



## Pubertät - kein Grund zur Panik

...aber eine Herausforderung für alle Beteiligten...!

Was kann Eltern und ihre Jugendlichen während dieser turbulenten Zeit unterstützen?

### Inhalt dieses Abends:

- Welches sind die wichtigsten Entwicklungsaufgaben in der Pubertät? Information über normale Verrücktheiten und ernstzunehmende Gefahren.
- Wie kann ich als Mutter oder Vater in Stresssituationen richtig reagieren und so mit den Höhen und Tiefen eines Teenagerlebens klarkommen?
- Es gibt Gelegenheit, Ihre Fragen zu stellen und sich mit Eltern in der gleichen Situation auszutauschen.

**Wann und Wo:** Donnerstag, 29. Juni 2017, 19:30 - 21.30 Uhr  
samowar, Bahnhofstrasse 24, 8800 Thalwil

**Referent:** Luca Eugster, Psychologe, Jugendberater samowar

**Kosten:** kostenlos für Eltern aus dem Bezirk Horgen

**Anmeldung:** bis Montag, 26. Juni 2017, mit Angabe der Anzahl Teilnehmer/innen, per Mail an [info@samowar.ch](mailto:info@samowar.ch) oder per Telefon 044 723 18 18 (begrenzte Teilnehmerzahl)