



GÖNN DIR

Echtzeit

ZUR SCREENZEIT

Dienstag  
16. Juni

🕒 8:30-10 UHR



Rathaus Tulln,  
Atrium


## Level Up! Stark für morgen


Dein Tag für Gesundheit und volle Energie – mit:

- Bewegung
- gesunde Jause
- coole Stationen
- Wissen über deinen Körper
- Gefühle stärken
- kreativ sein

Mitmach-  
Stationen &  
Gewinnspiel mit  
Überraschungen!

Gesundes  
TULLN   
FIT 4 FUTURE 

 Bundesministerium  
Arbeit, Soziales, Gesundheit,  
Pflege und Konsumentenschutz

 Gesundheit  
Österreich GmbH

 Fonds Gesundes  
Österreich

GESUNDES  
TULLN  
AN DER DONAU 

Gefördert aus Mitteln des Fonds Gesundes Österreich

GÖNN DIR

Echtzeit

ZUR SCREENZEIT



Dienstag  
16. Juni

🕒 10:30-13 UHR



Rathaus Tulln,  
Atrium


# Level Up! Stark für morgen


Dein Power-Day für mehr Energie - zu den Themen:

- Bewegung
- Ernährung
- mentale Stärke
- Entspannung
- Body Facts
- Kreativität

Workshops,  
Action-Stationen  
& Gewinnspiel mit  
Überraschungen!

Gesundes  
**TULLN**   
FIT 4 FUTURE 

 Bundesministerium  
Arbeit, Soziales, Gesundheit,  
Pflege und Konsumentenschutz

 Gesundheit  
Österreich GmbH

 Fonds Gesundes  
Österreich

GESUNDES  
TULLN  
AN DER DONAU 

Gefördert aus Mitteln des Fonds Gesundes Österreich



GÖNN DIR

Echtzeit

ZUR SCREENZEIT

Dienstag  
16. Juni

🕒 AB 17 UHR

Rathaus Tulln,  
Atrium

## Warum Abschalten so schwer ist

Ein Abend für Eltern, Pädagog:innen  
& Interessierte

ab 17 Uhr:


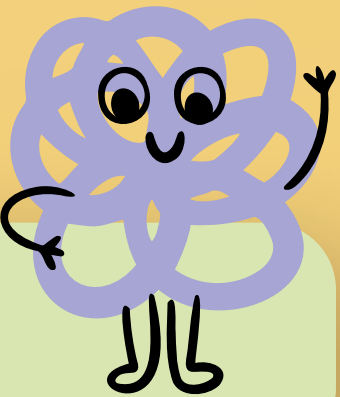
- Infostände und Beratung
- kreative Überraschungen aus Schul-Workshops


18:30 Uhr: Keynote-Vortrag & Podiumsdiskussion



Smartphone-Coachin Andrea Buhl-Aigner  
„Noch ein Video, noch ein Level...“

Wie Apps und Online-Spiele unser Gehirn  
austricksen – und warum Abschalten so schwer ist.

Gesundes  
**TULLN**   
FIT 4 FUTURE 

 Bundesministerium  
Arbeit, Soziales, Gesundheit,  
Pflege und Konsumentenschutz

 Gesundheit  
Österreich GmbH

 FONDS  
Gesundes  
Österreich

GESUNDES  
TULLN  
AN DER DONAU 

Gefördert aus Mitteln des Fonds Gesundes Österreich



GÖNN DIR  
**Echtzeit**  
ZUR SCREENZEIT



Dienstag  
**16. Juni**

 **AB 17 UHR**

Rathaus Tulln,  
Atrium

## Warum Abschalten so schwer ist

Ein Abend für Eltern, Pädagog:innen  
& Interessierte

ab 17 Uhr:


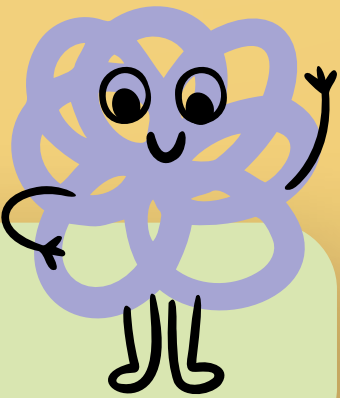
- Infostände und Beratung
- kreative Überraschungen aus Schul-Workshops


18:30 Uhr: Keynote-Vortrag & Podiumsdiskussion



Smartphone-Coachin Andrea Buhl-Aigner  
„Noch ein Video, noch ein Level...“

Wie Apps und Online-Spiele unser Gehirn  
austricksen – und warum Abschalten so schwer ist.

Gesundes  
**TULLN**   
FIT 4 FUTURE 

 Bundesministerium  
Arbeit, Soziales, Gesundheit,  
Pflege und Konsumentenschutz

 Gesundheit  
Österreich GmbH

 Fonds Gesundes  
Österreich

GESUNDES  
TULLN  
AN DER DONAU 

Gefördert aus Mitteln des Fonds Gesundes Österreich