



Familienzentrum in  
der  
Kindertagesstätte  
Hebberg

## Einladung zum Mütter-Seminar

„Mama, du musst nicht alles schaffen“

**\*27.10.2025**

\*16.00 Uhr (Dauer: 2-2,5 Std)

\* Stadtteil Café des effzett Kita Hebberg

\* Referentin Corinne Salpingidis

„Mal ehrlich, wir rennen, wir organisieren, wir jonglieren-aber wer kümmert sich eigentlich um uns?“

**Und darum geht es an diesem Nachmittag-**

\*Mental Load/ wenn der Kopf nicht still steht

\*Fremdbestimmung/ wenn andere den Takt vorgeben

\*Das Mutterideal/wer bestimmt eigentlich was richtig ist?

\*Perfektionismus/wenn wir uns selbst im Weg stehen

\*Identitätsverlust/wer bin ich eigentlich noch außer Mama ?

**Kinderbetreuung? Ja haben wir**, während der Veranstaltung durch eine Fachkraft unseres Hauses 😊

Anmeldung unter: 02351/40464

Wir freuen uns auf Sie

Das Team des effzett Kita Hebberg