



## Schlauer essen - besser lernen

Mit geeigneter Ernährung die Konzentrationsfähigkeit und den Lernerfolg fördern

- Ziel** Bedeutung von Ernährung auf die geistige und körperliche Entwicklung und Konzentrationsfähigkeit richtig einschätzen
- Dauer** 90 Minuten
- Inhalt** Wenn Kinder sich in der Schule nicht gut konzentrieren können, kann das durch eine unbefriedigende Ernährungssituation verstärkt werden. Eine gute Ernährung und eine stabile Basisstruktur in Alltag fördern die Konzentrationsfähigkeit.
- Ernährungssituation im Alltag
  - optimale Kinderernährung
  - mentale Leistungsfähigkeit
  - Ernährungsfaktoren, die einen Einfluss auf ADHS haben können
- Zielgruppe** Therapeuten/innen; Lehrer/innen; Eltern
- Durchführung** Vortrag & Gespräch
- Voraussetzung** keine
- Teilnehmerzahl** mindestens 7

*Dieses Angebot wurde unter [www.eb-gs.de/display-angebot/144](http://www.eb-gs.de/display-angebot/144) gefunden.  
Erstellt am 4.4.2025*