

Bauhaus-Universität Weimar

2. Tag der Gesundheit

Hauptgebäude, Geschwister-Scholl-Straße 8
20. September 2018, 10 bis 15 Uhr

Stress

MOTOR ODER BREMSE UNSERER LEISTUNG?

www.uni-weimar.de/tagdergesundheit

10.00 Uhr	Eröffnung des 2. Tages der Gesundheit	Erdgeschoss	Prof. Dr. Winfried Speitkamp, Präsident der Bauhaus-Universität Weimar
10.15 bis 11.45 Uhr 13.00 bis 14.30 Uhr	Vortrag Stress – Motor oder Bremse unserer Leistung	Raum 002	Health & Fitness Academie Jena Dirk Hübel
10.00 bis 15.00 Uhr	Aktivprogramm Yoga Hatha, Pausenexpress, Tai Chi Yoga Vinyasa/Meditation, Frisbee Golf/Boule/Softminton/Shuffleboard	1. OG, Raum 105 Innenhof	Universitätssportzentrum Oliver Räumelt, Bianca Menge Dr. Uwe Türk-Noack, Stephan Potengowski Haya Romanowski, Ivonne Hartmann
10.00 bis 15.00 Uhr alle 20 Minuten, mit Anmeldung	Selbsttest / Beratung / Information Gehör gut – alles gut? Hörmobil des Deutschen Schwerhörigenbundes e.V., Info- und Beratungsstand der Firma Hörgeräte Isma	Innenhof	Jens Franke, Michaela Härtel in Zusammenarbeit mit terzo-Zentrum von Hörgeräte ISMA Weimar Sabine Ternité
10.00 bis 15.00 Uhr	Beratung / Information / Aktion Gesunde Brotaufstriche selbstgemacht, Warenkunde <i>Gesunde Öle und Fette</i> mit Verkostung	Innenhof	Katharina Haas, Ernährungsberaterin, AOK plus
10.00 bis 15.00 Uhr	Beratung / Information / Aktion Beratungs- und Informationsstand und Mit-Mach-Angebote der AOK plus	Innenhof	Nicole Koch Marco Stanek
10.00 bis 15.00 Uhr alle 10 Minuten, ohne Anmeldung	Selbsttest Fahren mit Alkohol – kein Problem? Selbsttest im Fahrsimulator mit Schwerpunkt: <i>Fahren unter simulierten Alkoholeinfluss und in Gefahrensituationen</i>	Erdgeschoss	Sebastian Weniger Firma Foerst GmbH, Wiehl

10.00 bis 15.00 Uhr	Beratung/Information/Aktionen/Quiz Alkohol – Alles im Griff! – wirklich? Informationen zum Suchtverhalten, Medikamentenmissbrauch, Drogen, Zusammenhang zwischen Stress und riskantem Trinken.	Erdgeschoss	SiT – Suchthilfe in Thüringen Suchtberatungsstelle Weimar und Präventionszentrum Erfurt Katrin Schnell, Silke Nöller
10.00 bis 15.00 Uhr	Beratung/Information Informationsstand des Teams BGM an der Bauhaus-Universität Weimar BEM – SB-Vertretung – Personalrat – Soziallotse – Arbeitssicherheit	Erdgeschoss	Susann Schür, Ute Wolf, Georg Hedderich, Karin Stumpf, Gunther Seidel, Dirk Schmidt
10.15 bis 11.45 Uhr 13.00 bis 14.30 Uhr	Vortrag/Seminar Resilienz – Widerstandsfähigkeit der Seele	1. OG, Raum 109	Meera K. Drude Psychotherapeutin, Göttingen
10.00 bis 15.00 Uhr	Beratung/Information/Aktion Beratungs- und Informationsstand und Mit-Mach-Angebote der BARMER	1 .OG, vor Raum 101	Steffen Pallaske
10.00 bis 15.00 Uhr alle 15 Minuten, mit Anmeldung	Individualtest/Beratung/Information Balance Check – Mit innerer Balance zu mehr Leistungsstärke, BARMER	1 .OG, vor Raum 101	Alexandra Janke
10.00 bis 15.00 Uhr	Beratung/Information/Aktion/Quiz Beratungs- und Informationsstand der Debeka Versicherung, Quiz, Mit-Mach-Angebote	1. OG	Franziska Gröbel, Matthias Brüheim
10.00 bis 15.00 Uhr	Beratung/Information/Aktion/Quiz Informationen zu Nutzen und Risiken von freiverkäuflichen Schmerz-, Beruhigungs- und Aufputzmitteln mit Quiz und Mit-Mach-Angebote	1. OG	Bahnhofsapotheke Weimar Sylvia Bierhals

Bauhaus-Universität Weimar

Betriebliches Gesundheitsmanagement



BARMER

Debeka

Die Gesundheitskasse
für Sachsen und Thüringen.

AOK
PLUS

