

# 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](https://eveeno.com/ReMind-WiSe23)



**Kostenlos** für alle Studierenden in Ba-WÜ!



[resilienz-im-studium.de](https://resilienz-im-studium.de)



[@resilienz\\_im\\_studium](https://www.instagram.com/resilienz_im_studium)