

# Mental Health Awareness Weeks



- 02.07., 10:15-11:45**     **Gedankenschleifen** (dt.) – SSC, Iltisstr. 4, Raum K009  
*Tipps und Tricks im Umgang mit dem Gedankenkarussell*
- 02.07., 14:15-15:45**     **Therapieplatzsuche** (dt.) – Rost-/Silberlaube, Raum KL29/139  
*Tipps zur Suche nach einem Psychotherapieplatz*
- 02.07., 16:15-17:45**     **Accessing Psychotherapy** (eng.) – Rost-/Silberlaube,  
Raum KL29/139  
*tips for finding psychotherapy in Germany*
- 04.07., 14:15-15:45**     **Austauschtreffen für First Generation Students** (dt.)  
Rost-/Silberlaube, Raum KL29/135  
*Infos und Austausch für Studierende mit nicht-akademischem Hintergrund*
- 05.07., 10:15-11:45**     **Selfcare during doctorate** (eng.) – DRS, Hittorfstr. 16  
*tips and methods for selfcare to not lose sight of yourself during your doctorate*
- 09.07., 14:15-15:45**     **Das Klima und ich** (dt.) – SSC, Iltisstr. 4, Raum K009  
*Austausch darüber, was die Klimakrise in uns auslöst*
- 09.07., 10:15-11:45**     **Konzentrier' dich mal!** (dt.) – Boltzmannstr. 3, Raum 1122  
*Tipps und Methoden für eine bessere Aufmerksamkeit und Konzentration*
- 11.07., 14:15-15:45**     **Zeitmanagement** (dt.) – SSC, Iltisstr. 4, Raum K009  
*Hier lernt ihr drei Techniken kennen, damit das Semester entspannter läuft*
- 12.07., 09:30-11:00**     **Impostor-Syndrom** (dt.) – SSC, Iltisstr. 4, Raum 005  
*Wir sprechen über die Sorge, ein\*e Hochstapler\*in zu sein und was dabei helfen kann, diese Gedanken zu reduzieren*

**einfach vorbeikommen,  
ohne Anmeldung!**



Details zu den Veranstaltungen