



## Liebe Eltern und liebe Erziehungsberechtigte!

Wir wünschen Ihren Kindern und Ihnen einen guten Start ins neue Schuljahr 2023/24!

**Wohlbefinden hat einen wesentlichen Einfluss auf unsere Gesundheit** und ermöglicht unsere Potenziale leben zu können.

In den vergangenen Jahren haben allerdings psychische Belastungen vor allem bei jungen Menschen zugenommen. Wichtig ist in diesem Zusammenhang frühzeitiges Erkennen und Ansprechen von Ängsten, Depressions- oder Schlaflosigkeitssymptomen. Im Bedarfsfall ist eine professionelle Unterstützung sehr wertvoll.

Weltweit wird der Tag der seelischen Gesundheit am 10. Oktober begangen. Die Intention des Tages ist es, zu einem größeren Bewusstsein für psychische Erkrankungen beizutragen und über Prävention und Therapie psychischer Erkrankungen zu informieren. Weitere Informationen dazu unter: <https://www.stlp.at/tag-der-seelischen-gesundheit-mit-der-stadt-graz-zu-den-veranstaltungen-oktober-2023/>.

Wir möchten daher auf ein aktuelles **professionelles Angebot zur Unterstützung bei psychischen Belastungen** hinweisen. Das vom Ministerium geförderte Programm „**gesund aus der krise**“ bietet Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen **zeitnah und kostenfrei 15 klinisch-psychologische bzw. psychotherapeutische Einzel/ Gruppenberatung**. Weitere Informationen dazu unter: <https://gesundausderkrise.at>

### Mögliche Unterstützung und Beratung erhalten Sie auch in der Schule:

Bei unserem **Schulpsychologen** Mag. David Kalcher (Persönliche Kontaktaufnahme:  
Tel.: 0664 8034 555 501, Mail: david.kalcher@bildung-stmk.gv.at)

Sehr gerne stehen wir Ihnen bei psychosozialen Fragestellungen Ihres Kindes mit **schulärztlicher Expertise** zur Seite! Eine persönliche Kontaktaufnahme ist zu unseren Dienstzeiten möglich: Dr. Jutta Zollner und Dr. Rebekka Rauch Tel.: 05 0248 010 DW 600

Wir freuen uns auf ein Gespräch mit Ihnen!

Dr. Rebekka Rauch und Dr. Jutta Zollner

Schulärztinnen BG/BRG Oeversee