KEB Katholische Erwachsenenbildung Rottal-INN-Salzach e.V.

Kraft-Tankstelle für Mamas

Workshop

Sa 15.11.2025, 9.30 - 14.30 Uhr

Kennst du das?
Du gibst jeden Tag dein Bestes. Du organisierst, tröstest, kochst, planst, denkst an alles - und manchmal bleibst du selbst dabei auf der Strecke. Vielleicht spürst du schon, dass deine Energie schwindet, dass du schneller gereizt bist oder dir einfach alles zu viel wird.

Dann ist dieser Tag genau für dich!

An diesem Tag darfst du das Tempo rausnehmen! Einmal nicht funktionieren müssen, sondern einfach nur du selbst sein.
Du darfst tief durchatmen, neue Kraft schöpfen, dich wieder spüren und dir selbst ein Stückchen näher kommen - mit mehr Klarheit, neuer Energie und Lebensfreude.
In meinen Räumen ist Platz für alles was du fühlst - sicher, gehalten und ohne Angst vor Bewertung oder Ablehnung.
Du wirst an diesem Tag lernen, deine eigenen Grenzen liebevoll wahrzunehmen und zu achten - ganz ohne schlechtes Gewissen. Denn wahre Stärke zeigt sich darin, dass du deine Grenzen kennst und gut für dich sorgst.
In einer liebevollen Gemeinschaft aus Mamas wirst du erleben, wie bereichernd und wohltuend es ist, gemeinsam zu sein und sich gegenseitig zu stärken.

Dieser Tag gehört dir - zum Auftanken, Fühlen, Sein! Damit du gestärkt und voller Kraft wieder für deine Liebsten da sein kannst.

weitere Infos, Angebote und Termine unter:
www.biburger-hebammenpraxis.de

Ort
Biburger Stadl, Biburg 2, 84558 Kirchweidach

Referentin
Irene Krapf

Kosten
99€

Anmeldung
coaching@nicole-schuhbaeck.de oder
0172/6866618

mehr Infos & Anmeldung

VÖ: 2025-10-22 14:17:57