



An die Sorgeberechtigten aller Schülerinnen und Schüler
der Integrierten Gesamtschule Pellenz in Plaidt

Plaidt, 16.05.2022

Einladung zu einem Elternvortrag

Liebe Eltern,
nachdem der Termin nun schon zweimal verschoben werden musste, möchte der Schulelternbeirat der Integrierten Gesamtschule Pellenz in Plaidt Sie noch einmal herzlich zu einem interessanten Elternvortrag einladen:

“Achtsamkeit mit und für Kinder” – Bewusst.Gemeinsam.Wachsen.

Gastvortrag von Dirk Gemein, Koblenz

Mittwoch, 8. Juni 2022, 19:00 Uhr in der Mensa der IGS Pellenz

Referent **Dirk Gemein** ist Achtsamkeits-Coach und bezeichnet sich selbst als „Glückslehrer“.

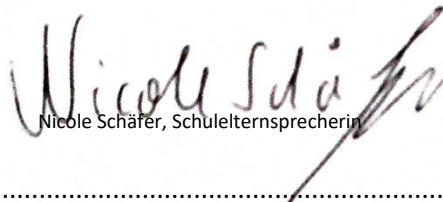
Achtsamkeit - das bedeutet empathisch zu sein und mit Stress oder belastenden Emotionen besser umzugehen. Achtsamkeitstraining führt zu einer Steigerung der sozialen Kompetenz und des Einfühlungsvermögens. Es bietet die Möglichkeit alltägliche Situationen zu verarbeiten und mit ihnen besser umzugehen. Es hat Auswirkung auf Impulskontrolle sowie auf emotionale und soziale Intelligenz. Entwickelt werden Techniken und Perspektiven, um mit Herausforderungen oder negativen Gefühlen und Erfahrungen besser umgehen zu können.

Achtsamkeitstechniken, die im Alltag der Familie und im Schulalltag integriert werden, können langfristig zu mehr Wohlbefinden und einem besseren Miteinander beitragen.



Dieser Elternvortrag ist für Sie kostenfrei. Dies ist möglich, weil wir von der VR Bank Rhein-Mosel eG, der Kreissparkasse Mayen und vom Ministerium für Bildung großzügig unterstützt werden. Der Schulelternbeirat freut sich allerdings über Spenden zugunsten des Fördervereins.

Wir freuen uns auf Sie!


Nicole Schäfer, Schulelternsprecherin

.....
Rückgabe über Ihr Kind an die jeweilige Klassenleitung - bitte bis spätestens Mittwoch, 01.06.2022

Ich habe das Einladungsschreiben für den Elternvortrag am 08.06.2022 zur Kenntnis genommen.

Ich nehme mit _____ Personen teil.

Ort, Datum

Name

Unterschrift