

„Wie umarme ich einen Kaktus?“

Eine Impulsreihe zur Begleitung von Jugendlichen durch die Pubertät

10 Themen, immer donnerstags, 1x monatlich digital über TEAMS mit vorheriger Anmeldung

50 Minuten Input plus Zeit für Austausch und Fragen

Teilnahme an einzelnen Terminen ist möglich

Anmeldung unter: koe@soziales.hamburg.de



© Kim Pautzke

09. April 2026 von 17-18:30Uhr:

„High Five - aktuelle Konsumtrends bei Jugendlichen: Lachgas, Tilidin, Benzos & Co“

(Jana Hübner & Annika Discher / jugend.drogen.beratung.kö)

07. Mai 2026 von 8:30-10Uhr:

„Anorexie, Bulimie und Binge Eating - (k)ein Thema bei Jungen?!“
(Melanie Rottmann / sMUTje)

11. Juni 2026 von 17-18:30Uhr:

„Zwischen Verständnis und Erziehungsauftrag: Wie die Begleitung des Medienkonsums in Familie gelingen kann!“
(Annika Discher und Anke Korfhage / jugend.drogen.beratung.kö)

Weitere Themen rund um die Pubertät – **Alkohol, Cannabis, Vapes, Sexualität, Kommunikation, Umgang mit Schulstress, Essstörungen** – sind Teil dieser Impulsreihe und werden wieder ab Herbst 2026 im nächsten Durchlauf angeboten.