



**bwz uri lern
coaching**

Stress - Druck - Prüfungsangst

19. November 2024 / 19 bis 20 Uhr / Aula bwz uri

Fühlen Sie sich oft gestresst?
Belastet Sie der Alltag mit seinen
Herausforderungen?
Kennen Sie das Gefühl der Prüfungsangst?

In der Veranstaltung erhalten Sie theoretische
Hintergründe, wie Stress entsteht.
Sie erfahren praktische Tipps und Tricks, wie Sie
konstruktiv mit Stress, Druck und Prüfungsangst
umgehen können.

Anmeldung erwünscht mit dem Betreff "Input"
lerncoaching@bwzuri.ch