



# SMART - Selbstmanagement und Arbeitstechnik

Weniger Lernstress durch kluge Organisation.

---

**Ich berate Sie  
gerne persönlich**

**Jasmin Hürlimann**  
062 837 97 14  
jasmin.huerlimann@hkv.ch

---

## **Kursinhalt**

Der SMART-Kurs behandelt sämtliche relevanten Aspekte erfolgreichen Lernens. Nicht nur Lese- und Lerntechniken stehen im Vordergrund, sondern auch Aspekte der Zielsetzung, der Konzentration, der inneren Haltung und Selbsteinschätzung sowie der optimalen Nutzung der Unterrichts- und Lernzeit.

Video SMART

## **Unterlagen**

Keine notwendig. Sie erhalten die begleitenden Unterlagen (Handout) von der Kursleiterin.

## **Lehrperson**

Erfahrene Lehrperson der HKV Aarau

## **Hinweis**

Die Teilnehmerzahl pro Kurs (max. 20 Personen) ist beschränkt. Die Plätze werden nach Anmeldungseingang zugeteilt. Der Kurs wird ab 10 Personen durchgeführt.

## **Kursort**

HKV Aarau