

WORKSHOP-RETREAT AM STARNBERGER SEE

Wie Muttersein dein Leben verändert

*... und du dich selbst
darin wiederfindest*



Ein Kind zu bekommen verändert alles.
Das merkst du jeden Tag.

*Doch was genau passiert da mit und in dir?
Und was macht das mit dir als Frau?*

Genau darum geht es im Workshop-Retreat
in St. Heinrich am Sonntag, 19. Juli.



Ein Vormittag für dich.

Um die große Transformation des
Mutterwerdens zu REFLEKTIEREN.

Dich ehrlich mit anderen Frauen
AUSZUTAUSCHEN.

Und wieder etwas mehr bei dir
ANZUKOMMEN.

Mit kleinen Achtsamkeitsübungen
und einer Pause am Seeufer.





Darum geht es im Workshop-Retreat:

- Was passiert in den ersten Jahren als Mutter in dir – in deinem *Körper*, *Gehirn* und deiner *Psyche*?
- Wie verändert das Muttersein dein *Selbstbild* und deine *Identität*?
- Warum ist der Umbruch für unsere Generation besonders intensiv - und wie kommst du gut durch diese *Transformationsphase*?

Und:

Wie kannst du als Mutter UND Frau ein Leben führen, das sich wirklich nach *dir* anfühlt?

Wann: Sonntag, 19. Juli 2026,
10:00 - 14:00 Uhr

Wo: Seminarraum OBACHT in
St. Heinrich am Starnberger See

Für wen: Mütter in den ersten 3 Jahren
nach der Geburt

Teilnahmegebühr: 59 €

Mit Corinna Siebrandt
Psychologische Beraterin & Coach |
Expertin für Identitätsentwicklung
in der Mutterschaft

Anmeldung per Email an:
hallo@corinnasiebrandt.de

Mit
Corinna
Siebrandt

