

0 - 14 Jahre

### Was macht unsere Kinder stark fürs Leben? Resilienzförderung bei Kinder und Jugendlichen

Irgendwann stehen fast alle Eltern vor diesen Fragen: Wie können wir unsere Kinder dabei unterstützen, zu einer gesunden, zufriedenen und selbstbestimmten Persönlichkeit zu werden? Was hilft ihnen, mit den Herausforderungen und Krisen des Lebens umzugehen? Wie bereiten wir sie optimal auf die Welt da draußen und auf etwaige Enttäuschungen oder Rückschläge vor?

Die so genannte Resilienzforschung liefert auf diese Fragen wertvolle und hilfreiche Antworten. Resilienz ist die Fähigkeit eines Menschen, schwierige Umstände, persönliche Krisen und belastende Veränderungen nicht nur psychisch gesund zu überstehen, sondern auch gestärkt daraus hervorzugehen – und daran zu wachsen.

In der Veranstaltung sehen wir uns an, wie Resilienz gefördert werden kann und welche praktischen Tipps Ihnen und Ihrem Kind helfen, sich im (Familien-)Alltag auf Positives zu konzentrieren.



#### Referentin

**Susanne Kopp** ist Dipl. Sozialarbeiterin (FH), Koordination des Bereichs „Erwachsenen- und Familienbildung“ im Haus Nazareth und Leitung des Elterntreff Winterlingen. Außerdem ist sie Referentin in Elternbildungskursen und Seminaren im Bereich der Erwachsenenbildung mit Schwerpunkt Resilienz, Persönlichkeitsentwicklung, Lebenskunst und Selfcare.



#### Anmeldung beim Veranstalter

##### Alb-Lauchert-Grundschule Veringenstadt

Carina Gluitz  
[c.gluitz@mariaberg.de](mailto:c.gluitz@mariaberg.de)  
07577 930-360

Zur Durchführung der Veranstaltung verarbeiten wir Ihre Kontaktdaten (Name, Telefon, Mailadresse) auf Grundlage von Art. 6 DS-GVO. Eine Übermittlung an Dritte findet nicht statt.

**Di, 21.03.2023 | 19:00 Uhr**

**Alb-Lauchert-Schule Veringenstadt**  
Außerstadt 5 | 72519 Veringenstadt

Das Elternbildungsprogramm wird unterstützt durch:



Kieferorthopädie  
Bad Saulgau

happysmiles Markdorf



**we love your smile**  
www.happysmiles.de strahlendes Lachen ohne Zähne ziehen



Round Table 162



Landkreis  
**Sigmaringen**