



**Elternanlass am 23. Mai 2024 19.30 – 21.00 Uhr**

**Aula OSZ-Madretsch**



Foto: iStock

## **«Pausenlos auf Draht»**

### **Einen bewussten Umgang mit digitalen Medien fördern**

Smartphones und Social Media sind aus dem Alltag von Jugendlichen nicht mehr wegzudenken. Immer mehr Jugendliche erleben das «Pausenlos auf Draht sein» als stressig. Wie können Eltern ihre Kinder dabei unterstützen den digitalen Stress zu reduzieren und einen bewussten Umgang zu fördern?

Der Themenabend vermittelt Denkanstöße für einen bewussten und risikoarmen Gebrauch digitaler Medien im Familienalltag und bietet Gelegenheit zum Erfahrungsaustausch.

#### **Referentin:**

Esther Tellenbach, Fachmitarbeiterin Gesundheitsförderung und Prävention  
Berner Gesundheit

Die Einladung wird nach den Frühlingsferien über die Klassenlehrer/innen verteilt.