

# ELTERNVEREIN DES GRG 3 RADETZKYSTRASSE

A - 1030 Wien, Radetzkystr. 2a

E-Mail: [ev.grg3rad@gmail.com](mailto:ev.grg3rad@gmail.com)

ZVR: 973880349

*# nicht egal!*

Liebe Eltern und Erziehungsberechtigte!

Liebe Lehrer\*innen!

**#nichtegal!** ist ein Projekt, welches **aus einer engen Zusammenarbeit der Schulgemeinschaft des GRG 3 Radetzkystrasse entstanden** ist, denn **es ist nicht egal, wie es uns** – Kindern, Jugendlichen, sowie Eltern bzw. Erziehungsberechtigten und Lehrpersonen – **geht**, wie wir uns fühlen, wie wir mit der derzeitigen, lang andauernden Krise zurechtkommen, wie wir miteinander umgehen, und wie sich unser Unwohlsein äußert und wie wir es aus- und erleben.

Hier unten finden Sie eine Zusammenfassung des vielfältigen Angebots im Rahmen der **Kooperation mit Frau Mag. Anna Aichinger** (Psychologin, Psychotherapeutin in Ausbildung unter Supervision (VT) und Lehrerin) **und Herrn Christoph Humnig** (Psychotherapeut in Ausbildung unter Supervision (VT), Familienberater, Referent für Sexuelle Bildung, Psychomotoriker und Schauspieler). Diese Kooperation ist **als zusätzliches Angebot und als wichtige Ergänzung zur Schulpsychologie an der Schule zu verstehen**.

Wenn Sie **mehr Infos zum #nichtegal!** möchten, **zögern Sie nicht, uns zu kontaktieren**. **#nichtegal!** ist ein großes, langfristiges, finanziell anspruchsvolles Projekt, für welches wir uns bemühen, bei verschiedenen Förderungsstellen Unterstützung zu bekommen. **Wir freuen uns selbstverständlich über jegliche Spende Ihrerseits auf Vereinskonto:**

Empfänger: **Elternverein des GRG3 Radetzkystrasse**

IBAN: **AT74 1200 0006 0635 6608**

Verwendungszweck: **Spende #nichtegal!**



Wir hoffen, mit **#nichtegal!** einen **Beitrag zur Entlastung und mehr Wohlbefinden** leisten zu können, sodass wir alle besser durch den Alltag in der Schule und zu Hause zurechtkommen und die vielen kleinen und großen Herausforderungen dieser anspruchsvollen Zeit leichter meistern.

Alles Gute!

der Elternvereinsvorstand

# ELTERNVEREIN DES GRG 3 RADEZKYSTRASSE

A - 1030 Wien, Radetzkystr. 2a

E-Mail: [ev.grg3rad@gmail.com](mailto:ev.grg3rad@gmail.com)

ZVR: 973880349

## #nichtegal!: Das Angebot.

Aufgabenbereich	Wann	Kosten
<b>Die Aufbauphase: Kennenlernen und Vertrauen erschaffen.</b>		
<p><b>Einstündige Workshopeinheiten für Schüler*innen:</b></p> <p>Vorstellung von Frau Mag. Aichinger und Herrn Humnig und der zahlreichen Initiativen für Schüler*innen im Rahmen des Projektes <b>#nichtegal!</b>.</p> <p>Einführung des Themas der mentalen Gesundheit.</p>	1 Stunde pro Klasse ab dem 25.02.2022	
<p><b>Schulbezogene Einzelberatung für Lehrer*innen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sofortige Unterstützung bei akuten Krisen</li> <li>• Besprechung von besonderen Problemen, spezifische Thematiken oder besorgniserregende Dynamiken, die bestimmte Schüler*innen, Schülergruppen oder Klassen betreffen</li> <li>• Festlegung von konkreten, hilfreichen Schritten wie z.B. eine Einzelberatung für bestimmte Schüler*innen und deren Eltern bzw. Erziehungsberechtigten, den empfohlenen Besuch von therapeutischen Gruppeneinheiten für bestimmte Schüler*innen oder vertiefende Arbeit im Klassenverband</li> </ul>	ab dem 22.02.2022	
<p><b>Einzelberatung bzw. Einzeltherapie für Schüler*innen.</b></p>		€70/EH
<p><b>Einzelberatung für Eltern und Erziehungsberechtigte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sofortige Unterstützung bei akuten Krisen</li> <li>• Besprechung von besonderen Problemen, spezifische Thematiken oder besorgniserregende Dynamiken, die das jeweilige Kind betreffen</li> <li>• Festlegung von konkreten, hilfreichen Schritten wie z.B. eine Einzelberatung für das Kind, den empfohlenen Besuch von therapeutischen Gruppeneinheiten usw.</li> </ul>		€70/EH
<p><b>Gruppentherapieprogramme für Schüler*innen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• das therapeutische Klettern mit Frau Mag. Anna Aichinger</li> <li>• das Controlboxen mit Herrn Humnig</li> </ul>	Info folgt.	€70 bzw. €40/EH und Person
<p><b>Infoabende für Erwachsene:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Erkennen von Erkrankungen zur Erleichterung der Hilfesuche</li> <li>• Wissen über die Prävention psychischer Störungen</li> <li>• Kenntnisse über professionelle Hilfe und Behandlungsoptionen, Therapien und Versorgungsstruktur in Österreich</li> <li>• Wissen über wirksame Selbsthilfestrategien und selbstfürsorgliches Verhalten</li> <li>• Wissen und Fähigkeiten, um Betroffene zu unterstützen und in Akutsituationen zu versorgen</li> </ul>	März-April 2022	freiwillige Spende
<p><b>Offene Elterngruppen</b> (mit der Moderation eines Therapeuten/einer Therapeutin):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Reflexion über schwierige Situationen mit Kindern und Jugendlichen</li> <li>• Besprechung von besonderen Problemen, spezifische Thematiken oder besorgniserregende Dynamiken</li> </ul>	nach Bedarf, jede 6-8 Wochen ab März	
<b>Die Ausbauphase: mentale Gesundheit im Schulalltag ausleben.</b>		
<p><b>Gesundheitsfördernde Workshops für Schüler*innen</b> (im Klassenverband bzw. klassenübergreifend):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Erkennen von Erkrankungen zur Erleichterung der Hilfesuche</li> <li>• Wissen über die Prävention psychischer Störungen</li> <li>• Kenntnisse über professionelle Hilfe und Behandlungsoptionen, Therapien und Versorgungsstruktur</li> </ul>	ab Mitte April	

# ELTERNVEREIN DES GRG 3 RADEZKYSTRASSE

A - 1030 Wien, Radetzkystr. 2a

E-Mail: [ev.grg3rad@gmail.com](mailto:ev.grg3rad@gmail.com)

ZVR: 973880349

<p>in Österreich</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Wissen über wirksame Selbsthilfestrategien und selbstfürsorgliches Verhalten</li> <li>Wissen und Fähigkeiten, um Betroffene zu unterstützen und in Akutsituationen zu versorgen</li> <li>Arbeit mit Gedanken und Mindset</li> <li>Implementierung eines aktiven Lebensstils</li> <li>soziale Kompetenz</li> <li>gesunde Ernährung</li> </ul> <p style="text-align: center;">Achtsamkeit</p>		
<p style="text-align: center;"><b>Schulbezogene Einzelberatung für Lehrer*innen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>sofortige Unterstützung bei akuten Krisen</li> <li>Besprechung von besonderen Problemen, spezifische Thematiken oder besorgniserregende Dynamiken, die bestimmte Schüler*innen, Schülergruppen oder Klassen betreffen</li> <li>Festlegung von konkreten, hilfreichen Schritten wie z.B. eine Einzelberatung für bestimmte Schüler*innen und deren Eltern bzw. Erziehungsberechtigten, den empfohlenen Besuch von therapeutischen Gruppeneinheiten für bestimmte Schüler*innen oder vertiefende Arbeit im Klassenverband</li> </ul>	<p style="text-align: center;">ab dem 22.02.2022</p>	
<p style="text-align: center;"><b>Einzelberatung bzw. Einzeltherapie für Schüler*innen.</b></p>		<p style="text-align: center;">€70/EH</p>
<p style="text-align: center;"><b>Einzelberatung für Eltern und Erziehungsberechtigte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>sofortige Unterstützung bei akuten Krisen</li> <li>Besprechung von besonderen Problemen, spezifische Thematiken oder besorgniserregende Dynamiken, die das jeweilige Kind betreffen</li> <li>Festlegung von konkreten, hilfreichen Schritten wie z.B. eine Einzelberatung für das Kind, den empfohlenen Besuch von therapeutischen Gruppeneinheiten usw.</li> </ul>		<p style="text-align: center;">€70/EH</p>
<p style="text-align: center;"><b>Gruppentherapieprogramme für Schüler*innen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>das therapeutische Klettern mit Frau Mag. Anna Aichinger</li> <li>das Controlboxen mit Herrn Humnig</li> </ul>	<p style="text-align: center;">Info folgt.</p>	<p style="text-align: center;">€70 bzw. €40/EH und Person</p>
<p style="text-align: center;"><b>Infoabende für Erwachsene:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Erkennen von Erkrankungen zur Erleichterung der Hilfesuche</li> <li>Wissen über die Prävention psychischer Störungen</li> <li>Kenntnisse über professionelle Hilfe und Behandlungsoptionen, Therapien und Versorgungsstruktur in Österreich</li> <li>Wissen über wirksame Selbsthilfestrategien und selbstfürsorgliches Verhalten</li> <li>Wissen und Fähigkeiten, um Betroffene zu unterstützen und in Akutsituationen zu versorgen</li> </ul>	<p style="text-align: center;">März-April 2022</p>	<p style="text-align: center;">freiwillige Spende</p>
<p style="text-align: center;"><b>Offene Elterngruppen</b> (mit der Moderation eines Therapeuten/einer Therapeutin):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Reflexion über schwierige Situationen mit Kindern und Jugendlichen</li> <li>Besprechung von besonderen Problemen, spezifische Thematiken oder besorgniserregende Dynamiken</li> </ul>	<p style="text-align: center;">nach Bedarf, jede 6-8 Wochen ab März</p>	
<p style="text-align: center;"><b>Schulinterne Fortbildungen für Lehrer*innen.</b></p>		
<p style="text-align: center;"><b>Gesundheitsfördernde Workshops für Schüler*innen</b> (im Klassenverband bzw. klassenübergreifend):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Kinderschutz</li> <li>Sexualität</li> <li>Substanzkompetenz</li> </ul>	<p style="text-align: center;">ab September 2022</p>	

# ELTERNVEREIN DES GRG 3 RADETZKYSTRASSE

A - 1030 Wien, Radetzkystr. 2a

E-Mail: [ev.grg3rad@gmail.com](mailto:ev.grg3rad@gmail.com)

ZVR: 973880349

<ul style="list-style-type: none"><li>• Medienkonsum</li></ul>		
<p style="text-align: center;"><b>Gesundheitsfördernde Infoabende für Erwachsene:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Kinderschutz</li><li>• Sexualität</li><li>• Substanzkompetenz</li><li>• Medienkonsum</li></ul>	ab September 2022	freiwillige Spende

<p><b>Mag. Anna Aichinger</b> Gredlerstraße 3/8a, 1020 Wien <b>Tel.:</b> 0681 10888016 <b>Email:</b> <a href="mailto:anna.aichinger@yahoo.com">anna.aichinger@yahoo.com</a></p>	<p><b>Christoph Humnig</b> Gerlgasse 1a/16, 1030 Wien <b>Tel.:</b> 0699 17028462 (nur im akuten Fall) <b>Email:</b> <a href="mailto:christoph.humnig@vtpraxis.at">christoph.humnig@vtpraxis.at</a></p>
---	--