



Tina M. Ossege / Doris Hammerschmidt

## **30 Entspannungsgeschichten in einfacher Sprache (Hörbuch)**

Audio-CD, ca. 75 min. Sprecherinnen: Tina M. Ossege, Doris Hammerschmidt

1. Auflage 2016. Audio-CD. Ca. 75 Min.  
(unverbindl. Preisempf.)

(978-3-497-02605-0) CD

€ [D] 16,90 / € [A] 17,40 fPr.

(alle Preise inkl. gesetzlicher MwSt.)

- [Kurztext](#)
- [Autoreninfo](#)

---

### **Kurztext**

#### **Entspannung für besondere Menschen**

Spannungen, Stress, Konflikte in der Familie oder in der Wohngruppe – Menschen mit geistiger Beeinträchtigung geht es wie allen anderen: Das Leben ist manchmal ganz schön anstrengend. Mit den Entspannungsgeschichten in einfacher Sprache zum Vorlesen oder Anhören können alle Beteiligten „Dampf aus dem Kessel“ nehmen. Positive Kindheitserlebnisse, der Lauf der Jahreszeiten oder Beschreibungen von schönen Plätzen auf der Welt - die Entspannungsgeschichten in einfacher Sprache aktivieren Selbstheilungskräfte, fördern Resilienz und ermöglichen, eigene Ressourcen zu entdecken und positiv zu nutzen.

Das Buch bietet zu jeder Geschichte Anregungen und Aktivierungsideen für die pädagogische Arbeit in Gruppen. Die Entspannungsgeschichten in einfacher Sprache finden sich auch auf der Audio-CD zum Anhören.

#### **Autoreninformation**

**Tina Marein Ossege**, Sozialarbeiterin und Erzieherin, arbeitet seit 2003 für die Lebenshilfe München mit Menschen mit geistiger Beeinträchtigung. Einer ihrer Schwerpunkte ist die Entwicklung und Durchführung von

Entspannungskursen für die von mir Begleiteten Menschen.

**Doris Hammerschmidt** ist Rundfunkjournalistin und Mitinhaberin der Audio- und Videoproduktions-Agentur tonjuwelen in Ottobrunn.

## Das könnte Sie auch interessieren



Ossege, Tina M. / Hammerschmidt, Doris  
**Fantasiegeschichten für Menschen mit geistiger Beeinträchtigung** (2019)



Ossege, Tina M. / Hammerschmidt, Doris  
**Alltagsgeschichten für Menschen mit geistiger Beeinträchtigung** (2019)

•



