



sh.ch

GESUNDHEITSFÖRDERUNG
SCHAFFHAUSEN



BUSINESS-LUNCH

"Das jugendliche Gehirn besser verstehen und die mentale Gesundheit stärken"

Montag, 27. Okt 2025

Restaurant Kronenhof

Kirchhofplatz 7, Schaffhausen

Programm

11:30 Inputreferat Teil 1

12:30 Mittagessen

13:30 Inputreferat Teil 2
und Austausch

14:15 Ende der Veranstaltung

Wir freuen uns, Sie zum Business-Lunch „Das jugendliche Gehirn besser verstehen und die mentale Gesundheit stärken“ einzuladen. Unsere Referentin, Dr. Barbara Studer, ist Neurowissenschaftlerin, Dozentin und Unternehmerin. Die dreifache Mutter ist Expertin für Hirngesundheit und doziert an der Universität Bern und anderen Institutionen. Sie ist Gründerin und CEO des start-ups Hirncoach mit Programmen für die mentale Fitness und Gesundheit für Menschen jeden Alters.

Die Jugendjahre sind eine Zeit intensiver Veränderung – sowohl körperlich als auch emotional. Das Gehirn von Jugendlichen entwickelt sich in einem rasanten Tempo und prägt dabei Verhalten, Emotionen und Entscheidungen. Bezugspersonen spielen eine zentrale Rolle dabei, diese Entwicklung zu fördern und Orientierung zu geben. Erfahren Sie, wie das Gehirn eines Teenagers funktioniert und was während der Pubertät passiert. Lernen Sie, wie Sie eine starke und unterstützende Umgebung für die mentale Gesundheit von Jugendlichen gestalten können. Barbara Studer gibt spannende Einblicke in die Wissenschaft – leicht verständlich und auf den Alltag anwendbar- sowie praktische Tipps für die mentale Gesundheit und mehr digitale Achtsamkeit.

Business-Lunch

Gesundheitsförderung Schaffhausen organisiert zweimal jährlich einen Business-Lunch zu einem aktuellen Thema aus der Lebenswelt von Jugendlichen für Berufsbildnerinnen und Berufsbildner sowie Lehrpersonen der Stufe Sek II. Beim gemeinsamen Stehlunch haben die Teilnehmenden die Gelegenheit zum gegenseitigen Austausch.

Anmeldung

via Link oder QR-Code



Kosten

Fr. 30.- inkl. Lunch
(bitte bar mitbringen)



GESUNDHEITSFÖRDERUNG
S C H A F F H A U S E N

Das Angebot wird unterstützt durch:
Gesundheitsförderung Schaffhausen
und Gesundheitsförderung Schweiz



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera