

Alles stresst!

Save the Date !

**Mittwoch 29.01.2025 von 19.00 bis 21.00 Uhr
im Jugendhaus Phönix in Ebikon**

Wie Eltern ihre Kinder im Umgang mit Stress begleiten können.

Unsere Kinder sollen gestärkt aufwachsen, damit sie selbstbestimmt mit Herausforderungen umgehen können. Dazu gehört auch der Umgang mit Stress und Druck.

Themen

- Stresssituationen in der heutigen Gesellschaft, Schule, Freizeit, Familie
- Werthaltungen im Zusammenhang mit Stress
- Das Gehirn im Jugendalter
- Was Eltern tun können
 - Umgang mit Stress in der Familie und in der Schule
 - Bewältigungsmöglichkeiten kennenlernen
 - Anregungen für den Erziehungsalltag

Liebe Erziehungsberechtigten

Das Elternforum Wydenhof lädt Sie herzlich ein zur Elternveranstaltung „**Alles stresst!**“.

Der Input von Christina Thalmann von der Fachstelle **akzent** Prävention und Suchttherapie Luzern bietet eine Grundlage, sich mit diesem herausfordernden Thema auseinanderzusetzen.

Zudem haben Sie die Gelegenheit, sich anhand von Fallbeispielen mit anderen Eltern und Fachpersonen auszutauschen.

Bitte retournieren Sie Ihre Anmeldung bis 20. Januar 2025 an die Klassenlehrperson Ihres Kindes, oder per E-Mail an Elternforum.wydenhof@schule-ebikon.ch.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch und einen anregenden Austausch!

Bis bald das ElternForum Wydenhof

Ja wir sind dabei am 29.01.2025 Alles Stresst! Um 19:00 bis 21:00

Diese Themen würden uns noch interessieren!

Anzahl Personen: _____

Vorname, Name: _____