

**SOS-Familien- und Beratungszentrum
Landsberg**

Spöttinger Straße 4
86899 Landsberg
Telefon 08191 911890
Telefax 08191 91189100
fbz-landsberg@sos-kinderdorf.de
www.sos-ammersee-lech.de

SOS- Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern bietet virtuelle Elterncafés an

Die Zeiten sind für viele Familien sehr herausfordernd. Wie kommen Sie gut durch den Alltag mit Homeschooling, Wechselunterricht und allen anderen täglichen Herausforderungen? Wie können Sie Ihren Kindern in diesen Zeiten gerecht werden? Es fehlt vielfach auch der Austausch mit anderen Eltern. Diese Situation nimmt die SOS-Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern zum Anlass, Eltern mit Schulkindern und Jugendlichen ein neues Format anzubieten: Ein virtuelles Elterncafé. Mitarbeitende der Beratungsstelle geben Hilfestellung sowie wichtige Tipps und moderieren die Gespräche zwischen den Eltern. Um den unterschiedlichen Thematiken gerecht zu werden, können Eltern an zwei verschiedenen Online-Formaten kostenfrei teilnehmen:

1. „Wie kommen wir gut durch...?“ Kurs für Eltern von Schulkindern der 1. bis 6. Klasse

An drei Abenden bietet die Beratungsstelle ein virtuelles Elterncafé zu den folgenden Themen an:

- Mittwoch, 05. Mai: „Wie kommen wir gut durch den Alltag und behalten die Nerven?“
- Mittwoch, 12. Mai: „Wie kommen wir gut durch das Homeschooling?“
- Mittwoch, 19. Mai: „Wie kommen wir gut durch soziale Isolation und Lagerkoller?“

Die Online-Termine finden jeweils von 19 bis 21 Uhr statt.

Eine **Anmeldung** erfolgt für das jeweilige Thema, telefonisch unter 08191/911 890.

Die Teilnehmenden-Zahl ist jeweils begrenzt auf zehn Personen.

Ein entsprechender Zugangslink zum virtuellen Elterncafé wird vor dem jeweiligen Termin per E-Mail zugesandt.

2. „Die Familie steht Kopf: Wenn Pubertät und Pandemie aufeinandertreffen:“

Kurs für Eltern von Jugendlichen ab zwölf Jahren

An drei aufeinanderfolgenden Abenden bietet die Beratungsstelle ein virtuelles Elterncafé im Rahmen einer geschlossenen Gruppe an. Eltern erhalten hier die Möglichkeit, sich untereinander über aktuelle Herausforderungen von und mit ihren Jugendlichen auszutauschen und gemeinsam Lösungen zu entwickeln. Themen sind zum Beispiel:

- Baustelle im Kopf!
- Hilfreiche Haltung in der Pubertät
- Neue Autorität und Präsenz bei Jugendlichen
-

Termine: Montag, 3. Mai, Montag, 10. Mai und Montag, 17. Mai

Die Online-Termine finden jeweils von 19 bis 21 Uhr statt.

Die **Anmeldung** erfolgt telefonisch unter 08191/911 890.

Die Teilnehmenden-Zahl ist begrenzt auf zehn Personen.

Ein entsprechender Zugangslink zum virtuellen Elterncafé wird vor den Terminen per E-Mail zugesandt.