

Projektwoche Q2: Abivorbereitung einmal anders

- Wir beschäftigen uns mit dem Phänomen (Schul-)Stress und wie wir damit umgehen können.
- Wir lernen Entspannungstechniken kennen und üben Meditation, Yoga und Qigong.
- Wir gestalten mit Kreativität und Fantasie schöne Dinge.
- Wir erleben und genießen die Natur.
- Wir üben die Kunst (nicht) zu streiten mit gewaltfreier Kommunikation.
- Wir finden heraus, was uns glücklich macht und wie wir mehr vom davon bekommen.

