

Liebe Schülerinnen und Schüler!

In dieser für alle herausfordernden Zeit sind wir für euch da:

Während des Lockdowns sind wir für alle Schülerinnen und Schüler über den **Teams-Chat und per Mail** erreichbar. Bitte zögert nicht, uns zu kontaktieren, wenn euch die aktuelle Situation belastet!

Uli Leitner bietet ein **wöchentliches online Seminar „Gestärkt durch den November“** an, mit verschiedenen Übungen und Inhalten (z.B. Entspannungstechniken, Umgang mit herausfordernden Gedanken/Gefühlen,...) für alle interessierten Schülerinnen und Schüler. Die Inhalte sollen euch in den kommenden Wochen stärken und unterstützen.

Alles Gute für die kommende Zeit!

Uli und Petra

Petra

Mag. Petra Fischer

Montag bis Mittwoch 08:00 bis 14:00 Uhr

0676/462 44 63

p.fischer@gymmelk.ac.at

Uli

Mag. Ulrike Leitner

Donnerstag und Freitag 09:00 bis 14:00 Uhr

0676/37 13 859

u.leitner@gymmelk.ac.at

Rund um die Uhr erreichbar ist die **Telefonhotline 147 Rat auf Draht**.