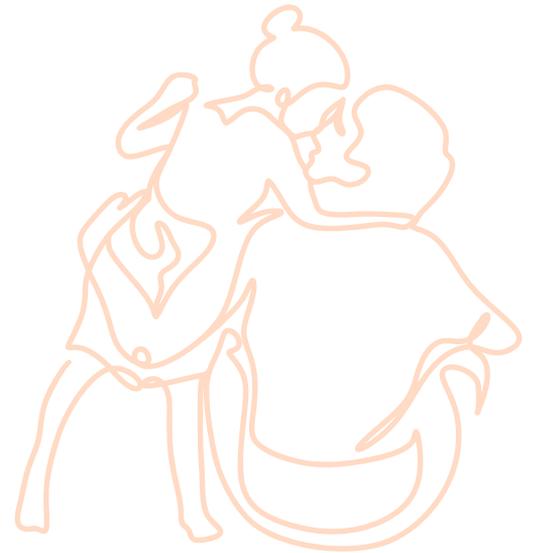


Familie - alles noch im Rahmen?!

ELTERNABEND

Jugendliche auf der Suche nach sich selbst benötigen einen inneren Kompass, um in schwierigen Situationen Entscheidungen zu treffen, über die sie nicht immer mit ihren Eltern sprechen möchten. Ob es um Schlafprobleme, Gewichts-Fragen, die erste Liebe, Versagensängste, Coming-Out oder die Gesundheit von veganem Essen geht - die Liste der Herausforderungen ist lang. Einige Jugendliche suchen Rat bei Influencern, die zu allem eine Meinung haben. Aber Vorsicht ist geboten! Online-Ratschläge sind nicht immer hilfreich und manchmal sogar gefährlich. Insbesondere, wenn es um Themen wie Ernährung, Gesundheit, Fitness oder Gaming geht. Auf dem Elternabend erfahren Sie, was für Jugendliche "im Rahmen" ist, wo es sinnvoll ist, genauer hinzuschauen und was Sie als Elternvorbild damit zu tun haben ...



Inhalte des Vortrags

- "Das ist nur eine Phase ... " Warum Jugendliche Grenzen überschreiten und eigene Wege suchen (müssen)
- Psychosomatik & Sucht: Familien-Geschichten einer Erkrankung
- Seelische Erkrankungen als Chance für Familien
 - Selbstfürsorge - kein nice to have: Ernährung, Bewegung & Erholung
 - Warum Grenzen Freiheit geben
 - Harmoniesuppe - eine hochkalorische Angelegenheit
- Die Macht der sozialen Medien: Wie sie Jugendliche prägen - und weshalb wir daran teilhaben sollten
- Vom Herzen auf die Zunge - Mit Jugendlichen über schwierige Themen reden und schweigen

Setting: Online / Präsenz

- 90 min Vortrag & 30 min Zeit für Fragen
- Teilnehmerzahl: bis zu 200
- Kosten: 250,00 € zzgl. Reisekosten (entfallen online)
- Zoom-Link: Serviceleistung