



Elternvereinigung KZO



Für Dich und Deine Eltern!

Wie kann man die mentale Gesundheit von Jugendlichen in der Familie stärken?

Viele Jugendliche fühlen sich heute psychisch belastet, besonders an Gymnasien und in der Sek A: Dort kommen Depressionen und Essstörungen gehäuft vor (NZZ vom 12.3.2023). Was kann man in der Familie alles unternehmen, um die mentale Gesundheit von Jugendlichen zu stärken? Und wie können Eltern auch den schulischen Druck regulieren helfen?

Der gesunde Mittelweg zwischen Kontrolle und Laissez-faire: Jugendliche auf dem Weg zur Selbstwirksamkeit sicherer begleiten

**Donnerstag 1. Juni
19:00 – 21:00, Aula KZO**

Programm:

- Begrüssung durch die Elternvereinigung
- Impulsvortrag von Geneviève Appenzeller, ehem. Rektorin, Führungskoach, Schulentwicklerin und Instruktorin für Erste Hilfe-Kurse für psychische Gesundheit bei Pro Mente Sana
- Fragen und Antworten
- Apéro

Dies ist ein Anlass der Elternvereinigung KZO für Eltern und Jugendliche der KZO.

Wir freuen uns auf eine rege Teilnahme!

Bei Fragen: Elternvereinigung KZO | www.ev-kzo.ch | E-Mail: info@ev-kzo.ch

Keine Anmeldung nötig.