



Gesundheitstag für Beschäftigte und Studierende der Universität Bayreuth am 24. September 2013, 9 – 15 Uhr

2.400 Zeichen
49 Zeilen
ca. 60
Anschläge/Zeile
Abdruck honorarfrei

Der Gesundheitstag wird vom Arbeitskreis Betriebliches Gesundheitsmanagement veranstaltet und informiert die Beschäftigten und Studierenden der Universität Bayreuth über die Möglichkeiten eines gesundheitsbewussten Arbeitsalltages speziell zum Thema Rückengesundheit. Bei Mitmach-Aktionen, Workshops und Schnupperkursen sowie an Informationsständen können interessierte Beschäftigte und Studierende das betriebliche Gesundheitsmanagement der Universität Bayreuth näher kennenlernen. Für Beschäftigte ist der Besuch des Gesundheitstages jederzeit während ihrer Arbeitszeit möglich!

Termin: Dienstag, 24. September 2013
Zeit: 9 – 15 Uhr
Ort: Universität Bayreuth
Institut für Sportwissenschaft und Ökologisch-Botanischer Garten
Universitätsstraße 30, D-95447 Bayreuth

Weitere Informationen finden Interessierte unter
www.bgm.uni-bayreuth.de/de/Gesundheitstag-2013

Rückenerkrankungen sind die Volkskrankheit Nr. 1. Um die Beschäftigten für dieses Thema zu sensibilisieren, stehen am Gesundheitstag folgende Themen im Mittelpunkt: Bewegung, Entspannung und inneres Gleichgewicht, Ergonomie sowie Übergewicht und Fehlernährung.

Im Institut für Sportwissenschaft werden folgende Mitmach-Aktionen und Schnupperkurse angeboten: Atementspannung, Balkantanz, Die kleine Augenfibel (für Bildschirm-Beschäftigte), Frauen in Form (Fitnesstraining auch für Ungeübte), Mitarbeiter-MaxxF (Gruppen-Krafttraining), Progressive Muskelentspannung, RückenAktiv und Yoga.

Im Ökologisch-Botanischen Garten können Interessierte diese Angebote wahrnehmen: Die bewegte Mittagspause, Reaktiv Walking (mit Handgeräten) und Qi Gong. Darüber hinaus wird der neu angelegte Barfußparcours im Ökologisch-Botanischen Garten vorgestellt und barfuß begangen.

Seit Anfang 2013 existiert an der Universität Bayreuth der Arbeitskreis Betriebliches Gesundheitsmanagement mit dem Ziel, ein gesundheitsförderliches Leben, Arbeiten und Studieren an der Universität zu ermöglichen, die Gesundheit von



Beschäftigten und Studierenden zu stärken und diese zu einem gesundheitsförderlichen Verhalten anzuregen. Mit ca. 1.500 wissenschaftlichen und rund 1.000 nichtwissenschaftlichen Beschäftigten ist die Universität Bayreuth der größte Arbeitgeber der Region. Derzeit sind an der Universität Bayreuth ca. 11.000 Studierende immatrikuliert.



Kurzporträt der Universität Bayreuth

Die Universität Bayreuth ist eine junge, forschungsorientierte Campus-Universität. Gründungsauftrag der 1975 eröffneten Universität ist die Förderung von interdisziplinärer Forschung und Lehre sowie die Entwicklung von Profil bildenden und Fächer übergreifenden Schwerpunkten. Die Forschungsprogramme und Studienangebote decken die Natur- und Ingenieurwissenschaften, die Rechts- und Wirtschaftswissenschaften sowie die Sprach-, Literatur und Kulturwissenschaften ab und werden beständig weiterentwickelt. Gute Betreuungsverhältnisse, hohe Leistungsstandards, Fächer übergreifende Kooperationen und wissenschaftliche Exzellenz führen regelmäßig zu Spitzenplatzierungen in Rankings.

Seit Jahren nehmen die Afrikastudien der Universität Bayreuth eine internationale Spitzenposition ein; die Bayreuther Internationale Graduiertenschule für Afrikastudien (BIGSAS) ist Teil der Exzellenzinitiative des Bundes und der Länder. Die Hochdruck- und Hochtemperaturforschung innerhalb des Bayerischen Geoinstituts genießt ebenfalls ein weltweit hohes Renommee. Die Polymerforschung ist Spitzenreiter im Förderranking der Deutschen Forschungsgemeinschaft (DFG). Die Universität Bayreuth verfügt über ein dichtes Netz strategisch ausgewählter, internationaler Hochschulpartnerschaften. Derzeit sind an der Universität Bayreuth ca. 11.000 Studierende in rund 100 verschiedenen Studiengängen an sechs Fakultäten immatrikuliert. Mit ca. 1.500 wissenschaftlichen Beschäftigten, davon 225 Professorinnen und Professoren, und rund 1.000 nichtwissenschaftlichen Mitarbeitern ist die Universität Bayreuth der größte Arbeitgeber der Region.

Kontakt:

Pressestelle der Universität Bayreuth
Brigitte Kohlberg
Pressesprecherin
Universitätsstraße 30
D-95447 Bayreuth

Telefon (+49) 0921 / 55-5357
E-Mail pressestelle@uni-bayreuth.de
www.uni-bayreuth.de