

Bitte im Briefumschlag versenden an:

Kinderherzstiftung der  
Deutschen Herzstiftung e.V.  
Bockenheimer Landstr. 94-96  
60323 Frankfurt am Main



#### Kontakt

Kinderherzstiftung der  
Deutschen Herzstiftung e.V.  
Bockenheimer Landstr. 94-96  
60323 Frankfurt am Main

Ihr Ansprechpartner:  
Kai Ruenbrink

Telefon 069 955128-145  
Fax 069 955128-345  
kinderherzstiftung@herzstiftung.de  
www.kinderherzstiftung.de



Logo: [M] Ramona Unguranowitsch / Celestino Piatti

# »Sei die Heldin deines Lebens«

*Nora Ephron (Schriftstellerin)*

## Mittendrin im Leben: Bedürfnisse

SEMINAR FÜR MÜTTER  
OKTOBER 2023



## Seminaraten

Datum:

6. – 8. Oktober 2023

Anreise zur Veranstaltung: Freitag bis 13:00 Uhr

Abreise am Sonntag gegen 14:30 Uhr nach dem Mittagessen

Seminarort:

Haus Klara

Kloster Oberzell 2

97299 Zell am Main

Weitere Informationen zur Unterkunft unter

[www.hausklara.de](http://www.hausklara.de)

Kosten:

80,- Euro Eigenanteil

Das Seminar für maximal 15 Teilnehmerinnen wird von der Kinderherzstiftung bezuschusst.

## Anmeldung

Nach Erhalt Ihrer Anmeldebestätigung durch die Kinderherzstiftung sichern Sie sich Ihren Seminarplatz durch die Überweisung des Eigenanteils innerhalb von 14 Tagen auf folgendes Konto:

Commerzbank AG Frankfurt

IBAN DE98 5008 0000 0090 0035 03

BIC DRESDEFFXXX

Stichwort: Mütterseminar, Herbst 2023, „Ihr Name“

## Mittendrin im Leben: Bedürfnisse

Als Mutter eines herzkranken Kindes stehst Du im Alltag immer wieder vor Herausforderungen. Du sorgst Dich um das kranke Kind, kümmerst Du Dich um Deinen Partner, gegebenenfalls um die Geschwisterkinder, Deinen Job und alles andere, was ansteht. Du weißt, wie wichtig es ist, im Alltags-Dschungel den Überblick zu behalten. Aber hast Du in diesem Trubel nicht manchmal das Gefühl, dass Deine Bedürfnisse zu kurz kommen? Und so triffst Du immer wieder auf alte Bekannte: Die Gedanken, Glaubenssätze und innere Antreiber, die Dich stressen und ausbremsen. An diesem Wochenende schauen wir gemeinsam darauf, wie Du auf Dich und die Welt um Dich herum blickst. Was Deine Bedürfnisse sind und wie Du sie erreichen kannst. Vielleicht gibt es den einen oder anderen Glaubenssatz, den Du gerne verändern möchtest. Das ist möglich. Wir zeigen Dir, wie es geht.

Du entdeckst, wie Du

- Kraft für den Alltag tanken kannst,
- konstruktiv mit belastenden und sorgenvollen Momenten umgehst,
- neue Möglichkeiten und Lösungen findest, mit Freude Deinen Alltag gestalten kannst.

An diesem Wochenende hast Du Zeit zum Innehalten und Auftanken und zum Austausch mit den anderen Müttern.



### Die Referentinnen:

**Martina Kroneisen** (rechts), systemischer Fachcoach, Fachtrainerin und Team-supervisorin

**Annette Schäfer**, Trainerin und Coach

Weitere Informationen zum Referentinnen-Team unter [www.inreskom.de](http://www.inreskom.de)

## Verbindliche Anmeldung für das Seminar vom 6. – 8. Oktober 2023

Ja, ich stimme der Verarbeitung meiner Daten zu. (Bitte beachten Sie die Hinweise zum Datenschutz.)

\_\_\_\_\_  
Name, Vorname

\_\_\_\_\_  
Straße, Hausnummer

\_\_\_\_\_  
PLZ, Wohnort

\_\_\_\_\_  
Telefon

\_\_\_\_\_  
Geburtstag (freiwillige Angabe)

\_\_\_\_\_  
E-Mailadresse (freiwillige Angabe)

\_\_\_\_\_  
Besonderheiten (Allergien, Diäten, etc.)

Ich bin Vegetarierin  besondere Diät

Ich bin damit einverstanden, dass meine Kontaktdaten auf einer Adressliste an alle Teilnehmerinnen versendet wird:

ja  nein

\_\_\_\_\_  
Datum, Unterschrift

Hinweise zum Datenschutz nach Art. 13 DSGVO  
Wir verarbeiten die von Ihnen zur Verfügung gestellten personenbezogenen Daten zur Anbahnung, Durchführung und Beendigung des Mitgliedschaftsverhältnisses (Art. 6 Abs. 1 lit. B DSGVO). Sofern Sie darüber hinaus über unsere Angebote informiert werden möchten, verarbeiten wir Ihre Kontaktdaten zur Wahrung unserer berechtigten Interessen an der regelmäßigen Benachrichtigung (Art. 6 Abs. 1 lit. F DSGVO). Weitergehende Hinweise zum Datenschutz entnehmen Sie bitte unter <https://www.herzstiftung.de/hinweise>

