

Anmeldung
per Mail an:
kontakt@carolinseiler.de
10 Plätze

MÜTTER IN VERBINDUNG ankommen, auftanken, sich gut fühlen

Dienstags 10-11.30 Uhr
Wechselzeiten_Rundum Praxis Karlsruhe Oststadt
Für Mütter mit/ ohne Baby und für Schwangere

5 Termine
98,-

Im Kurs findest du ehrlichen Austausch übers
echte Mama-Leben: was trägt, was stresst, was hilft?
Mit kleinen Impulsen, viel Verständnis und einer Prise Humor
kommst du in Verbindung zu anderen, dir selbst und deinem Kind.

21.04.2026 Wir lernen uns kennen_

Wo stehe ich gerade? Was tut mir gut?
Wie möchte ich Mama sein – auf meine Art?

28.04.2026 Mini-Pausen, die dir wirklich helfen

Bedürfnisse spüren - auch jenseits von Schlaf/Essen/Hygiene.
Wie kann ich mich im Alltag *mitdenken* und *mitfühlen*?

05.05.2026 Wir als Team: Paar & Eltern sein

Was brauchst du und was brauche ich, dass Verbindung zueinander
möglich ist? Was stärkt und trägt uns?

12.05.2026 Den Alltag leichter machen

Aufgaben, Verantwortung, Mental Load:
Was darf einfacher werden? Was hilft beim „fair verteilen“?

19.05.2026 Voller Inspiration

Wir packen deine Wickeltasche voll mit Inspiration und mit allem,
was du gerade brauchst! Glitzer, Leichtigkeit, tollen Mamas,...

zeit für dialog
neue perspektiven
mehr selbstsicherheit
dich.