

Pressemitteilung

Einladung zur Buchpräsentation: Schauspielerin Isabell Horn schreibt über das Mama-Sein: „Schön, anstrengend, aufregend“

München, den 04. April 2019 – Frischgebackene Mamas können sich auf wertvolle Tipps und Tricks freuen: „Schön, anstrengend, aufregend“ ist nicht nur Programm für den Alltag mit Baby, sondern auch Titel des neuen Wohlfühlbuchs von Schauspielerin und Influencerin Isabell Horn – stolze Mutter der zweijährigen Ella. Am 11. April präsentiert sie ihr Buch bei Hugendubel in Frankfurt.

Bekannt wurde Isabell Horn durch ihre Serienrollen in „GZSZ“ und „Alles was zählt“ – seit 2017 ist ihre neue Rolle „Mama“ der kleinen Ella. Auf Instagram, Facebook und ihrem YouTube-Kanal „This Isi Life“ gibt die 35-Jährige täglich Einblick in ihr Leben und begeistert damit bereits eine halbe Million Follower. Jetzt erscheint Horns neues Wohlfühlbuch für frischgebackene Mamas mit hilfreichen Ratschlägen rund um das Mama-Sein und praxisnahen Tipps und Tricks für den neuen Alltag mit Baby. Auch die „Mami-Selfcare“-Anleitungen, damit die Mütter sich selbst nicht vergessen, mal etwas gönnen oder für die Partnerschaft zu tun, liegen der Autorin am Herzen. „Schön, anstrengend, aufregend.“ erschien am 1. März im Knauer-Verlag. Nun präsentiert Isabell Horn ihr Buch am 11. April in der Frankfurter Hugendubel-Filiale am Steinweg. Die Veranstaltung beginnt um 17 Uhr und der Eintritt ist frei.

Über „Schön, anstrengend, aufregend.“

Isabell Horn weiß, wovon sie spricht: Seit zwei Jahren ist sie stolze Mama der kleinen Ella und erlebt das Muttersein mit all seinen Höhen und Tiefen. In ihrem neuen Wohlfühlbuch gibt die Schauspielerin und Influencerin frischgebackenen Mamis wertvolle Tipps und Tricks für den Alltag mit Baby. Dabei sollen die Leser nämlich vor allem eines nicht vergessen: sich selbst auch mal etwas Gutes zu tun. Neben Ratschlägen zu Themen wie Schlafen, Schnuller geben oder Stillen, schreibt sie auch über einfache Mutter-Kind-Übungen mit Babytrage & Co. und zeigt, wie einfach Mamis sich mit gesunden Power-Rezepten zwischendurch stärken können. Isabell Horns Hebamme, Janis Schedlich, ergänzt den Ratgeber mit wertvollen Empfehlungen für einen entspannten Alltag mit Kind. „Schön, anstrengend, aufregend“ ist definitiv ein Buch, das jede frischgebackene Mama lesen sollte.

Über Hugendubel

Mit deutschlandweit über 150 Filialen, Hugendubel.de, eBook.de und dem Großkundengeschäft [Hugendubel Fachinformationen](#) ist [Hugendubel](#) eines der größten inhabergeführten Buchhandelsunternehmen Deutschlands.

Als Familienunternehmen in 5. Generation bekennt sich Hugendubel eindeutig zum Buch und macht sich für die Verzahnung des Online-, Digital- und Filialgeschäfts sowohl für seine End- als auch Großkunden stark. Hugendubel ist Mitinitiator und Mitgründer der international einzigartigen und erfolgreichen toline-Allianz für das digitale Lesen made in Germany. 1893 in München gegründet, beschäftigt Hugendubel deutschlandweit 1.700 Mitarbeiter.

Weitere Informationen:

<https://presse.hugendubel.com/>

<https://www.facebook.com/HugendubelBuchhandlungen/>,

https://www.instagram.com/hugendubel_buchhandlungen/

Onlineshop: <http://www.hugendubel.de/>

Großkundengeschäft: <http://www.hugendubel.info/>

Pressekontakt:

Sophie von Klot, Leitung Unternehmenskommunikation, 089-5523 3759, presse@hugendubel.de