



Ein Angebot vom
ELTERNRAT SCHULEN DORNACH
www.schulen-dornach.ch/elternrat

ELTERNBILDUNG

STARK BLEIBEN, WENN'S SCHWIERIG WIRD

**Innere Stärke – ruhig & verbunden
bleiben, klar handeln**

ABENDSEMINAR FÜR ELTERN VON ZYKLUS 1 BIS 3



Mittwoch, 09.09.2026



19:00 – 21:00 Uhr



Schulhaus Brühl, Aula
Gempenring 34, 4143 Dornach

Kennst du den Moment? Die Zeit drängt, das Kind macht nicht mit, Diskussionen beginnen. Plötzlich reagierst du anders, als gewollt. Der entscheidende Moment ist nicht die Situation, sondern das, was in dir passiert. Bleibst du ruhig? Kannst du klar handeln? Oder übernimmt der Stress?

Im Nachwuchsleistungszentrum des FC Basel erleben junge Spieler & Trainer genau solche Momente unter Druck. Dort wird gezielt trainiert, sich zu sammeln, ruhig & handlungsfähig zu bleiben. Dies lässt sich auch im Familienalltag entwickeln. An diesem Abend geht es nicht um Perfektion, sondern um echte, alltagstaugliche Schritte in herausfordernden Momenten.

Bitte bring eigene Fragen und Alltagssituationen mit!



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

REFERENT:

DIRK WAHLANDT

Mentaltrainer und Coach für
Persönlichkeits- und Führungsentwicklung

**IM NACHWUCHSLEISTUNGSZENTRUM
DES FC BASEL**



Wie findest du wieder in deine Ruhe?



Wie erkennst du Reaktionsmuster & veränderst diese gezielt?



Wie kannst du auch unter Druck klar & besonnen handeln?



Wie verbindest du Führung & Beziehung im Familienalltag?



**WIR FREUEN UNS DARAUF,
DICH ZU DIESEM SEMINAR
PERSÖNLICH BEGRÜSSEN
ZU DÜRFEN.**

GEMEINSAM GUT GESTARTET – VOLLER POWER IN DAS NEUE SCHULJAHR!

*Euer Elternrat
der Schule Dornach*