

Buch- Veröffentlichung

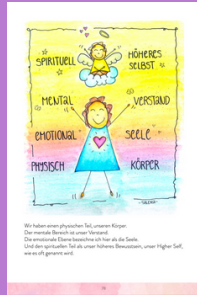
Viele Mütter stehen unter Dauerstrom im hektischen Familienalltag und fühlen sich oft hilflos. Dieses wunderschöne farbenfrohe Buch zeigt kurz und bündig mit praktischen Tipps, wie eine Mama wieder

- geduldiger wird
- mehr Energie hat
- Zeit für sich findet
- mit Stress besser umgeht



Mit viel Herz von einer Mutter für Mütter geschrieben.

Mit vielen ***Goldwärt-Tipps***, die bereits Hunderten von Frauen geholfen haben.



Es bietet auch ein integriertes Workbook mit vielen **Übungen**, praxisnahen **Goldwärt-Tools** und kostenlosen **Meditationen** zum Herunterladen:

Ein wertvoller Wegbegleiter, um mit Spass ins Umsetzen zu kommen!

Endlich mehr Gelassenheit und Freude im Muttersein!

Link Taschenbuch:

Link E-Book:



<https://www.balancierdich.com/buch>

Ideal auch zum Verschenken

