

## Kurztext

---

Ute Glaser

**Die Mama-Trickkiste für die Babyzeit**  
**Schlaflose Nächte, Windelschlachten und noch Zeit für einen**  
**Cappuccino: über 200 Tipps und Tricks für die beste**  
**unperfekte Mama der Welt**

192 Seiten, mit ca. 7 Farbfotos

Format: 16,0 x 21,5 cm, Pappband

17,99 € (D) / 18,50 € (A) / 25,90 CHF (SFr.)

ISBN: 978-3-8338-3815-6



Durchwachte Nächte, Windelschlachten, Blähungen und die Schwiegereltern vor der Tür ... Viele Frauen, die zum ersten Mal Mutter werden, sind geschafft vom neuen Leben mit Baby. Die Mama-Trickkiste schafft Abhilfe: Sie enthält über 200 Ideen, Tipps und Tricks, um das aufregende erste Jahr gelassener und fröhlicher zu meistern. Alle wichtigen Bereiche rund um das neue Leben zu dritt werden angesprochen: der Umgang mit dem Baby, z.B. Pflege, Schlaf, unterwegs, die neuen Haushaltsthemen - aber auch die spannende Frage, wie Sie sich selbst Freiraum als Frau und Partnerin erhalten können. Zusätzlich finden Sie die 30 besten Anti-Stress-Tipps für junge Mütter. Auch bestens als schönes Geschenk geeignet!