

**AG: Chillout-Krafttank-Pause**  
**Andrea Helmes**  
**Klassenstufe(n): 5 & 6**  
**Start: 04.09.2023**

**Der Unterricht ist vorbei:  
Viel gehört heute  
viel gesehen heute  
viel Gewusel  
viel Rummel im Kopf**

**Dann beende doch den Schultag montags einfach mal mit der  
Chillout-Krafttank-Pause**

**Wir sitzen zusammen und versuchen einfach etwas Ruhe in den Tag zu  
bringen.  
Wir malen,  
wir reisen in der Phantasie zu magischen Orten,  
wir lachen  
wir entdecken neue Möglichkeiten uns zu bewegen  
wir tanzen  
wir reden  
wir hören Deine Lieblingsmusik  
wir werden so richtig leise**

**Und wenn Du dann nach dieser Stunde nach Hause kommst, ist alles  
möglicherweise leichter und lustiger.**

**Kommst Du auch zu uns?**

**OMMMM!**

**Kopf frei machen?  
Abschalten?  
Kraft tanken?**

**Jeden Monatg  
in der AULA**

**14:00-15:00 UHR**