

Vortrag & Diskussion

# Die magische Anziehungskraft von TikTok, Instagram & Online-Spielen

- Wie fördern Apps & Spiele lange Bildschirmzeiten?
- Warum können Kinder & Jugendliche so schwer aufhören?
- Welche Funktionen erzeugen Glückgefühle, an die wir uns gerne gewöhnen?
- Wie gelingt ein bewusster Umgang in der Familie?
- Wie vermeiden wir Medienstress und fördern Konzentration und Ruhe?



**Montag, 20. Jänner**

**19:00 Uhr**

Blasmusikmuseum Oberwölz

Vortrag: Andrea Buhl-Aigner,  
Smartphone Coach und Spezialistin für  
digitale Medien

[www.smartphonecoach.org](http://www.smartphonecoach.org)