BERLINER PRÄVENTIONSPRAXIS » RAUS AUS DER GRAUZONE

Sorgen, Stress und Konflikte in der Familie...

... das kennen fast alle Kinder, Eltern und Erziehende.

Und es ist ganz normal, dass sie in diesen Situationen manchmal keinen kühlen Kopf bewahren können!

Die **Pubertät** ist nicht nur für Heranwachsende selbst, sondern auch für ihr Umfeld ein **besonders herausfordernder** Lebensabschnitt. Die Phase des **Erwachsenwerdens** bringt viele Fragen und Unsicherheiten mit sich: »Wer bin ich?« oder »Wer will ich sein?«.

Eltern und Erziehende fragen sich, wie sie sich verhalten sollen, wenn Kinder und Jugendliche anfangen sich zurückzuziehen, erste Konsumerfahrungen machen, viel Zeit im Internet verbringen und die Streitereien sich häufen.

Die Berliner Präventionspraxis bietet Ihnen kostenfrei, schnell und unkompliziert Beratungen – von einer ersten Einschätzung und Denkanstößen bis hin zur gemeinsamen Suche nach weiterführenden Hilfen.

Unsere Berater*innen unterstützen:

- >> Eltern und Erziehende
- >> Jugendliche
- >> Fachkräfte, die mit Jugendlichen arbeiten

Wir führen Einzelgespräche oder Gespräche in der Gruppe mit weiteren Familienmitgliedern – kostenfrei, zeitnah und unkompliziert.

Auf Wunsch auch anonym, telefonisch und/oder online sowie in Absprache auch auf Englisch und Spanisch möglich.

Außerdem bieten wir **Themenabende** und **Kursformate** an, in denen Sie andere Erziehende kennenlernen und sich zu den Themen **Pubertät, Sucht und Prävention** austauschen können.

Diese und weitere **Angebote** finden Sie **im Veranstaltungskalender** der Fachstelle für Suchtpävention Berlin.





Nutzen Sie auch unseren interaktiven Elternratgeber für Informationen und erste Tipps rund um das Thema Pubertät:

kompetent-befaehigen.de

SO ERREICHEN SIE UNS:

Besuchen Sie uns spontan und ohne Termin während unserer Öffnungszeiten, immer dienstags von 10.00–17.00 Uhr, mittwochs von 12.00–17.00 Uhr und freitags von 9.00–14.00 Uhr.

HIER FINDEN SIE UNS:

BERLINER PRÄVENTIONSPRAXIS >> RAUS AUS DER GRAUZONE Gutsmuthsstraße 23 | 12163 Berlin 030 – 29 35 26 44 | info@berlin-praeventionspraxis.de www.berlin-praeventionspraxis.de

Ein Projekt von:





Gefördert durch:

Senatsverwaltung für Wissenschaft, Gesundheit und Pflege

BERLIN



istockphoto/ma_rish