

# KLEINKRAM



*Fashionbloggerin, Designerin und Großstadtmama Berit Müller berichtet jeden Monat von den Herausforderungen und Aha-Erlebnissen aus ihrem bunten Alltag zwischen Kind und Job.*



## VOM VIRUS ZUR WELLNESS

Der erste Urlaub nach einer Ewigkeit – vor allem der erste Urlaub mit Kind – steht vor der Tür und nie war er dringender. Körper und Geist schreien nach einer Auszeit. Aber gibt es das Wort Urlaub überhaupt noch im Universum einer frisch gebackenen Mama? Ist es vielleicht ein kompletter Widerspruch in sich? Die Nächte versprechen nicht mehr Schlaf und die Tage nur wenig Zeit zum Entspannen. Egal, ich will einfach raus und freue mich riesig! Unseren Trip in den Süden starte ich mit einer Woche Mutter-Kind-Urlaub bei den Großeltern. Ein paar allerletzte sonnige Spätsommerstunden auf der Liege, der erste kleine Cocktail während des Abstillens, in Ruhe am Laptop arbeiten und Oma und Opa dabei zuschauen, wie sie ihren Enkel bespaßen. Viel Zeit für mich also! Doch in der Nacht vor der Abreise stehen die Zeichen schlecht. Ich fühle mich elend. Die Übelkeit verschwindet nicht wieder, ich laufe ständig zur Toilette. Wie ich in diesem Zustand den Flug mit Baby, ohne Nanny, Chauffeur und Kofferträger hinter mich bringe, weiß ich später gar nicht mehr. Die nächsten Tage verkrieche ich mich vor Schmerz und Übelkeit windend in mein altes Kinderzimmer, von einer Verschwörung ausgehend. Wie viel Pech kann man eigentlich haben? Obwohl ich Spezialistin darin bin, mich in Unausweichliches hineinzusteigern, lasse ich es nach zwei Tagen kraftlos sein. Ich schaue eine TV-Serie nach der anderen, schlafe, ernähre mich von Babybrei und sehe mein Kind zwischendurch nur kurz. Nach Tag 3 geht es mir zwar noch nicht viel besser, aber meine Rückenschmerzen vom vielen Rumtragen sind weg. Nach Tag 4 fühle ich mich richtig ausgeruht. Und an Tag 5 denke ich: Na, die Zeit hab ich jetzt aber wirklich gebraucht. Endlich mal wieder keine Gedanken an was auch immer, weil mein Kopf gerade sowieso nicht anders kann. Eh ich mich verseehe, wird aus einer Woche Viruserkrankung eine kleine Wellnesskur, die ich in dieser Form zwar nicht herbeigesehnt, aber doch irgendwie dringend gebraucht habe.



# home specialist

Weg vom traditionellen Malerbetrieb, hin zum modernen „Home Specialist“...

Malerarbeiten · Fassadenarbeiten · Wärmedämmung · Trockenbauarbeiten · Dämmung: vom Dach bis zum Keller · Bodenbelagsarbeiten · Licht- und Spanndecken · Elektroinstallationen · Schreinerarbeiten · Fenster, Türen & Tore



[www.philipps.lu](http://www.philipps.lu)  
[info@philipps.lu](mailto:info@philipps.lu)

20, rue de Bourglinster  
L - 6112 JUNGLINSTER  
T. 42 64 95 - 1 | F. 42 68 98

## VORZEIGEBAUSTELLE

Jetzt können Ihre Kleinen endlich ordentlich ranklotzen:

Die Korkbausteine von **KORXX** sind frei von giftigen Stoffen, herzerfrischend leise, wenn sie zu Boden fallen und die Köpfe kann man sich auch nicht so schnell damit einschlagen. Sets in unterschiedlichen Größen, Formen und Farben, ab 20 Euro.



EVENT  
TIPP

## WOHIN MIT DEM KIND?

Kreativ abhängen? Nichts leichter als das: Unter Anleitung der Bühnenbildnerin Anouk Schiltz können begeisterte Bastler zwischen sieben und zwölf Jahren im Kulturhaus Niederanven ihr eigenes Mobile kreieren. Der Workshop „Fliegende Welten“ findet am 4. und 6. November zwischen 14 und 16.30 Uhr statt. Die Teilnahmegebühr beträgt 65 Euro inklusive Material.

Mehr Infos unter [www.khn.lu](http://www.khn.lu).