

Pressemitteilung

Dresden, den 05.12.2023

Gesund Studieren - Einblick in das Symposium an der Fachhochschule Dresden

Am 29. November 2023 fand an der Fachhochschule Dresden das Symposium "Gesund Studieren" statt, das einen tiefen Einblick in verschiedene Aspekte der ganzheitlichen Gesundheit von Studierenden bot. Die Veranstaltung war ein großer Erfolg. Frau Prof. Dr. phil. Yvonne Knospe, Dr. Peter Kögler und der Keynotespeaker und Experte Lars Krüger boten den Teilnehmenden wertvolle Erkenntnisse über mentale, physische und psychische Gesundheit sowie Strategien für ein erfolgreiches Studium.

Bei dem ersten Symposium zum Thema „Gesund Studieren“ bekamen die Studierenden der FHD einen ganzheitlichen Einblick in den Bereich der Selbstfürsorge. Was heißt Gesundheit? Was bedeutet Gesundheit für mich und mein Studium? Was kann ich tun, um langfristig fit und erfolgreich zu sein?

Nachdem Frau Prof. Dr. phil. Yvonne Knospe, die Dekanin der Fakultät Angewandte Sozialwissenschaft, den Auftakt der Veranstaltung übernommen hatte, folgte ein Vortrag von Herrn Dr. Peter Kögler über die Wichtigkeit der mentalen Leistungsfähigkeit. Den Abschluss machte der Keynotespeaker Lars Krüger und beendete das Symposium mit einer motivierenden und inspirierenden Rede zum Thema „Stress erkennen, verstehen und auflösen“.

Das erfolgreiche Symposium soll als Auftakt für eine Reihe persönlichkeitsentwickelnder Impulsvorträge in 2024 dienen. Wir freuen uns darauf, Sie bereits heute dazu einladen zu dürfen. Wir danken allen Teilnehmenden, Referent*innen und Unterstützer*innen für ihren Beitrag zum Symposium.

Informationen zu den Referent*innen:

Prof. Dr. phil. Yvonne Knospe

<https://www.fh-dresden.eu/de/adressbuch/dr-phil-yvonne-knospe/>

Dr. Peter Kögler

<https://www.fh-dresden.eu/de/adressbuch/dr-peter-kogler/>

Lars Krüger

<https://www.larskrueger.info>