

Kinderbuch ab 6 Jahre

# PUFFEL

## UND PAULINE BESIEGEN IHRE ÄNGSTE

Selbstbewusstseinstraining gegen Kinderängste



von Elena Grumann  
Illustrationen von Anne Rikta Grobe

Ein herzliches Dankeschön an die Menschen, die bei der Entstehung des Buches mitgeholfen haben. Ganz besonders gilt dies für meine Familie, Anne Grobe und Carolin Felix.





## **Elena Grumann**

ist Stressmanagementtrainerin,  
Entspannungspädagogin, psychologische  
Beraterin sowie Betreuungskraft in  
Altenheimen.

Sie arbeitet in eigener Praxis in Warmсен.

[www.entspannungs-kurse.com](http://www.entspannungs-kurse.com)



**Anne Rikta Grobe**

ist Illustratorin und Grafikerin und arbeitet in ihrem Atelier bei Hannover.