

Spitt'l  
präventiv

## „Bleib locker!“

Ein Kurs für Kids, die alles über Stress  
wissen wollen und wie man damit umgeht



ein Angebot von:

ergo

Praxis für Ergotherapie

ergo

Praxis für Ergotherapie

Anke Matthias-Schwarz & Martin Weiser  
Stuttgarter Straße 51 · 71263 Weil der Stadt  
Tel. 0 70 33 / 8 03 80 · Fax 0 70 33 / 69 42 48  
E-Mail [info@ergo-weilderstadt.de](mailto:info@ergo-weilderstadt.de)  
Internet [www.ergo-weilderstadt.de](http://www.ergo-weilderstadt.de)

**ergo – Praxis für Ergotherapie**

Anke Matthias-Schwarz & Martin Weiser  
Stuttgarter Straße 51

71263 Weil der Stadt


**Vor Klassenarbeiten**, zu Hause oder mit Freunden gibt es öfter mal Stress. „Bei Stress immer cool zu sein, ist ganz schön anstrengend und oft nur Show. Echt cool ist es mit Stress richtig umzugehen. Das ist gar nicht so schwer, wenn man weiß, wie das richtig funktioniert.“ (Textzitat aus dem Kursprogramm)

**Im Gespräch** versuchen wir herauszufinden was dir Stress bereiten kann.

**In spannenden Rollenspielen** probieren wir aus, wie du darauf besser reagieren kannst.

**In Entspannungsübungen** lernst du abzuschalten und bei weiterer täglicher Übung zu Hause, wirst du sicher ein echter Entspannungsprofi werden.

**Lust bekommen?** Dann melde dich an, und ... bleib locker!

 **Anmeldemöglichkeiten:** mit dem hier vorbereiteten Formular per Post: **ergo – Praxis für Ergotherapie**, Anke Matthias-Schwarz & Martin Weiser, Stuttgarter Straße 51, 71263 Weil der Stadt. Per Fax 0 70 33 / 69 42 48 oder im Internet [www.ergo-weilderstadt.de](http://www.ergo-weilderstadt.de) über unser Kontaktformular.

**„Bleib locker!“ – ein Kurs für Kids (ab der 3. Klasse), die alles über Stress wissen wollen und wie man damit umgeht**

Kursleitung: **Anke Matthias-Schwarz**, Ergotherapeutin

**6 Kurstermine à 45 Minuten**, Kursgebühr 54 Euro. AOK Mitglieder erhalten Kostenerstattung

**Vor Kursbeginn** ist ein Info-Abend für eure Eltern geplant.

**Termine und Ort** für den Kurs und den Info-Abend findet ihr im örtlichen Wochenblatt oder auf unserer Internetseite: **[www.ergo-weilderstadt.de](http://www.ergo-weilderstadt.de)**

## Anmeldeformular

Ich melde mich an:

**für den Kurs „Bleib locker“ – ein Präventivangebot für Kids**

*bitte ankreuzen und ausfüllen*

.....  
*Name*

.....  
*Vorname*

.....  
*PLZ Ort*

.....  
*Straße*

.....  
*Telefon*

.....  
*Datum/Unterschrift des Erziehungsberechtigten*

bitte abtrennen, das Formular mit der vorgedruckten Adresse auf der Rückseite kann für ein Versenden mit DINlang-Fenster-Umschlag verwendet werden.