

# „WEGE AUS DER ELTERN-BURNOUT FALLE“

**Bildungsanlass für Eltern  
von Kindern aller Altersstufen**

**Eltern  
notruf**  
**0848 35 45 55**  
24h Hilfe und Beratung.

[www.elternnotruf.ch](http://www.elternnotruf.ch)

Immer mehr tun in immer weniger Zeit? Oft geben wir die wertvollsten Dinge her, um vermeintliche Pflichten zu erfüllen oder jemanden zufrieden zu stellen, der laut genug auftritt. Die gemeinsame Zeit mit unseren Kindern, das Staunen über ihre Entwicklung ist wertvoll. Wie kann es gelingen, im Familienleben Zeit und Achtsamkeit dafür zu behalten? An dieser Veranstaltung erhalten die Teilnehmenden Ideen, um im Alltag sinnvolle Entscheidungen zu treffen.

Es ist uns ein Anliegen, auf Ihre Bedürfnisse ein zu gehen. Je nach Zeitrahmen und Gruppengrösse gibt es Platz für Fragen und Beispiele der Eltern, oder es sind unterschiedliche Formen möglich (Referat, Workshop).

#### **Datum & Zeit**

NACH VEREINBARUNG

#### **Veranstaltungsort**

BEI IHNEN VOR ORT

#### **Kosten**

CHF 600 + Spesen

#### **Leitung**

MitarbeiterIn Elternnotruf

#### **Ansprechperson**

Martina Schmid, Mitarbeiterin Elternnotruf

Systemisch lösungsorientierte Beratung, Wilob

Primarlehrerin / Heilpädagogin HfH

[martina.schmid@elternnotruf.ch](mailto:martina.schmid@elternnotruf.ch)

0848 35 45 55 / direkt: 044 365 34 01