

# ICH mit MIR

## Mütter-Begleitung

**Begleitung für Mütter.**

**Intuitiv & stärkend.**

Du funktionierst. Du gibst. Du trägst.  
Und irgendwo dazwischen verlierst  
du dich selbst?

Diese Begleitung ist für dich – als  
Frau, als Mutter, als Mensch.

Nicht, um dich zu optimieren.

Sondern um dich wieder mit dir  
selbst zu verbinden.



**BEGLEITUNG RESERVIEREN**

# Was ist die Begleitung «ICH mit MIR»?

## Raum für dich als Frau.

Ein sicherer Raum nur für dich – fern von Erwartungen und Alltagsdruck.

**Ganzheitlich, intuitiv, stärkend.**

Hier geht es nicht um dein Kind, sondern um dich: dein Erleben, deine Gefühle, deinen Weg.

Du wirst nicht analysiert, sondern gesehen, gehört und gehalten – mit allem, was da ist.



**BEGLEITUNG RESERVIEREN**

# Was erwartet dich beim «ICH mit MIR»?

**Komm zurück in deinen natürlichen  
Zustand von Klarheit, Vertrauen und  
Selbstverantwortung.**

- eine klare, intuitive Sicht  
von aussen
- Rückverbindung zu dir
- konkrete Impulse für deinen Alltag
- Erinnern an das, was dich  
ausmacht
- du musst nichts vorbereiten,  
nichts „leisten“ – du darfst  
einfach sein.



**BEGLEITUNG RESERVIEREN**

# Wie läuft es ab?

Die Begleitung findet online statt. Sie dauert ca. 60 Minuten.

Du reservierst einen Termin für deine Begleitung und erhältst die Angaben für den Video-Call.

Du bringst dein Thema mit – ich begleite dich intuitiv, klar und achtsam durch den Prozess. Wenn du danach spürst, dass du gerne tiefer eintauchen oder länger begleitet werden möchtest, können wir eine weiterführende Begleitung vereinbaren.



**BEGLEITUNG RESERVIEREN**

# Für wen ist das «ICH mit MIR»?

## Für dich, wenn du...

- dich im Muttersein manchmal selbst verlierst
- erschöpft, überfordert oder innerlich leer bist
- dich nach einem Raum sehnst, wo du einfach du sein darfst
- Klarheit suchst, ohne bewertet zu werden
- wieder in Verbindung mit dir kommen möchtest
- bereit bist, ehrlich hinzuschauen und dich selbst liebevoll zu halten



**BEGLEITUNG RESERVIEREN**