



Einladung zum Vortrag

ERNÄHRUNG, BEWEGUNG & INNERE STÄRKE

Wie Körper und Psyche zusammenhängen. Welche Rolle Ernährung, Bewegung und Wohlbefinden beim Lernen und der Konzentration spielen und wie Eltern ihre Kinder stärken können.



Barbara Monte ist Selbstbehauptungs- und Resilienztrainerin sowie Gesundheitsmanagerin. Als Mutter von drei Töchtern kennt sie die Herausforderungen des Familienalltags aus eigener Erfahrung. In ihren Vorträgen und Seminaren gibt sie Eltern praxisnahe Impulse, wie sie ihre Kinder auf dem Weg zu selbstbewussten und starken Jugendlichen begleiten können.

www.starkaufaugenhoehe.de

Donnerstag, 19.11.2026, 19Uhr

Foyer Schlossgymnasium, Freier Eintritt

Anmeldung bis 16.11.2026 an
marlena.goeller@freenet.de

Kurzfristig Entschiedene sind natürlich auch herzlich willkommen.

