



Wenn der Leistungsdruck steigt, sind die Reaktionen **bei Eltern und Kindern** vielfältig. Bei Kindern ist es durch Verhaltensänderung erkennbar, die sich unterschiedlich äußern. Zudem treten häufig **Konzentrationschwierigkeiten** auf, welche sich oft durch schlechter werdende Schulnoten bemerkbar machen.

Typische Warnsignale können sein:

Bauchweh, Kopfschmerzen, Einschlafschwierigkeiten, Aggressivität, schlechte Laune, Nervosität oder Angst.

Stress und Leistungsdruck gibt es auch bei Erwachsenen! Kann man Stress vermeiden, bevor er entsteht? Was ist Nahrung für mein Gehirn?

**10. September 2019 um 18:30 Uhr
gesünder leben – Linz,
Volksfeststraße 14, Tel: 0732/77 11 46
Um Anmeldung wird gebeten!**

EINTRITT: FREIWILLIGE HERZENSGABE



MARIA HÄUSLER

Michaelsbergstraße 55, 4060 Leonding
Tel: 0676 47 50 893
massage.maria33@gmail.com

EINLADUNG

**Stress &
Leistungs-
druck
kennen
viele!**