

WORKSHOP

„Mama sein, ich bleiben“

Innere Stärke und Selbstfürsorge im Familienalltag

In diesem Workshop lernst du, mentale Klarheit zu gewinnen, liebevoll Grenzen zu setzen und wieder zu spüren, was dir wirklich guttut.

Du entdeckst Wege, deinen Alltag so zu gestalten, dass er zu dir passt – kraftvoll, authentisch und im Einklang mit deinen Bedürfnissen.

Leitung: Sabina Haselböck,

Dipl. Mentaltrainerin

Samstag, 11.04.2026,

09.00 – 12.00 Uhr

**Kosten: € 4,- pro Elternteil/Elternpaar,
auch Elternbildungsgutscheine!**

SchEz
Schul- und Erziehungszentrum

Infos und Anmeldung

07258/4612 oder Mail: info@ekiz-domino.at