

# Eltern sein®

Dein Ratgeber für  
Schwangerschaft  
und Beziehung

Jetzt entdecken



**Startet bestens vorbereitet in den neuen  
Lebensabschnitt als Familie mit ElternSein®**

**Bereit für eine unvergessliche Reise in das Abenteuer  
der Schwangerschaft?**

*Dann ist unser Journal No.1 der ideale Begleiter für dich!*

Das Journal No.1 ist ein Wochenplaner mit Erfolgsjournal. Er richtet sich an alle werdenden Elternteile – Mamas sowie den Partner – die bestens vorbereitet, emotional gefestigt und lebensfroh in den neuen Lebensabschnitt als Familie starten möchten.

Jetzt entdecken

**SCAN MICH!**





## ElternSein® Journal No. 1 Der Begleiter für die Schwangerschaft

### Deine Vorteile mit ElternSein®



**Kontinuierliche Sicherheit und Stabilität**  
Erlebe und verstehe die Schwangerschaft!  
Entdecke und bewahre deine Beziehung!  
Organisiere dir den Alltag der Schwangerschaft!  
Verwandle deine Ängste in positive Gedanken!



**Mehr Motivation und Fokus**  
Plane deine Wochen mit den wichtigsten Aufgaben!  
Fokussiere dich täglich auf deine persönlichen Ziele!  
Wachse über dich hinaus!  
Starte motiviert in die Woche!



**Gezieltes Zeitmanagement**  
Lerne, dir deine Zeit besser einzuteilen!  
Nutze die Wochen effektiver durch fertige  
Quick-Tipps und Checklisten!



**Bewusste Achtsamkeit und Selbstreflexion**  
Verstehe und trainiere deinen Körper und Geist!  
Gestalte deinen Alltag positiv und bewusster!  
Reflektiere dein Denken, Handeln und Fühlen!



Like, share & follow  
@elternsein #elternsein

Mehr Infos erhalten:  
[www.eltern-sein.com](http://www.eltern-sein.com)