



KersTonia

Einfach durch den Mama-Alltag!



44 Ideen für werdende Mamas im Mutterschutz

1. Eis selbst machen
2. Pinterest nach Babyzimmer Inspo durchforsten
3. Kliniktasche packen
4. Einen Flohmarkt besuchen
5. Babyzimmer einrichten
6. Rezepte aus Kochzeitschriften sammeln und einordnen
7. Wochenplan mit gesammelten Rezepten zusammenstellen
8. Ins Museum gehen
9. Spazieren gehen
10. Etwas nähen oder sticken
11. Seinen Kleiderkasten aussortieren
12. Seinen Schuhschrank aussortieren
13. Etwas mit dem älteren Kind unternehmen – dazu gibt es nochmal 77 Tipps extra auf www.einerschreitimmer.com
14. Durch die Stadt spazieren und ein Eis essen
15. Jeden Tag etwas Schwangerschaftsgymnastik
16. Ein Fotoalbum vom letzten Jahr oder Urlaub zusammenstellen
17. Andere werdende Mamas treffen
18. In den Park setzen und den Moment genießen
19. Sich vom Partner verwöhnen lassen
20. Seinen Partner verwöhnen
21. Ein Buch lesen
22. An einen See fahren
23. Bügelbilder selber machen
24. Einen Kuchen backen
25. Deko selbst basteln
26. Radfahren
27. Mit einer Freundin auf Kurzurlaub fahren
28. Maniküre
29. Pediküre
30. Smoothies machen
31. Zum Frisör gehen
32. Babybauch Shooting machen
33. Schwangerschaftstagebuch schreiben
34. Eine Lieblingsserie im TV schauen oder streamen
35. Eine Babyshower Party machen
36. Ins Schwimmbad gehen
37. Lange schlafen und ohne Wecker aufstehen
38. Gesunde Snacks zubereiten – z.B. Energiebällchen
39. Mamablogs nach interessanten Themen durchforsten
40. Lieblingsmusik hören
41. Alte Fotoalben ansehen
42. Cocktail shaken & trinken
43. Handy weglegen & Zeitschriften lesen
44. Vitaminwasser zubereiten