



Healthy Campus Day

Gesund studieren 06.11.2024

* Mit einem Grußwort von Univ.-Prof. Dr. Sven Chojnacki, Vizepräsident für Studium und Lehre



	Raum L113	Hörsaal Foyer	Raum L115	Raum L116	Foyer Mensa II	Campus Lankwitz	
09:00						UniFit Lankwitz	
09:15							
09:30						Körperanalyse-Bodycheck (DEU) (ENG)	
09:45		Teamchallenge Hochschulsport			Info-Stände		
10:00	Auftaktveranstaltung*				Außenbereich		
10:15							
10:30	Schnupperkurs Hochschulsport Morning Mobilty			Kurzvortrag Herzinfarkt	Workshop (DEU)	Rund ums Rad Selbsthilfwerkstatt FURad	
10:45					Überwindung der Einsamkeit	Sustainable Campus Tour light	
11:00				Impulsworkshop Therapieplatzsuche			Malteserstr. 74-100 Führungen Geowissenschaftliche Bibliothek
11:15	Schnupperkurs Hochschulsport Nackenfit				Workshop (ENG)		
11:30						Sustainable Campus Tour light	
11:45				Kurzvortrag Schlaganfall	Overcoming Loneliness		
12:00	Schnupperkurs Hochschulsport Yoga Flow						Vorraum der Mensa Lankwitz Angebote zum Mental Well-being
12:15			Impulsvortrag Ernährungskonzept der Mensen			Vorraum der Mensa Lankwitz	
12:30				Workshop			
12:45	Schnupperkurs Hochschulsport Breath (EN)			Gesund & sicher mit dem (Lasten)-Rad zur Freien Universität		Malteserstr. 74-100 Führungen Geowissenschaftliche Bibliothek	
13:00			Impulsworkshop (ENG) Finding therapy				
13:15							
13:30	Schnupperkurs Hochschulsport DeStress						
13:45			Kurzvortrag Respiratorische Schieflagen				
14:00		Siegerehrung					
14:15	Schnupperkurs Hochschulsport Anti-Sitz-Yoga		14:20 Impulsworkshop Besser schlafen				
14:30			Kurzvortrag Intoxikationen				
14:45				Ausstellung und moderierter Austausch		Poster-ausstellung	
15:00						Wie gesund sind die Studierenden der FU	
15:15			Impulsworkshop Studieren mit Behinderungen und chronischen Erkrankungen	Klimakrise im Kopf			
15:30							
15:45			Impulsworkshop Umgang mit Neurodivergenz (AD(H)S) im Unialltag				
16:00							
16:15							
16:30							

Veranstaltungen zu den Themen

- Bewegung & Mindfulness
- Körperliche Gesundheit & Ernährung
- Psychische & Mentale Gesundheit
- Mobilität & Wohlbefinden

Info-Stände Healthy Campus Posterausstellung, Beratungsstellen, Wunschleine, inklusiver Arbeitsraum, Familienservice, Team geschlechtergerecht, Stabsstelle Diversity & Antidiskriminierung, Stabsstelle Nachhaltigkeit und Energie

Fahrradcodierungen vom ADFC