



Foto: iStock.com

# Stream or scream?

## Online-Angebot für Eltern und Bezugspersonen

**Die virtuelle Welt ist aus dem Alltag von Jung und Alt nicht mehr wegzudenken. Die Möglichkeiten, welche die digitalen Medien eröffnen, üben insbesondere auf Kinder und Jugendliche eine starke Faszination aus, was die Eltern und Bezugspersonen im Erziehungsalltag vor grosse Herausforderungen stellen kann.**

Wie fördere ich bei meinen Kindern bzw. Jugendlichen einen verantwortungsvollen Umgang? Wieviel ist zu viel? Wie stelle ich sinnvolle Regeln auf? Wie bleibe ich mit meinem Kind oder Jugendlichen im Gespräch? Wie gestalte ich Beziehung trotz Konflikten und wie machen es andere Eltern?

Das zweiteilige Online-Angebot informiert Eltern und Erziehungsverantwortliche über Faszination und Möglichkeiten von digitalen Medien, rückt aber auch deren problematischen Aspekte in den Fokus. Die Veranstaltungen vermitteln Denkanstösse für einen bewussten Umgang mit digitalen Medien im Familienalltag und bieten Gelegenheit zum Erfahrungsaustausch.

### Daten

Teil 1: 16. Januar 2024, 19:00 – 20:30 Uhr

Teil 2: 25. Januar 2024, 19:00 – 20:30 Uhr

## Anmeldung

Anmeldefrist: Dienstag, 9. Januar 2024

Online unter folgendem Link:

[https://www.bernergesundheits.ch/themen/digitalemedien/online\\_angebot/](https://www.bernergesundheits.ch/themen/digitalemedien/online_angebot/)



Die Veranstaltungen sind kostenlos und finden online statt.

## Referierende

Ursina Bill, Fachmitarbeiterin Gesundheitsförderung und Prävention

Rahel Bühlmann, Fachmitarbeiterin Beratung und Therapie

Feliça Granell, Fachmitarbeiterin Beratung und Therapie

## Kontakt

Zentrum Bern Mittelland, 031 370 70 70, [bern@beges.ch](mailto:bern@beges.ch)

### Gemeinsam für mehr Gesundheit

Unsere Angebote sind so individuell wie die Menschen, die sie in Anspruch nehmen. Unsere Kernaufgaben sind Gesundheitsförderung, Prävention, Sexualpädagogik sowie Suchtberatung und -therapie. Wir erbringen unsere massgeschneiderten Dienstleistungen überall in Ihrer Nähe – vertraulich und kompetent.

[www.bernergesundheits.ch](http://www.bernergesundheits.ch)

Im Auftrag von:



**Kanton Bern**  
**Canton de Berne**