



ZU VIEL DRUCK, ZU WENIG KINDHEIT? STRESSFREI DURCH DIE SCHULZEIT

Der Elternrat der Primarschule Bonstetten lädt alle Eltern und Bezugspersonen von Schulkindern von Kindergarten bis 6. Klasse herzlich zu einem spannenden Abend ein.



WEGE ZU MEHR GELASSENHEIT FÜR KINDER UND ELTERN

Die heutige Gesellschaft orientiert sich heute vermehrt an Leistung und Erfolg. Dabei entsteht der Druck nicht NUR durch die Schule, sondern auch durch das soziale Umfeld, durch die Eltern und nicht selten durch die Kinder selbst. In diesem Vortrag erfahren die Eltern, wie sie ihre Kinder und Jugendlichen unterstützen können, Leistungsdruck und Schulstress zu reduzieren.

CHRISTELLE SCHLÄPFER

ist Elterntrainerin, Beraterin SGFB, Stressbewältigungstrainerin GKM und Inhaberin von edufamily.ch. In ihrem interaktiven Vortrag gibt sie praxisnahe Einblicke, wie Eltern ihre Kinder darin unterstützen können, mit Leistungsdruck und schulischen Herausforderungen gelassener umzugehen. Mit alltagsnahen Beispielen zeigt sie Wege auf, wie Kinder und Eltern mehr innere Ruhe, Resilienz und Zuversicht entwickeln können.

PROGRAMM

18:30 - 19:00 Uhr

Entspannter Einstieg mit Kioskbetrieb der Klasse 6b

19:00 - 21:00 Uhr

Begrüßung und Vortrag mit interaktivem Austausch

21:00 - 21:30 Uhr

Apéro und Networking bei Snacks & Getränken

ANMELDUNG

Bitte melden Sie sich bis zum 22. Februar 2026 per E-Mail unter Angabe von Namen und E-Mail Adresse an:

elternrat@primarschule-bonstetten.ch

Die Teilnahme ist kostenlos.

Wir freuen uns auf einen inspirierenden Abend mit Ihnen!

**MITTWOCH
04. MÄRZ 2026**

19.00 - 21.00 Uhr

**PRIMARSCHULE
BONSTETTEN**

**SCHULHAUS 4
MEHRZWECKSAAL UG**

Anmeldung per E-Mail an den Elternrat der Primarschule Bonstetten:

elternrat@primarschule-bonstetten.ch



Der Erlös des Kioskbetriebs kommt der Klassenkasse der 6b für das Abschlusslager zugute!