

Mo, 15.1.	Di, 16.1.	Mi, 17.1.	Do, 18.1.	Fr, 19.1.
09:30 – 10:15 SOS-Übungen zur emotionalen Ersten Hilfe	08:45 – 09:00 Achtsames Viertel	09:10 – 09:30 Bildschirmpause – Augenentspannung	08:00 – 08:45 SOS-Übungen zur emotionalen Ersten Hilfe	09:30 – 09:45 Achtsames Viertel
10:30 – 11:30 Flexibles Mindset für die Prüfungsphase	10:15 – 11:00 SOS-Übungen zur emotionalen Ersten Hilfe			10:00 – 11:15 Schreib- & Lernsession <i>gemeinsam statt einsam</i>
11:45 – 12:00 Get your Goal	12:00 – 12:20 Bildschirmpause – Augenentspannung	11:00 – 12:00 Offene Lernberatung StudiumPlus	11:00 – 11:20 Aktive Pause für den Lernmarathon	12:00 – 13:00 Prüfungsangst – wie sie entsteht und wie du mit ihr umgehen kannst
12:30 – 13:30 Meal Prepping - Gesund essen in der Prüfungszeit	13:00 – 14:00 Prüfungsangst – wie sie entsteht und wie du mit ihr umgehen kannst	13:00 – 13:45 SOS-Übungen zur emotionalen Ersten Hilfe	14:00 – 14:15 Achtsames Viertel	
14:00 – 16:00 Einzelberatungen der ZSB	16:00 – 17:00 Flexibles Mindset für die Prüfungsphase	15:00 – 16:00 Prüfungsangst – wie sie entsteht und wie du mit ihr umgehen kannst	15:00 – 16:00 Offene Lernberatung StudiumPlus	
	17:15 – 17:30 Get your Goal	17:00 – 18:15 Schreib- & Lernsession <i>gemeinsam statt einsam</i>		
18:00 – 18:45 SOS-Übungen zur emotionalen Ersten Hilfe	18:00 – 18:45 SOS-Übungen zur emotionalen Ersten Hilfe		18:00 – 18:45 SOS-Übungen zur emotionalen Ersten Hilfe	