



Ein Angebot vom Elternrat Schulen Dornach
www.schulen-dornach.ch/elternrat



Elternbildung

Abendseminar für Eltern von Zyklus 1 bis 3

Vom Alltagsfrust und Stress zu selbstbewussten Eltern

Mittwoch, 17.09.2025 | 19:00 - 21:00 | Schulhaus Brühl, Aula
Gempfering 34, 4143 Dornach

Referent: Salome Wertli, Dornach

Familien- und Paarcoach, Seminarleiterin, Mentorin

Die Anforderungen ans Eltern-Sein sind riesig geworden. Viele Mamas und Papas spüren permanenten Druck. Anstatt Gelassenheit, Wertschätzung und gesunde Beziehungen sind Kinder und Eltern gleichermassen überfordert. Stress und viel Streit in Familien entstehen, weil die meisten Erwachsenen nie gelernt haben, mit ihren eigenen Gefühlen zurecht zu kommen und gut auf sich selbst zu achten.

Wenn du wissen möchtest, wie du Schritt für Schritt als Elternteil Vertrauen in dich findest und somit deine Kinder im Trubel des Alltags in Ruhe und Leichtigkeit begleiten kannst, melde dich an. Bitte bringe alle deine Fragen mit. Du erfährst in einfach anwendbaren Übungen, wie du in stressigen Situationen deine Verhaltensmuster durchbrichst & in unterstützendem Vertrauen bleibst.



Die Anmeldung und Korrespondenz zu Programmänderungen erfolgt
via Email elternrat@schulen-dornach.ch.



Wir freuen uns darauf, Dich zu diesem
Seminar persönlich begrüßen zu dürfen.

