



ab 13.04.2026

Kess mit dem Abenteuer Pubertät umgehen

Eltern-Kurs über 4 Abende

Termine nur alle 4 Termine gemeinsam buchbar:

13.04.2026 (Präsenz)
21.04.2026 (online)
28.04.2026 (online)
04.05.2026 (online oder Präsenz)

•
•
•
•
• je 19:30-22:00 Uhr

Ort Präsenz: Pfarrsaal St. Stephan (Pfarrweg 9, 82041 Oberhaching); Zoom

Referentin Irmgard Bergmeier (zertifizierte Kess-Trainerin)

Kosten keine

Anmeldung bis 01.04.2026 (begrenzte Plätze): familienzentrum@kita.ebmuc.de

Pubertät - eine anstrengende und herausfordernde Zeit für alle, aber auch eine **Chance für eine neue Form der Beziehung!**

Manchmal steht das Familienleben auf dem Kopf. Chillen, chatten, shoppen und surfen, das ist den heranwachsenden Kindern oft wichtiger als gemeinsame Aktivitäten mit der Familie. Eltern kommen sich dann oft überflüssig vor oder reagieren generell und besorgt.

Jetzt kommt es für Eltern vor allem darauf an **gesprächsbereit** zu bleiben, die **richtige Balance zwischen Haltgeben und Loslassen** zu finden, die Zeit der Pubertät **gelassener** anzugehen...

Ein 4-maliger Kurs u.a. mit persönlichem Austausch, gezielten Übungen und individuellen Fragerunden, nach dem bewährten Kess-Programm.

("Kess" = kooperativ, ermutigend, sozial, situationsorientiert; www.kess-erziehen.de)

GEMEINSAM STARK FÜR FAMILIEN

Familienzentrum/Familienstützpunkt Oberhaching (Träger St. Bartholomäus)
Büro: Pfarrweg 9, 82041 Oberhaching

0157 7035 8156

www.familienzentrum.st-bartholomaeus.de

[Familienzentrum@kita.ebmuc.de](mailto:familienzentrum@kita.ebmuc.de)

familienstuetzpunktobberhaching

FSP gefördert durch:



Bayerisches Staatsministerium für
Familie, Arbeit und Soziales



Landkreis München



FAMILIENZENTRUM

St. Bartholomäus

DESENHOFEN

Familienstützpunkt

DESENHOFEN