

Gesundheitswochen "Psychisch fit in die Prüfungen"

24. Januar - 07. Februar 2022

24.01.2022

„Study-Life-Balance“

20:00 – 21:30 Uhr | Dr. Wiebke Stegh,
Psychologin (M.Sc.)

25.01.2022

„Aktive Pause“

10:00 – 10:30 Uhr | Susanne Wolter

25.01.2022

„Online-Forum “Psychisch fit studieren” (engl.)“

15:00 -17:00 Uhr | Irrsinnig menschlich e.V.

31.01.2022

"Resilienz und Achtsamkeit

10:00 – 11:30 Uhr | Eva Lotta Holtkamp

31.01.2022

"Body Intensive"

17:00 - 18:00 Uhr | Denise Pawlowsky

31.01.2022

"Lernstrategien & Zeitmanagement Teil 1"

20:00 - 21:30 Uhr | Dr. Wiebke Stegh,
Psychologin (M.Sc.)

01.02.2022

"Aktive Pause"

10:00 - 10:30 Uhr | Susanne Wolter

02.02.2022

"Yoga"

17:00 - 18:00 Uhr | Stefanie Fürst

03.02.2022

"Stressmanagement – Alles im Lot"

10:00 – 11:30 Uhr | Eva Lotta

03.02.2022

"Pilates"

18:00 – 19:00 Uhr | Marie Bätz

03.02.2022

„Gute Nacht!?“

19:00 - 20:30 Uhr | Dipl.-Psych. Sigrid Liendl

07.02.2022

"Lernstrategien & Zeitmanagement Teil 2"

20:00 – 21:30 Uhr | Dr. Wiebke Stegh,
Psychologin (M.Sc.)

Anmeldung für alle Angebote über Moodle:

<https://elearning.uni-erfurt.de/Kurse/>

Weiterbildungsangebote/Universitäre

Gesundheitsförderung

Einschreibeschlüssel für

Aktive Pause: **Aktive Pause**

für alle anderen Angebote: **Prüfungsfit**



Die **Gesundheitskasse**
für Sachsen und Thüringen.

