

N6105801 Prüfungsstress? Muss nicht sein! (LH Hannover)

Beginn	Montag, 01.02.2027, 10:00 - 17:00 Uhr
Kursgebühr	0,00 €
Dauer	3-tägig
Kursleitung	ver.di-Jugend Landesteamendenarbeitskreis
Kursort	HVHS Springe e.V., Kurt-Schumacher-Str. 5, 31832 Springe

Du bist Auszubildende*r bei der LHH?

Du stehst kurz vor deiner Prüfung und bekommst schon Bauchschmerzen, wenn du nur daran denkst? Wie sollst du das bloß alles lernen? Und was, wenn dir in der Prüfung gar nichts mehr einfällt?!

Entspann dich – wir bieten dieses Seminar zum Umgang mit Prüfungsstress an. Gemeinsam entwickeln wir Strategien, um stressfreier durch die Prüfungszeit zu kommen.

Hast du schon mal von der ALPEN-Methode gehört?
Und wie füllt man eigentlich eine Priorisierungsmatrix aus?

Wir geben dir verschiedene Werkzeuge an die Hand, mit denen du dich dem Prüfungsstress gewappnet fühlst!

Außerdem wollen wir über Themen wie Leistungsdruck und Selbstoptimierung diskutieren und uns mit der Frage beschäftigen, wie Lernen anders gestaltet werden kann.

ver.di übernimmt die kompletten Seminarkosten. Mitglieder können vor Ort einen Reisekostenzuschuss beantragen.

Die Anmeldung erfolgt über deine JAV.

Wir freuen uns auf dich! ?

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
01.02.2027	10:00 - 17:00 Uhr	Bildungs- und TagungsZentrum HVHS, Springe e.V.
02.02.2027	10:00 - 17:00 Uhr	Bildungs- und TagungsZentrum HVHS, Springe e.V.
03.02.2027	10:00 - 17:00 Uhr	Bildungs- und TagungsZentrum HVHS, Springe e.V.

[zur Kursdetail-Seite](#)