



UNIVERSITÄT
BIELEFELD



Zentrale Studienberatung

„Lass Zuversicht wachsen!“



04.11.2025
UHG, 2.Stock
Raum B2-126

Offener **Walk-In**
von **15 bis 18** Uhr
bei Kaffee und Tee
(bitte eigene Tassen
mitbringen!)



UNIVERSITÄT
BIELEFELD



Zentrale Studienberatung

Was Sie erwartet:

Zu jeder vollen Stunde gibt es einen ca. 15-minütigen Impuls und eine angeleitete Übung zu Themen, die der Stärkung von Resilienz und Zuversicht dienen.

Im Anschluss an jede Übung freuen wir uns auf einen Austausch.

15:00 Uhr:
Selbstvertrauen

16:00 Uhr:
Akzeptanz

17:00 Uhr:
Lösungsorientierung

*Veranstaltung im Rahmen der Woche der
Seelischen Gesundheit des
Aktionsbündnisses Seelische Gesundheit*