

Mental gesund durch das digitale Semester - eine Online Vortragsreihe für Studierende-



Die Covid-19 Pandemie hat das Uni-Leben von etwa drei Millionen Studierenden stark verändert. Vorlesungen im Hörsaal, Fachschaftsfeiern, Ersti-Partys – alles gestrichen. Stattdessen Online-Seminare - und für viele Studierende Einsamkeit oder wirtschaftliche Sorgen.



In dieser Vortragsreihe werden Euch verschiedene Strategien an die Hand gegeben, um die Krise körperlich und psychisch gesund zu bewältigen.

14.12.20 Gesund studieren in der Covid-19 Pandemie

20.01.21 Stark durch die Krise mit Interventionen der Positiven Psychologie

03.02.21 Achtsamkeit lernen

jeweils von 15-16 Uhr



Anmeldung und Fragen an:
healthy-campus@uni-bonn.de