

Webinars ouders 2026

Puberbrein en psychische problemen

10 maart 2026 / 19.30 – 21.00 uur

Stemmingswisselingen, grenzen opzoeken. Wat hoort bij de puberteit en wanneer speelt er meer? Over de ontwikkeling van pubers en psychische klachten.

Omgaan met prestatiedruk

20 maart 2026 / 10.00 – 11.30 uur

Presteren lijkt de norm tegenwoordig. Dat kan spanning opleveren. Hoe leer je je kind omgaan met stress en druk rondom presteren?

Naar de middelbare!

14 april 2026 / 19.30 – 21.00 uur

Van de basisschool naar de middelbare, best spannend. Hoe ondersteun je je kind bij deze overstap?

Spanning en stress thuis

20 mei 2026 / 19.30 – 21.00 uur

Als je als ouder of verzorger zelf gespannen bent of niet lekker in je vel zit, kan dat impact hebben op de rest van het gezin. Hoe ga je het gesprek aan en hoe help je je kind om met de spanning thuis om te gaan?

Praktische informatie

- ✓ Alle webinars zijn **gratis**
- ✓ Tijdens het webinar ben je **anoniem**
- ✓ Je kunt vragen stellen via de chat
- ✓ Kun je niet? Meld je toch aan. Achteraf ontvang je een terugkijlink!
- ✓ Aanmelden kan via onze website of de QR-code propersona.nl/preventie

