

# Online bijeenkomst 16 juni: Een gezond puberbrein!

## Wat kun jij doen om dit te versterken?

*Voor alle opvoeders van pubers die meer willen weten over mentale gezondheid en het puberbrein!*

Tijdens deze online bijeenkomst gaat ontwikkelingspsycholoog en opvoedcoach **Steven Pont** in op het belang van een goede mentale gezondheid van pubers en hoe je deze kunt versterken.

Wat is belangrijk om te weten als opvoeder, waar let je op en wat kun je doen om je puber hierbij te ondersteunen.

## Kom je ook?

**Wanneer:** Donderdag 16 juni 2022

**Hoe laat:** 20:00 tot 21:15 uur

**Locatie:** Online

**Kosten:** Kosteloos

## Je krijgt antwoord op vragen zoals:

- Wat is mentale gezondheid?
- Wat hebben pubers nodig om zich mentaal gezond te ontwikkelen?
- Hoe ga je in gesprek met je puber over hoe hij/zij zich voelt.
- Wanneer komt gedrag vanuit het puberbrein en wanneer is gedrag zorgelijk?
- Maar ook: Wat als het even tegen zit? En wat zijn mogelijke signalen om op te letten?

Een praktische online bijeenkomst waarin je meer leert over mentale gezondheid en het puberbrein. Tijdens deze online bijeenkomst kun je vragen stellen via de chat!

