



## Kinder im Netz – Eltern im Gespräch

Digitale Medien faszinieren. Wann müssen sich Eltern Sorgen machen?

### Ständig am Handy?

- Wenn das Smartphone am Tisch mitisst.
- Wenn die Tochter nur noch chattet, statt zu reden.
- Wenn die Tochter wütend wird, wenn Sie «Stopp» sagen.

### Wie Grenzen setzen als Eltern?

#### Immer am Gamen?

- Wenn der Sohn keine Zeit mehr hat für die Schule.
- Wenn aus der erlaubten Stunde fünf Stunden werden.
- Wenn der Sohn am PC die Nacht zum Tag macht.

### Was tun?

#### Mit anderen darüber sprechen.

Teenager brauchen Hilfe, um einen kompetenten Umgang mit Medien zu finden. Die von Fachpersonen geleitete Gruppe unterstützt Eltern in der Medienerziehung. Auch das Gespräch mit anderen Eltern über Handy, Computer und Grenzen kann hilfreich sein. Denn unsere Erfahrung zeigt: Eltern können Eltern oft am besten helfen. Sie kennen die Sorgen der anderen. Und gemeinsam lassen sich Lösungen einfacher finden.

#### Wir laden Sie ein – vier Abende. Es begleiten Sie:

Gabrielle Marti, Leiterin Jugendberatung Stadt Zürich, MSc Psychologin, eidg. anerkannte Psychotherapeutin und  
David Suter, Projektleiter Suchtpräventionsstelle der Stadt Zürich

### Zielgruppe

Städtzürcher Eltern mit Kindern von 12 bis 16 Jahren.

### Ort

Suchtpräventionsstelle der Stadt Zürich, Röntgenstrasse 44, 8005 Zürich

### Daten

21. Oktober, 4./25. November, 13. Januar, jeweils Montagabend, 19.30 – 21.30 Uhr

### Kosten

Die Teilnahme ist kostenlos.

### Information und Anmeldung

Gerne beantworten wir Ihre Fragen und freuen uns auf Ihre Anmeldung – bis am 27. September 2019.

#### Suchtpräventionsstelle der Stadt Zürich

044 412 83 30

[www.stadt-zuerich.ch/suchtpraevention](http://www.stadt-zuerich.ch/suchtpraevention)

[suchtpraevention@zuerich.ch](mailto:suchtpraevention@zuerich.ch)

#### Jugendberatung Zürich-City

044 412 83 50

[www.stadt-zuerich.ch/jugendberatung](http://www.stadt-zuerich.ch/jugendberatung)

[jugendberatung@sd.stzh.ch](mailto:jugendberatung@sd.stzh.ch)