



Heute schon an **dich** gedacht?

Mit den ReMind-Workshops im Wintersemester 2023/2024
resilient, mindful und mental gestärkt durchs Studium!

Resilienz

Stärke deine Widerstandsfähigkeit!

Mi., **18. Okt. 2023**, 14-17 Uhr
Hybrid (HFT Stuttgart / Zoom)

Selbstfürsorge

Für mehr Achtsamkeit im Studium!

Do., **09. Nov. 2023**, 18-20 Uhr
Online (Zoom)

Stressbewältigung

Endlich Schluss mit Prokrastination!

Mi., **15. Nov. 2023**, 14-17 Uhr
Hybrid (HFT Stuttgart / Zoom)

Stärkenorientierung

Stärken kennen und durchstarten!

Mi., **29. Nov. 2023**, 14-17 Uhr
Hybrid (HFT Stuttgart / Zoom)

Zukunftsperspektive

Kreiere deine Vision!

Sa., **10. Feb. 2024**, 10-16 Uhr
Online (Zoom)

JETZT ANMELDEN

eveeno.com/ReMind-WiSe23



Kostenlos für alle Studierenden in Ba-Wü!

Noch Fragen?



Trainerin:

Joana Julie Scheppe
(Wirtschaftspsychologin M.Sc.)
joanajulie.scheppe@hft-stuttgart.de

Weitere Infos unter:



resilienz-im-studium.de



[@resilienz_im_studium](https://www.instagram.com/resilienz_im_studium)

Hochschule
für Technik
Stuttgart

Re
Mind