

Selfcare am Wochenende

DIE BESTEN MAMA-SELFCARE IDEEN FÜR DAS WOCHENENDE

- IN RUHE FRÜHSTÜCKEN
- TEE STATT KAFFEE
- YOGA WORKOUT
- PLAN FÜR DIE WOCHE ERSTELLEN
- PLAYLIST ERSTELLEN ODER ERWEITERN
- DAS OUTFIT FÜR BESONDERE TAGE
- TRINKEN UND FRISCHE LUFT
- FERNSEHABEND - LIEBESFILME
- LISTE: WAS MAGST DU AN DIR?
- VOLLBAD
- SOCIAL MEDIAPAUSE

