



**RESI &
LENZ**
RESILIENZTRAINING

**Resilienztrainings
an der Jugendstätte Rursee**

Stressprävention bei Prüfungsangst

Zertifiziertes Programm mit individuellen Fördermöglichkeiten

PRÜFUNGSSTARK- Ein Programm zur Unterstützung von älteren SchülerInnen und Studierenden bei Prüfungsangst

- Wissenschaftlich fundiertes, wirksames Stresspräventionstraining
- gehirngerechtes Material nach neusten wissenschaftlichen Erkenntnissen
- bis zu 15 TeilnehmerInnen pro Gruppe
- Dauer: 4 Stunden (analog oder digital)
- Kosten: 600€ pro Gruppe, Förderung möglich bei einem Mindesteigenanteil von 10%

Auf Wunsch können individuelle Trainingspläne und Programme erstellt und gebucht werden. Sprechen Sie uns gerne an.

Resi & Lenz

Ricarda Hilgers, Sören Laga GbR
Katharinenstraße 2
50389 Mechernich
info@resiundlenz.de

Jugendstätte Rursee gGmbH
Am Scheidbaum 1
52385 Nideggen-Schmidt
info@nikolaus-rursee.de