



# LERNPATEN SAAR



## Thema: Umgang mit Stress in der Krise – Familienalltag in der Coronazeit

Keine Schule oder KiTa, kein Sport oder Spielplatz, das Treffen von Freunden und Großeltern ist nicht möglich - der Alltag von Kindern und Eltern ist auf den Kopf gestellt. Die Veränderungen haben Auswirkungen auf das Familienleben: Eltern übernehmen neue Rollen, Kinder brauchen mehr denn je die Unterstützung ihrer Eltern in dieser Zeit. Wenn viele Anforderungen aufeinandertreffen, räumliche Enge den Bewegungsdrang der Kinder einschränkt, es zu Herausforderungen beim Lernen kommt und Unterstützungsangebote fehlen, wird es für Eltern schwierig bis unmöglich Ruhe zu bewahren und gelassen zu bleiben. In solchen Situationen reagieren die Kinder in der Regel weniger kooperativ als die Eltern es wünschen und ein Teufelskreis entsteht.

In dem Webinar gehen wir den Fragen nach:

- ☐ Wie Eltern mit solchen stressigen Situationen umgehen und sie entschärfen können,
- ☐ wie sie ihren Kindern helfen können, mit diesen Veränderungen umzugehen
- ☐ und wie Unterstützung aussehen kann.

**Termin: Donnerstag, den 25. Februar 2021, 16 – 18 Uhr**

**Referentinnen sind Nicole Burkert und Susanne Wilhelm (PrakSys)**

**Webinar per ZOOM, Dauer circa 90 Minuten**

**Wir brauchen dringend Ihre schriftliche Anmeldung (bis zum 20. Februar 2021).**

**Eine Anleitung zur Benutzung von ZOOM wird Ihnen mit der Einladung per Email zugeschickt.**

# FREIWILLIGEN AKADEMIE

