

# ONLINE OUDERAVONDEN

over opvoeden en alcohol, roken, drugs, overmatig beeldschermgebruik of mentale gezondheid

- Is het nog gezond dat mijn kind zoveel gamet?
- Moet ik alcohol drinken verbieden of gaan ze het dan juist doen?
- Is drugsgebruik onder jongeren normaal?
- Hoe help ik mijn kind veerkrachtiger te worden na tegenslag?
- Somberheid en spanning bij mijn kind: moet ik me zorgen maken of is dit normaal pubergedrag?
- Hoe pakken andere ouders dat aan?

Herkenbare vragen? Je bent niet de enige! Veel ouders lopen met vragen rond over deze thema's. Daarom organiseren IrisZorg Preventie en Pro Persona Connect digitale ouderavonden over deze onderwerpen voor ouders van alle middelbare scholen in de regio Nijmegen.

De avonden zijn laagdrempelig, gratis en je hoeft de deur niet uit. Deelnemers ervaren het als zeer nuttig en herkenbaar. **Aanmelden?** Klik op de button of scan de QR-code. Je kunt je tot een week van te voren aanmelden.

Wil je alvast een preview? De preventiewerkers van IrisZorg zetten de belangrijkste tips op een rijtje: [Filmpje alcohol roken drugs en pubers](#)

## MEER INFORMATIE

Meer informatie vind je op de site [www.helderopvoeden.nl](http://www.helderopvoeden.nl), [www.iriszorg.nl/preventie](http://www.iriszorg.nl/preventie) en [www.propersonaconnect.nl](http://www.propersonaconnect.nl)  
Vragen? Mail naar [nijmegenpreventie@iriszorg.nl](mailto:nijmegenpreventie@iriszorg.nl).

Wil je graag deelnemen?

[Klik hier](#)

Of scan de QR-code.



## DATA

Roken, drinken en drugs klas 1 en 2  
Dinsdag 24 oktober

Roken, drinken en drugs klas 3 en hoger  
Donderdag 2 november

Overmatig beeldschermgebruik  
Dinsdag 7 november

Eerste Hulp bij tegenslagen  
Donderdag 16 november

Angst, somberheid en stress  
Donderdag 26 oktober

De avonden zijn van 19.30 tot 21.00 uur



**Connect**  
*Pro Persona*

**IRISZORG**  
Grip op je leven