

# Cappuccino am Nachmittag

Allein oder mit Kind



Pflegeschätzte

**Schlagworte:** Selbstfürsorge ▪ Entspannung ▪ Alltagsstrategie

## Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, wie er sich im Alltag  
schöne Momente schafft.

## Der Pflegeschatz

Der Elternteil trinkt gern am Nachmittag ei-  
nen Cappuccino. Manchmal allein, manch-  
mal zusammen mit dem Kind. Das Kind be-  
kommt dann einen Kindercappuccino (war-  
mer Milchschaum).



© Bild: Pflegeschätzte 2025 – Klara Schwibbert

## Nutzenbeschreibung

Der Elternteil genießt den Cappuccino und tut  
sich im Alltag etwas Gutes,