impulskontrolle“, „Frustrationstoleranz“ und „eigene Bedürfnisse aufschieben“ beschäftigen und die eigene Einstellung zum Thema Ungeduld unter die Lupe nehmen.

#### Ziele

- Spielerische Ideen rund um das Thema „Warten“ sammeln (das kleine 1 mal 1 in Sachen Ungeduld)
- Emotionsregulationsübungen to go für Groß und Klein
- Die Fortbildung soll Wartezeiten und Langeweile attraktiver machen und Ideen für den Alltag entwickeln – Ein Yippie auf die aufgezwungenen Pausen, denn diese machen uns schlau.

#### Zielgruppe

Pädagogische Mitarbeitende aus Kindertageseinrichtungen der Stadt Nürnberg, die ab September 2025 inklusiv weiterentwickelt werden

#### Termin und Ort

Dienstag, 8. Dezember 2026, 15 - 17 Uhr

Die Veranstaltung findet digital statt.

#### Vorläufige Plätze

30

#### Format

Fortbildung, Präsenz, 2 Stunden

#### Referent/-in

Johanne Meiners, Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin  
Verhaltenstherapie, Sonderpädagogin (M.A.)

#### Kosten

35,00 Euro  
Kostenregelung siehe Wegweiser

#### Organisation

Fachstelle PEF:SB, Telefon 09 11 / 2 31-8 99 70

#### Anmeldeschluss

Dienstag, 27. Oktober 2026