



Stefanie Schindler

Mikroabenteuer mit Kindern

Tolle Familien-Auszeiten an der frischen Luft,
die zusammenschweißen

216 Seiten
14,5 x 21,5 cm, Softcover
ISBN 978-3-8426-1672-1
€ 18,00 [D] / € 18,50 [A]

Erscheinungstermin: 02.03.2022

- **Von der Macherin des erfolgreichen Blogs „a daily travel mate“ mit mehreren 10.000 Leserinnen und Lesern pro Monat**
- **Die besten Abenteuer für Kinder in der Natur, in der Stadt und vor der eigenen Haustür – von „mal schnell zwischendurch“ bis „für ein Wochenende“**
- **Optimal für Kinder von 2 bis 10 Jahren**
- **Enthält Interviews mit Christo Förster, Kathrin Heckmann sowie Jana und Patrick Heck**

Als Familie Abenteuer in der Natur erleben

Im Wald in der Hängematte schaukeln, einen Staudamm bauen, draußen kochen oder den höchsten Gipfel (der Stadt) erklimmen – das Herzstück dieses Ratgebers bilden 55 Mikroabenteuer, mit denen Familien unbeschwerte Stunden an der frischen Luft verbringen können. Bloggerin Stefanie Schindler nennt gute Gründe für Mikroabenteuer, zeigt, wie Familien im Alltag Zeit dafür finden und Stubenhocker motiviert werden können. Außerdem gibt sie viele erprobte Tipps für den leichten Abenteuer-Einstieg – von der richtigen Ausrüstung über Kinder- und Gepäcktransport bis hin zur Notfall-Apotheke.

Aus dem Inhalt:

- Die Idee der Mikroabenteuer
- Lebensqualität für Familien
- Zeit für Abenteuer finden
- Ausreden-Check für Eltern
- Fehler unterwegs vermeiden
- Ausrüstung für Mikroabenteuer
- Die Notfall-Apotheke
- Kinder- & Gepäcktransport
- Mikroabenteuer-Ideen: Für Kinder ab 2, 3, 4 und 5 Jahren

Die Autorin

Stefanie Schindler ist die Macherin von „a daily travel mate“, dem Reise- und Outdoorblog für Familien. Dort gibt sie monatlich mehreren 10.000 Eltern Tipps und Inspirationen zum Draußensein mit Kindern. Sie hat zwei Kinder im Alter von 2 und 5 Jahren, mit denen sie in der Natur im bayerischen Alpenvorland, rund um ihre Wahlheimat Rosenheim, unterwegs ist und dort Berge besteigt, die Mittagsruhe der Kids in den Wald verlegt oder gemeinsame Zeit am See verbringt.

