

MARINA REISS & JULIA BECKER LADEN DICH EIN:



LEICHT UND LIEBEVOLL. DEINE AUSZEIT.

Pause vom Mama-Alltag

Manchmal braucht es einfach einen Moment zum **Durchatmen**.

Einen Raum, in dem du **nichts leisten** musst.
Einen Ort, an dem du einfach **sein** darfst.

In diesem 3-stündigen Workshop laden wir dich ein,
genau das zu erleben:

- Zeit nur für dich
- Gemeinschaft mit wundervollen Mamas in einem vertrauensvollen Raum
- Erhalte liebevolle Impulse für deinen Alltag
- Entdecke Ressourcen, die dich stärken und tragen
- Tanke neue Kraft für dich und deinen Familienalltag

Gemeinsam schaffen wir ein Gefühl von Verbindung – getragen, gesehen und verstanden.
Du gehst gestärkt, leichter und mit neuer Energie zurück in deinen Mama-Alltag.

Du bist willkommen - genau so wie du bist!

Julia & Marina

WORKSHOP IM FAMILIENZENTRUM KITA WOLFSBURG

**Samstag, 09.05.2026,
10:00 - 13:00 Uhr**

Melde dich an unter:

info@wolfsburg.kitas.stadt-bornheim.de