



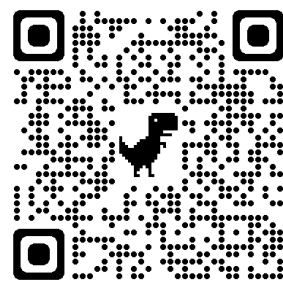
Kurs med
Studenthälsan

ACT – Kurs i stresshantering

I vår kurs *ACT – Hantera stress och främja hälsa* får du lära dig att hantera den stress som är oundviklig i det dagliga livet – inte minst som student. Kursen innehåller både teori och praktiska övningar.

Online via Zoom med start den 17 oktober

Läs mer och anmäl dig här:



ki.se/studenthalsan



**Karolinska
Institutet**