



Newsletter Schulsozialarbeit

Liebe Schüler*innen!

Stress gehört zum Leben dazu. Aber Corona-Quarantäne und alle Familienmitglieder seit Wochen zu Hause – das ist schon eine neue Qualität. Wir alle stecken mittendrin: Videokonferenzen, Hausaufgaben, Lernplattformen, zu wenig Schlaf, Sorge um die Großeltern, Sorge um die Eltern und Freunde. Mit dem Schulstart Mitte Mai ist Aussicht auf Erleichterung gegeben. Bis dahin helfen kleine Tipps, um sich als Familie nicht kleinkriegen zu lassen.

1. „Nein“ sagen können
2. Keine Hektik entstehen lassen
3. Einen Gang runter schalten
4. Nicht perfekt sein wollen
5. Auszeiten einplanen!
6. Lachen... selbst wenn man sich dazu zwingen muss.
7. Beim Wettbewerb der Schulsozialarbeit mitmachen und gewinnen

Leitner Raphaela
0676 88015180
E-Mail Adresse:
**raphaela.leitner@caritas-
steiermark.at**

Preis Ausschreiben für Natur-Detektive!

Geht mit der Suchliste nach draußen an die frische Luft! Wer bis zum 05. Mai ein Foto seiner Fundstücke per SMS, E-Mail oder Signal an Raphaela schickt, hat Chancen auf einen tollen Gewinn (Fußball, Federballset oder ein Buch „Nur Mut!“). Die Gewinne werden auf die Schulen aufgeteilt und unter den Mitspielenden verlost. **Viel Glück und viel Spaß!**

Suchliste!

- ❖ eine Feder
- ❖ ein angeknabbertes Blatt (nicht von dir)
- ❖ etwas Spitzes
- ❖ etwas ganz Gerades
- ❖ einen Samen der vom Wind getragen wird
- ❖ etwas, das ein Geräusch macht
- ❖ etwas, das dich an dich selbst erinnert

Hier findet ihr noch Links für coole Ideen von Sommersnacks

https://www.youtube.com/watch?v=Li5mmU_3PqQ

<https://www.youtube.com/watch?v=Io7xBEhCINs>

<https://www.youtube.com/watch?v=jmHZ30dxTX8>

<https://www.youtube.com/watch?v=ear74qE9GEo>