



**Resilienz bei Jugendlichen —
Umgang mit Krisen in der Pubertät**
Mittwoch, 21. Mai 2025
18:30 Uhr

Mittelschule Regenstauf

Hauzensteiner Str. 52, 93128 Regenstauf

Referentin Carola Hanusch, Dipl. Sozialpädagogin
und Systemische Beraterin

Zielgruppe: Eltern von Kindern im Pubertätsalter
(ab ca. 11J.)

Pubertät ist für Jugendliche die Zeit, in der Eltern „schwierig“ werden. Es ist eine Zeit der Rebellion und der Veränderung. Eltern müssen Ängste und Sorgen ertragen, besonders, wenn ihre Jugendlichen sich ausprobieren. Ab diesem Zeitpunkt ist es wichtig im Familienleben, mehr auf Beziehung zu bauen, als auf Erziehung und Strafen, gerade weil in den Teenagerjahren die Suche nach der eigenen Identität für Jugendliche an erster Stelle steht.

Der Vortragsabend beleuchtet den Begriff der Resilienz und gibt Ihnen Ideen, wie Sie Ihre heranwachsenden Kinder in dieser Zeit unterstützen und stärken können.



Jugendliche und SUCHT
Infoabend/Podiumsdiskussion
Dienstag, 08. Juli 2025
19:00 Uhr

Staatliche Realschule Regenstauf

Hauzensteiner Str. 54, 93128 Regenstauf

Zielgruppe: Eltern und Erziehungsberechtigte von Kindern zwischen 12 und 17 Jahren, Lehrkräfte & sonstige Interessierte

Teilnehmende am Podium:

- Dr. MU Jana Langguth (Ärztin - Jugendärztlicher Dienst am Gesundheitsamt Regensburg)
- Schulleitung MUvD-Realschule
- Repräsentant der PI Regenstauf
- Stefanie Schösser, Sozialpädagogin (Suchtberatung am Gesundheitsamt Regensburg)
- Felix Dominick, Dipl. Pädagoge und Syst. Therapeut. – *drugstop* Drogenhilfe e.V. Regensburg

Themen:

- Konsumtrends bei Jugendlichen – mögliche Risiken und Auswirkungen
- Entstehung und Prävention von Sucht
- Elterliche Intervention und Hilfsangebote
- Rechtliches

und andere Aspekte werden in diesem hochkarätig besetzten Podium aus Experten, die in ihrem Arbeitsalltag mit dem Thema „Sucht“ zu tun haben, besprochen.



Familienalltag zwischen Glück und Herausforderung

Vorträge für Eltern & Interessierte



Eine Initiative der Jugendsozialarbeit an den Schulen der Marktgemeinde und dem Familienstützpunkt Regenstauf, mit freundlicher Unterstützung der Marktgemeinde Regenstauf und der Fördervereine, Elternbeiräte & Schulleitungen.





Kinder zu haben ist eines der größten Geschenke und eine riesige Herausforderung zugleich.

Wir, die Jugendsozialarbeiterinnen an den Schulen in Regenstauf, Ramspau & Diesendach und das Team des Familienstützpunkt Regenstauf sind für Sie da.

In dieser Veranstaltungsreihe sprechen Fachleute über Themen, die wir in unserer täglichen Arbeit mit Familien als wichtig erachten. Die Teilnahme steht allen Interessierten offen. Sie ist nicht an eine Schulzugehörigkeit des Kindes an diese Schule gebunden.

Um vorherige Anmeldung wird gebeten, spontanes Erscheinen ist möglich.

Anmeldung:

bis eine Woche vor dem jeweiligen Termin im **Familienstützpunkt Regenstauf**
E-Mail: familienstuetzpunkt@regenstauf.de



Von Wut, Streit & null Bock— wenn Kinder starke Gefühle haben
Dienstag, 22. Oktober 2024
19:00Uhr

Grundschule Ramspau
Schulweg 1, 93128 Ramspau

Referentin: Ursula Wendeberg, Pädagogin M.A.

Zielgruppe: Eltern mit Kindern im Grundschulalter
Wenn Kinder oft nicht folgen, gefühlsstark oder wenig motiviert sind, kann es für Eltern ganz schön anstrengend werden.
Der Vortrag macht verständlich, warum sich Kinder manchmal so verhalten und stellt einen kleinen „Werkzeugkoffer“ vor, der ganz konkrete Tipps für Eltern in schwierigen Situationen enthält.



Abenteuer Achtsamkeit— mit kurzen Achtsamkeitsmomenten GROSSES bewirken
Donnerstag, 23. Januar 2025
19:00 Uhr

Grundschule Diesendach
Sandstraße 19, 93128 Diesendach

Referentin: Simone Schreier, Ergotherapeutin und Trainerin für „Lieblingsfach“ - Workshops

Zielgruppe: Eltern mit Kindern im Grundschulalter
Ein kreativer Erlebnisworkshop für alle, die ihren (Familien-) Alltag entschleunigen und mit mehr Konzentration, Gelassenheit und einer Portion „Happiness“ stärken möchten.
In unserer oft schnelllebigen, stressigen Welt ist Achtsamkeit ein großartiges Werkzeug, um Stress abzubauen, Ruhe zu finden, die Konzentration zu schulen und eine positive Haltung zu entwickeln. Mit Glitzerglas, Schokoladenmeditation, Kuschtieratmung und Co lernen Sie effektive Methoden und Rituale kennen, die Sie einfach und mit viel Freude in Ihren Alltag integrieren können.



Grundschule am Schlossberg
Regenstauf

Hausaufgaben stressfrei begegnen
Donnerstag, 06. Februar 2025
19:00 Uhr

Grundschule am Schlossberg
Friedenstraße 40, 93128 Regenstauf

Referentin: Andrea Schmalz, Lerncoach

Zielgruppe: Eltern mit Kindern im Grundschulalter
Hausaufgaben – ein täglicher Kampf? Muss nicht sein! In diesem Vortrag erfahren Sie, wie Sie Ihr Kind optimal unterstützen können. Ich zeige Ihnen praktische Tipps für eine entspannte Lernatmosphäre, effektive Stressprävention für Ihr Kind und einfache Tricks aus dem Lerncoaching. Lassen Sie Streit und Ärger hinter sich und schaffen eine harmonische Lernumgebung und machen Sie Hausaufgaben zur stressfreien Zone



Medien(erziehung) in der Familie
Donnerstag, 10. April 2025
18:30 Uhr

Schule an der Friedenstraße (SFZ) Regenstauf
Friedenstraße 42, 93128 Regenstauf

Referent: Volker Dietl, Medienpädagoge, Medienfachberatung des Bezirks Oberpfalz/
Referentennetzwerk der BLM Bayern

Zielgruppe: Eltern und Erziehungsberechtigte mit Kindern im Schulalter, Lehrkräfte & sonstige Interessierte

Soziale Netzwerke, Nachrichtendienste, digitale Spiele und Co. Was fasziniert Kinder und Jugendliche so daran? Wie sieht ein sicherer und „gesunder“ Umgang damit aus und wie kann dieser erlernt werden? Wann wird es zu viel? Welche Inhalte sind problematisch?
Diese und andere Fragen kommen in diesem Vortrag zur Sprache.