



## Digitale Elternabende über die Software Zoom

### Alkohol

Alkohol ist bei den meisten Jugendlichen ein Thema. Rund 63% der 12- bis 17-Jährigen haben in ihrem Leben mindestens einmal Alkohol getrunken, etwa 10% konsumieren regelmäßig. Bei vielen Feiern gehören alkoholische Getränke ganz selbstverständlich dazu, Alkohol genießt eine hohe gesellschaftliche Akzeptanz, was es Eltern nicht immer leicht macht, Grenzen zu setzen. Nicht selten wird so viel getrunken, dass es zu einer Alkoholintoxikation kommt, die im Krankenhaus behandelt werden muss. Wir möchten Ihnen im Rahmen des Elternabends die Gelegenheit bieten, sich aus fachlicher Sicht mit der Wirkung von Alkohol auseinander zu setzen und Ihnen außerdem Empfehlungen für einen klaren Umgang mit Regeln, Grenzen und nicht zuletzt dem Thema Jugendschutz an die Hand geben. Nach einem etwa 30-minütigen Impulsvortrag gibt es ausreichend Gelegenheit für Ihre persönliche Fragen und gemeinsame Diskussionen.

**Nächster Termin:** 07. Dezember 2022, von 18 bis 19:30 Uhr (digital über Zoom)  
Anmeldung bis 05.12.2022 an: [praevention@drogenhilfe.koeln](mailto:praevention@drogenhilfe.koeln)

### Mediensucht

Die exzessive Mediennutzung von Kindern und Jugendlichen stellt für viele Familien zunehmend eine Herausforderung in der Erziehung der Kinder dar. Immer häufiger gibt es aufgrund der Nutzung von Mediengeräten Streit und Ärger zu Hause. Was können Eltern tun, wenn die Schulleistungen schlechter werden oder die Kinder sich zurück ziehen. Ist es bedenklich, wenn es sich stattdessen nur noch um das Smartphone, die Playstation und/oder den Computer dreht? Wie können Eltern es schaffen, ihre Kinder zu alternativen Freizeitaktivitäten zu bewegen?

In diesem Informationsabend erfahren Sie, wo die normale Mediennutzung aufhört, wo abhängiges Verhalten anfängt und was Erziehende tun können.

Die Veranstaltung wird mit der Software Zoom durchgeführt. Sie können an dem Abend ohne Video und Ton teilnehmen, um Ihre Anonymität zu wahren. Ihre Fragen und Anmerkungen können über die Chatfunktion gestellt werden.

**Nächster Termin:** 01. Dezember 2022 von 18 bis 19:30 Uhr (digital über Zoom)  
Anmeldung bis 29.11.2022 an: [praevention@drogenhilfe.koeln](mailto:praevention@drogenhilfe.koeln)