

ELTERN TREFF

Inhalte:

Mythen und Fakten
zur Gesundheit von
Müttern

Herausforderungen
für Mütter in den
ersten zwei Lebens-
jahren des Kindes

Hilfreiche Tricks für
das Leben zwischen
Mutter-Glück und
Familien-Alltag



„Mama schaut auf sich“ – Balance zwischen Mutter- glück und Familienalltag

Mag.^a Kerstin Pirker (Frauengesundheitszentrum Graz): „Mütter von Babys und Kleinkindern sind sehr gefordert. Der eigene Schlaf kommt oft zu kurz, das Stillen zehrt, es bleibt wenig Zeit für sich selbst und die eigene PartnerInnenschaft. Ermutigend ist: Selbstsorge für Mütter wirkt. Und geht´s Mama gut, geht´s allen gut.“



Wo?

Online via Zoom, Durchgeführt von:
Eltern-Kind-Zentrum Region Radkersburg



Anmeldungen:

ekiz.radkersburg@aon.at



Wann?

Freitag, 12. 02. 2021
19:00 – 20:30 Uhr



Kosten?

Kostenfrei!