

Medienmitteilung

Ansprechpartnerin Anja-Maria Meister
Pressesprecherin
Hochschulkommunikation
Telefon +49 (0) 921 / 55-5300
E-Mail anja.meister@uni-bayreuth.de
Thema **Zertifikat „Gesunde Belegschaft“**

Universität Bayreuth wird mit Siegel „Gesunde Belegschaft“ ausgezeichnet

Die Universität Bayreuth erhält das Siegel „Gesunde Belegschaft“. Diese Auszeichnung wird von der Corporate Health Initiative von Handelsblatt und „EuPD Research“ vergeben. Sie begleitet betriebliches Gesundheitsmanagement und prämiert die Implementierung von erfolgreichen Maßnahmen. An der Universität Bayreuth werden besonders die Aktivpause und das Fortbildungsprogramm „Gesund im Führungs- und Arbeitsalltag“ gelobt. Auch in Corona-Zeiten gibt es gesundheitsfördernde Angebote an der Universität Bayreuth.



Pia Dömling, UGM-Koordinatorin (vorn), und Prof. Dr. Susanne Tittlbach, Lehrstuhlinhaberin Sportwissenschaft III an der Universität Bayreuth.
Foto: UBT

2013 hat sich die Universität Bayreuth auf den Weg zu einer gesundheitsfördernden Hochschule gemacht. Um alle Maßnahmen, die Leben, Arbeiten und Studieren auf dem Campus gesundheitsförderlich machen sollen, zu bündeln, wurde das Universitäre Gesundheitsmanagement (UGM) etabliert. Es widmet sich nicht nur körperlicher, sondern auch mentaler Gesundheit aller Universitätsangehörigen.

„Beim UGM nehmen wir wissenschaftliche und nichtwissenschaftliche Beschäftigte sowie Studierende und deren Anforderungen, Belastungen aber auch Ressourcen in den Blick“, sagt Pia Dömling, an der Universität Bayreuth für das UGM verantwortlich. Aus dieser Betrachtung heraus werden dann Maßnahmen, wie u.a. der Campus Aktivpfad, die Aktivpause und ähnliches entwickelt. Das Programm „Gesund im Führungs- und Arbeitsalltag“ zum Beispiel hilft Mitarbeitern und Mitarbeiterinnen der Universität Bayreuth dabei, kraftraubende Aspekte ihrer Arbeit zu identifizieren und Maßnahmen zur Stressbewältigung zu entwickeln sowie Methoden zum Zeitmanagement zu erlernen.

Als Reaktion auf die Corona-Krise hat das UGM eine Plattform eingerichtet, auf der digitalisierte gesundheitsförderliche Angebote und Anregungen für mehr Bewegung und Entspannung im Homeoffice zu finden sind. Des Weiteren gibt es dort Informationsmaterialien zur gesundheitsförderlichen Gestaltung



des Homeoffice. Außerdem finden sich dort Links zu Live-Kursen wie der lizenzierte Rückengesundheitskurs für die Universitäts-Beschäftigten. Darüber hinaus werden im Rahmen des Fortbildungsprogramms „Gesund im Führungs- und Arbeitsalltag“ bei Bedarf Online-Coachings für Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen durchgeführt.

Prof. Dr. Susanne Tittlbach, Lehrstuhlinhaberin Sportwissenschaft III, erläutert: „Wissenschaftliche Studien machen deutlich, dass ausreichende Ressourcen beziehungsweise Kraftquellen im Arbeitsalltag zu einer gelingenden Bewältigung von alltäglichen Anforderungen führen können.“ Die Bedeutung des UGMs für die Universität als Ganzes macht Kanzler Dr. Markus Zanner deutlich: „Eine als angenehm gelebte und erlebte, eine sogenannte gesundheitsfördernde Universitätskultur, kann dazu beitragen,

dass mit Freude und Motivation der Tätigkeit nachgegangen wird und dass eine erhöhte emotionale Bindung an die Universität entsteht.“ Langjähriger Partner für das Universitäre Gesundheitsmanagement der Universität Bayreuth ist die Techniker Krankenkasse.

Hier geht's zum Universitären Gesundheitsmanagement:

www.ugm.uni-bayreuth.de

Kontakt:

Prof. Dr. Susanne Tittlbach

Lehrstuhlinhaberin

Telefon: +49 (0) 921/ 55-3461 / -3485

E-Mail: susanne.tittlbach@uni-bayreuth.de

Pia Dömling

Koordinatorin Universitäres Gesundheitsmanagement

Telefon: +49 (0) 921 / 55-3473

E-Mail: pia.doemling@uni-bayreuth.de

Lehrstuhl Sportwissenschaft III – Sozial- und Gesundheitswissenschaften des Sports

Universität Bayreuth

www.spowi3.uni-bayreuth.de

Über die Universität Bayreuth

Die Universität Bayreuth existiert seit 1975 und ist eine der erfolgreichsten jungen Universitäten in Deutschland. Sie liegt im ‚Times Higher Education (THE) Young University Ranking‘ auf Platz 40 der 351 weltweit besten Universitäten, die jünger als 50 Jahre sind. Interdisziplinäres Forschen und Lehren ist Hauptmerkmal der 160 Studiengänge an sieben Fakultäten in den Natur- und Ingenieurwissenschaften, Rechts- und Wirtschaftswissenschaften sowie den Sprach-, Literatur- und Kulturwissenschaften. Die Universität Bayreuth hat rund 13.330 Studierende, rund 240 Professorinnen und Professoren, ca. 1.330 wissenschaftliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sowie etwa 985 nichtwissenschaftliche Beschäftigte. Sie ist der größte Arbeitgeber der Region. (Stand Januar 2020)