



ONLINE

KANTON
LUZERN

Alles stresst!

**Wie Eltern ihre
Tochter bzw.
ihren Sohn im
Umgang mit
Stress
unterstützen
können**

ONLINEVERANSTALTUNG

Montag, 3.4.2023

18:30-20:00 Uhr

Online via zoom

▶ **ANMELDUNG**

bis 30.3.2023

limitierte Platzzahl

Alles stresst!

Wie Eltern ihre Tochter bzw. ihren Sohn im Umgang mit Stress unterstützen können

3. April 2023 - 18:30-20 Uhr - via zoom | Anmeldung bis 30.3.2023 - limitierte Plätze



Liebe Eltern und Erziehungsberechtigte

Ihr Kind besucht eine der Kantonsschulen des Kantons Luzern. Die Jugendlichen sind in der Schule und im Alltag mit verschiedenen Herausforderungen konfrontiert. Dazu gehört auch der Umgang mit Stress und Druck.

Den Kantonsschulen ist es ein Anliegen, die Jugendlichen und ihre Eltern beim Thema Stress zu unterstützen. Im Rahmen dieser Veranstaltung erhalten Sie Informationen und konkrete Tipps für den Umgang mit Stress im Schulalltag.

Gerne laden wir Sie zu einer Online-Elternveranstaltung ein mit René Buchmann, Psychologe, Fachstelle Psychologische Beratung Berufsbildung & Gymnasien BIZ, Luzern und Christina Thalmann, Akzent Prävention und Suchttherapie, Lehrerin, Schulsozialarbeiterin, Mutter.

THEMEN

- Herausforderungen in der Pubertät
- Stresssituationen in der heutigen Gesellschaft
- Unterstützungsmöglichkeiten für Jugendliche und Eltern
- Wie Jugendliche beim Thema Stress unterstützt werden können
- Umgang mit Stress in der Familie und in der Schule
- Bewältigungsmöglichkeiten kennenlernen
- Anregungen für den Erziehungsalltag

Onlineveranstaltung für Eltern der Dienststelle Gymnasialbildung in Kooperation mit akzent prävention und suchttherapie und der Fachstelle Psychologische Beratung Berufsbildung & Gymnasien (FPB).