

# STRESSFREI !

## Raus aus dem Kopf- Rein ins Spüren

Nr. 41



Wir begeben uns auf eine Sinnesreise und erkunden Möglichkeiten der Entspannung und Erholung. Unsere Wegbegleiter sind Klang, Duft, Geschmack, Bewegung & Berührung, Tanz & Gesang, Yoga & Atmung & Meditation.

### Allgemeine Informationen:

- Leitung: Josie ☺ (josephine.erb@schule.thueringen.de)
- Ort: Löwen Raum Windmühle
- 1.Treffen: 23.03.23, 8:15 Uhr, Eingangsbereich Windmühle
- Täglich bis 13 Uhr
- Do 30.03.23, 15-18:30 Uhr Schulfest für alle
- **AUSTAUSCH: Schulcloud- Kurse- „Stressfrei“**  
**Schaut hier unbedingt rein, für weitere Absprachen!**



### Mitbringliste:

- Yogamatte, gepolstertes Sitzkissen, Sofa-Decke
- Ein besonderes, schönes, neues Schreibheft/Tagebuch für deine Aufzeichnungen
- Federmappe/verschiedene Stifte zum Gestalten (z.B. Filz, Bunt, Pastel ...), weißes Papier
- einen Gegenstand/Glücksbringer, der dir viel bedeutet (z.B. Stein, Figur, Kette, Schmuck, Muschel, Karte, Foto ...)
- Wohlfühlkleidung, in der du dich gut bewegen kannst, warme Socken/Hausschuhe
- Augenmaske/Schlafmaske
- Müsli-Schüssel, Löffel, Teetasse,
- Sitzunterlage für Draußen/Wald
- 10€ für Frühstückszubereitung und andere Kleinigkeiten
- UND Besonders Wichtig:

FREUDE



MUT



OFFENHEIT



KREATIVITÄT



VERTRAUEN



ACHTSAMKEIT



# Einladung zum Schulfest

Kinder, ErzieherInnen und LehrerInnen präsentieren

am Donnerstag, 30. März 2023 ab 15:00 Uhr

die Ergebnisse der schuloffenen Projektwoche im Rahmen eines

## Schulfestes am Innenstadtcampus.

Dazu möchten wir Euch und Eure Eltern, Freunde, Verwandten... natürlich herzlich einladen. Es wird ein vielfältiges Programm, verschiedene Stände, Ausstellungen und und und geben.

### *Informationen für die Eltern:*

Zum Schulfest am Donnerstag, 30.03.2023, haben alle SchülerInnen zwischen 15:00 und 18:30 Uhr Anwesenheitspflicht. Die Hortbetreuung findet zwischen 12:30 und 15:00 Uhr statt. Hortkinder an der Windmühle werden gemeinsam mit den HortnerInnen 14:30 Uhr zum Innenstadtcampus laufen. Danach übernehmen die ProjektleiterInnen die Aufsicht wieder. Wir bitten Euch, Eure Kinder vom 1. bis 4. Jahrgang spätestens ab 17:00 Uhr am Innenstadtcampus in Eure Obhut zu übernehmen, damit sie das Schulfest vollständig miterleben können.

Über Eure Unterstützung bei der Vorbereitung und Organisation des Schulfestes freuen wir uns sehr. Möchtet Ihr uns helfen, schreibt uns per Mail an [projektwoche@jenaplan-weimar.de](mailto:projektwoche@jenaplan-weimar.de).

Jede Projektgruppe ist zur kulinarischen Umrahmung des Festes aufgefordert an ihrem Stand ein kleines Buffet zu gestalten. Bitte unterstützt Euer Kind dabei.