



ELTERNKOMPASS KURS

Abendkurs 2026 in Kriens
Kursdaten 27.4., 4.5., 11.5., 18.5. und 8.6.
Kursort: Kinderarztpraxis & Family Care
Center Luzern Süd, Forum Colibri,
Ringstrasse 37, 6010 Kriens
Kurskosten: 270.-, 440.- für Paare

Anmeldung/weitere Informationen
unter:

www.wachsend-sein.ch
wachsend-sein@gmx.ch

Kursleitung: Rita Roos Mühlemann,
Kursleiterin Elternkompass arbor/Coach
integrative Achtsamkeit, Mutter und
Physiotherapeutin FH

- Eltern sein heute in digitalisierter und schneller Umwelt
- Elternrolle mit Höhen und Schwierigkeiten reflektieren
- Achtsamkeitstechniken und Selbstsorge als Eltern
- kindliche Bedürfnisse für inneres Wachstum
- warum Kinder keine perfekten Eltern brauchen