lisa. lelystad

welzijn lelystad

MDF

MEE SAMEN

GGD Flevoland

Tactus Verslavingszorg sinds 1900



PUBER ZIJN

in een wereld waarin iedereen altijd AAN staat

Ouderavond i.s.m. Helder Theater

Hoe blijven onze pubers relaxed, zichzelf, in balans en gelukkig?

Je zou nu maar een puber zijn. Alles is sneller, drukker en je bent zichtbaarder dan ooit, met schermen die nooit uit staan en een wereld waarin je altijd iets kunt missen. Tijdens deze interactieve ouderavond met theater en gedragswetenschapper Laura Sauvé ontdek je wat dat doet met je puber, en hoe jij kunt helpen.

Wat kun je verwachten?

De acteurs van Helder Theater nemen je mee in het autonome zenuwstelsel, een oeroud systeem dat ons helpt overleven, maar nog niet is geüpdatet naar deze snelle tijd. Laura Sauvé legt op een begrijpelijke manier uit hoe dat werkt.

Deze avond krijg je inzicht in:

- hoe het zenuwstelsel werkt bij jou en je puber
- het herkennen van signalen van je puber
- het beter begeleiden van je puber

Preventief, laagdrempelig en direct toepasbaar.

WOENSDAG 18 NOVEMBER

Porteum, theaterzaal gebouw Brug, Lelystad

19.30 - 21.30 uur (inloop v.a. 19.00)

Voor ouders en opvoeders van pubers

Gratis toegang, incl. koffie, thee & goodiebag

Meld je aan

Toegang is gratis en aanmelden is verplicht. Scan de **QR-code** of ga naar **ggdflevoland.nl/ouderavond-puberzijn**.

Deze activiteit is een initiatief van Lisa Lelystad in samenwerking met MDF, GGD Flevoland, MEE Samen, Welzijn Lelystad en Tactus. Lisa Lelystad is dé plek voor informatie en advies over opvoeden, opgroeien en ontwikkeling in Lelystad. Meer weten over wat Lisa Lelystad voor jou kan betekenen? Bekijk dan de website via www.lisalelystad.nl.