

20.11.
10:30-14:30 UHR
H1
ROTER PLATZ

Ihre Ansprechpartner

Frau Draack

+49 40 6541-2273
draack@hsu-hh.de
Mitarbeiterin Dez. IV Personalangelegenheiten

Frau Mahler

+49 40 6541-2246
mahler@hsu-hh.de
Ausbildungsbeauftragte

Frau Perner

+49 40 6541-2203
carolin.perner@hsu-hh.de
Leiterin Sportzentrum

Herr Rieck

+49 40 6541-3538
rieck@hsu-hh.de
Sportlehrer

Frau Terwey-Gagaik

+49 40 6541-2829
terweyp@hsu-hh.de
Leiterin Dez. IV Personalangelegenheiten

GESUND-
HEITSTAG
2018



HELMUT SCHMIDT
UNIVERSITÄT

Universität der Bundeswehr Hamburg



ISS DICH FIT!

MEHR MENSCH.

MEHR LEISTUNG.

Gesunde Ernährung

11:00 - 13:45 / ROTER PLATZ

SMOOTHIE-STAND / GESUNDE SÄFTE
GESUNDE SALATE

Mitmachaktionen

11:00 - 13:30 / ROTER PLATZ

GESUNDHEIT / BÜCHERECKE
UNIVERSITÄTSBIBLIOTHEK

ERNÄHRUNGSQUIZ MIT VERLOSUNG

„GALILEO“ VIBRATIONSGERÄT
ZUM AUSGLEICH EINSEITIGER TÄTIGKEITEN
FA. G&S GmbH
BETRIEBSARZT

Schnupperkurse

10:30 - 11:30 / ROTER PLATZ

YOGA
MIT YOGA TRAINERIN
CLAUDIA SCHNACKENBERG

ZUMBA
MIT ZUMBA TRAINERIN
CARLA BRITO

10:30 Eröffnung des Gesundheitstages durch den Präsidenten

Vorträge

11:30 - 12:00 / H1 SEMINARRAUM 401/402

ACHTSAMES ESSEN REFERENTIN: FRAU INES WUNDERLICH

WISSENSCHAFTLICHE MITARBEITERIN AN DER PROFESSUR ARBEITS-,
ORGANISATIONS-UND WIRTSCHAFTSPSYCHOLOGIE, HSU/UNI BW H

13:45 - 14:30 / H1 HÖRSAAL 5

ERNÄHRUNG UND GESUNDHEIT REFERENTIN: FRAU DR. ANNE FLECK

INTERNATIONAL ANERKANNTE EXPERTIN FÜR INNOVATIVE PRÄVENTIV- UND
ERNÄHRUNGSMEDIZIN
(ERNÄHRUNGS-DOCS NDR)



Gesunder Körper

11:00 - 13:30 / ROTER PLATZ

INFORMATIONEN DES SPORTZENTRUMS
ZU AKTUELLEN BGM-MABNAHMEN

AM STAND DES SANITÄTS-BEREICHES:

- BLUTDRUCKMESSUNG
- BLUTZUCKERMESSUNG
- PULSKONTROLLE
- IMPFBUCHCHECK
- INFORMATIONEN RUND UM DIE MUNDGESUNDHEIT UND MUNDPFLEGE

