



13.11.2019 - 19:30UHR

# KEIN STRESS – TROTZ STRESS

## Schulischem Druck gesund trotzen

Diskutieren Sie mit Experten über die Anforderungen, denen sich Schüler stellen müssen. Erfahren Sie mehr über Anzeichen von Stress und Möglichkeiten gelassen mit Druck umzugehen. Experten u.a. aus Schule, Kreis und dem Gesundheitswesen stehen Ihnen für Gespräche zur Verfügung.

Infoabend für  
Eltern, Schüler und  
Interessierte

Voller Stundenplan?  
Voller Terminplan?  
Das geht auch  
entspannt – und  
zwar so:

Experten  
informieren über  
Auswirkungen von  
Stress und stellen  
Methoden zu  
gesundem Umgang  
mit Stress vor

Kinderarzt: Dr. Stieh  
Psychotherapeutin:  
Annika Spalding  
Kreis Pinneberg:  
Silvia Stolze  
Verein für  
Jugendhilfe  
AWO:  
Theresa Bischof  
Lerncoach: Josefin  
Heeb-Borstelmann  
Achtsamkeit:  
Annette Inzelmann



WOLFGANG-BORCHERT-  
GYMNASIUM

Bickbargen 111  
25469 Halstenbek

[www.wobogym.de](http://www.wobogym.de)

