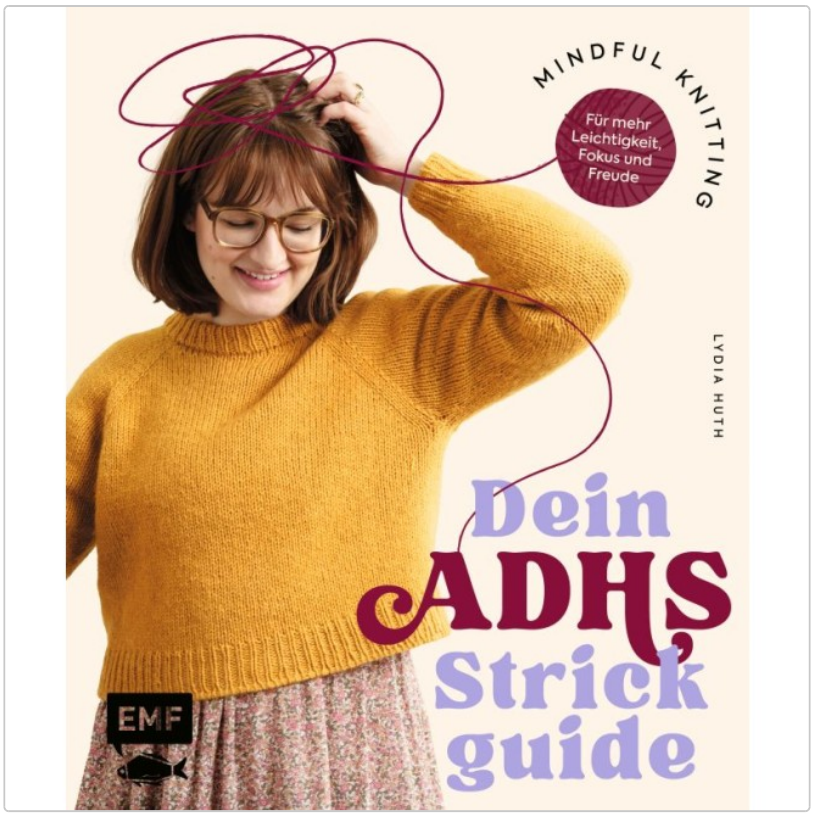
Produktinformation

Mindful Knitting - Dein ADHS-Strickguide 1 St.

Art-Nr.: 166-0593365-000000 / GTIN: 9783745933659 / Marke: EMF



Herstellerartikelnummer (MPN):	593365
Verkaufseinheit:	1 St.

Das Chaos im Kopf beruhigen

Viele wünschen sich ein Hobby, das entspannt, den Kopf sortiert und gleichzeitig kreativ ist. Stricken stellt hier eine großartige Möglichkeit dar, die Gedanken zu beruhigen und den Alltag positiv zu bereichern. Zahlreiche Studien zeigen: Menschen mit ADHS und neurodivergente Personen profitieren besonders von diesem entschleunigenden Hobby. Für sie und alle, die sich leicht ablenken lassen, bietet dieses Buch einen unkomplizierten Einstieg ins Stricken. So gelingt es, dranzubleiben und Strickerfolge zu feiern.

- Alltagsnahe Lösungen für typische Herausforderungen: Motivationstiefs, Chaos im Material, verloren gegangene Anleitungen, fehlender Überblick und wie du all das in den Griff bekommst

Produktinformation

- 12 Projekte, die abwechslungsreich, kurzweilig und so strukturiert sind, dass Dranbleiben kein Problem mehr ist – Cardigan, Pullover, Shirt, Stirnband, Schal und Co.
- Aufgelockertes Layout mit Bildern, Icons, Farben und klaren Leitsystemen, die Orientierung und Dopamin geben

Stricken darf entspannend sein – und es darf leicht sein. Also greif zu den Nadeln, such dir dein Lieblingsgarn und starte ein Strickabenteuer, das zu dir passt.