

AKTUELLE INFORMATIONEN VOM 13.05.2026

BEURLAUBUNG OPFERFEST

Bitte geben Sie die Anträge zur Beurlaubung für das Opferfest umgehend bei den Klassenleitungen ab. Die Anträge finden Sie auf der Homepage und an der Außenseite des Sekretariats.

UMFRAGE ZUM SCHULKLIAMA (SV)

Liebe Schüler:innen,
wir würden uns freuen, wenn ihr auch in diesem Jahr an unserer kurzen Umfrage zum Schulklima am HMG teilnehmt. Das ist wichtig, damit wir als SV-Team wissen, was euch bewegt und für welche Belange wir uns einsetzen sollen. Teilnehmen könnt ihr bis zum 10. Mai unter folgendem Link: <https://edkimo.com/shared/s4sjovleful3nf4h8klpli25639hian-hkfd>
Vielen Dank!
Euer SV-Team


MENTAL HEALTH HACK - NICHT PERFEKT, SONDERN WIRKSAM

Liebe Schulgemeinschaft,

Gerade in stressigen Phasen entsteht schnell das Gefühl, alles perfekt machen zu müssen. Doch Perfektionismus erhöht oft den Druck und blockiert konzentriertes Arbeiten.

Forschung zeigt: Menschen arbeiten langfristig erfolgreicher und gesünder, wenn sie sich auf wirksame Schritte statt auf Perfektion konzentrieren.

Nicht alles muss optimal sein, um sinnvoll zu sein.

 Probier's aus:
Frage dich heute nicht:
„Ist das perfekt?“

Sondern:
„Ist das hilfreich, bringt mich das weiter?“

Oft bringt ein fertiger Schritt mehr Ruhe als der Versuch, alles fehlerlos zu machen.

👉 „Wirksamkeit schlägt Perfektion.“

Herzliche Grüße
Timotheus Mausolf