



Veronika Sommer  
Coaching und Kurse für Mütter

# Entspannter leben Workshops für Eltern mit Kind & Kegel jetzt auch online!

Das Leben in einer Familie macht Spaß – manchmal zumindest. Oft aber hinken wir als Eltern unseren Erwartungen hinterher, sind in Zeitnot und wünschen uns mehr Freiheiten.

Im Workshop erhältst du vielfältige und leicht umsetzbare Impulse, um Strukturen zu erkennen und Veränderungen Schritt für Schritt anzugehen.

Aktiv arbeiten wir gemeinsam an den Fragen:

- Woher kommt meine Belastung?
- Wie gehe ich mit Erwartungen um?
- Wie setze ich Prioritäten?
- Wie bekomme ich mehr Zeit für mich selbst?

Mach dich auf den Weg zu mehr Freude und Leichtigkeit im deinem Alltag!

Montag, 30.09.2024 20 - 22 Uhr

Zoom Online-Workshop

kostenlos

weitere Information und Anmeldung:

.....  
[www.veronika-sommer.de/kurse](http://www.veronika-sommer.de/kurse)

[gelassenheit@veronika-sommer.de](mailto:gelassenheit@veronika-sommer.de)

