

Zu viel im Kopf?

Stressfrei studieren mit TK-MentalStrategien

Wirksamkeit bestätigt! Das erste Anti-Stress-Programm für Studierende, dessen positive Effekte wissenschaftlich nachgewiesen sind.

Anmelden, teilnehmen, durchstarten Gar nicht so leicht, zwischen Vorlesungen, Jobben und Prüfungsvorbereitungen immer die Ruhe zu bewahren. Darum gibt es die Anti-Stress-Seminare der Techniker. Hier lernen Sie in sieben Einheiten alles, was Sie brauchen, um auch im stressigen Studienalltag Ihre Nerven zu behalten.

In Zusammenarbeit mit:

Universität
Konstanz



Sichern Sie sich am besten gleich Ihren Platz- kostenfrei für alle Studierenden der Universität Konstanz.

Jetzt über QR-Code anmelden:



Wir beraten Sie gern:
Serpil Hummel
serpil.hummel@uni-konstanz.de

Tobias Hauser
tobias.hauser@tk.de