

# HILFE, DIE PUBERTÄT IST DA!

Mittwoch, 09.10.2024  
von 18.00 - 20.00 Uhr



**starksein**  
MIT HERZ

## kostenloser Workshop für Eltern



### Kennst du das auch?

Dein Kind...

- ...hat oft keinen Bock auf Schule oder im Haushalt zu helfen?
- ...hängt ständig am Handy rum?
- ...möchte nur noch schlafen und chillen?
- ...hat ständig wechselhafte Launen?
- ...zieht sich immer mehr von dir zurück?

### In diesem Workshop erfährst du:

- Was passiert eigentlich in der Pubertät?
- Warum ist mein Kind oft müde und lustlos?
- Wie kann ich mein Kind in dieser Phase am besten unterstützen ?
- Wie schaffen wir es gemeinsam, diese Zeit zu meistern?



### Für ein harmonisches Familienleben!

Mit Beispielen aus der Praxis und  
Zeit für deine Fragen.

### Wo findet der Workshop statt?

Kulturfabrik  
Mayer-Alberti-Straße 11  
56070 Koblenz



Kinderschutzbund Koblenz e.V.

✉ [info@kinderschutzbund-koblenz.de](mailto:info@kinderschutzbund-koblenz.de)

☎ 0261 3 44 11

Claudia Höfer  
www.stark-sein-mit-herz.de  
☎ 01573 247 23 78



REFERENTIN:  
**Claudia Höfer**  
Selbstbehauptungs- und  
Resilienztrainerin,  
Kinder- und Jugendcoach