



## Hilfe mein Kind pubertiert!

Ein unterstützendes Kurs-Angebot zu wichtigen Erziehungsfragen bei ersten Erfahrungen mit Alkohol, Tabak sowie anderen Rauschmitteln und/oder übermäßiger Mediennutzung

Die Kursreihe richtet sich an Eltern aus dem Landkreis München und ist **kostenfrei!**

Sehr geehrte Eltern,

die Pubertät ist für junge Menschen eine Zeit körperlicher und geistiger Veränderungen. Die Jugendlichen beginnen ihren Platz in der Familie, unter ihren Freunden und in der Welt zu hinterfragen, finden sich selbst und testen Grenzen aus. Experimente mit dem äußeren Erscheinungsbild, mit der eigenen Sexualität, aber auch mit Rauschmitteln sind Teil vieler Lebensbiografien von Heranwachsenden. Auch ihre Mediennutzung verändert sich. Es ist eine anstrengende Zeit des Umbruchs sowohl für junge Menschen, als auch für deren Eltern.

Die Ziele des Präventionskurses sind, dass

- Eltern besser informiert und somit in der Lage sind, missbräuchliches Konsumverhalten und exzessive Mediennutzung bei ihrem Kind zu erkennen und anzusprechen.
- Eltern selbstreflektiert besser mit ihren Kindern reden und verhandeln können.
- Eltern sich bewusster sind, wie sie ihre Kinder begleiten und auffangen können, wenn ernste Probleme durch missbräuchliches Konsumverhalten oder eine exzessive Nutzung neuer Medien auftreten.

### **Auftaktveranstaltung am Dienstag, den 07.02.2023 von 18:00 Uhr bis 21:30 Uhr**

**Wo:** Landratsamts München, Mariahilfplatz 17, 81541 München im Raum B.3.06  
(Eine kostenlose Parkmöglichkeit finden Sie direkt in unserer Tiefgarage – Ein- und Ausfahrt über Ohlmüllerstraße 29)

**Wann:** ab 14.02.2023 von 18:30 Uhr bis 21:00 Uhr

**Weitere Termine:** 14.02.2023; 28.02.2023; 07.03.2023; 14.03.2023; 21.03.2023

**Wichtig:** Die einzelnen Veranstaltungen stehen im Zusammenhang und können daher nicht einzeln besucht werden!

Hinweis zur Anmeldung und zum Datenschutz:

Wir bitten Sie um **telefonische Anmeldung** (089/6221-1945) bis zum **03.02.2023**. Wir weisen vorsorglich darauf hin, dass es nur 10 Teilnehmplätze gibt. Die Kursplätze werden nach der Reihenfolge Ihrer Anmeldung vergeben. Mit der Anmeldung zur Kursreihe erklären Sie sich mit der Verarbeitung und Speicherung Ihrer Daten einverstanden. Ihre Daten werden 14 Tage nach Kursende gelöscht. Über Ihr Interesse freut sich das Suchtpräventionsteam des Öffentlichen Gesundheitsdienstes am Landratsamt München.