

Rundmail an alle Studierenden

Betreff: Einladung: Online-Forum „Psychisch fit studieren“

Liebe Studierende,

Gut studieren. Krisen überstehen. Zufrieden leben. Geht das? Und wie!

Healthy Campus Mainz – gesund studieren (JGU) und Irrsinnig Menschlich e.V. laden Euch zum Austausch über die großen und kleinen Fragen zur psychischen Gesundheit im Studium ein.

19.05.2022, 16 bis 18 Uhr, Zoom-Veranstaltung

Was Euch erwartet: Spannende Daten und Fakten rund ums Studium und seelische Wohlergehen. Soforthilfe bei Prüfungsangst. Tipps zum Runterkommen bei Stress & Co. Du lernst Menschen kennen, die im Studium psychische Krisen gemeistert haben, voll im Leben stehen und ihre Lebenserfahrungen mit Euch teilen möchten. Damit Ihr gut gewappnet seid fürs Leben!

Erfahre mehr bei unserem **Online-Forum „Psychisch fit studieren“** über:

- Warnsignale psychischer Krisen
- Bewältigungsstrategien
- Unterstützung, Hilfe und Beratung an Deinem Studienort

Bitte trage Deine E-Mail-Adresse [hier](#) ein, sodass wir Dir den Link zur Zoom-Veranstaltung zusenden können.

Tausende Studierende haben schon teilgenommen: Jetzt freuen wir uns auf Euch!

Psychisch fit studieren. Das Forum für Studierende. Authentisch. Direkt. Intensiv.

Instagram: [@Healthy Campus Mainz](#)

<https://healthycampus.uni-mainz.de/psychisch-fit-studieren-2022/>

Mehr Infos findest Du bei [Irrsinnig Menschlich e.V.](#)