

Einladung

Zum 7. Bayernweiten Aktionstag „Gesunde Hochschule“ 2017 mit dem Motto „Vorsorge ist besser als Nachsorge“: Vorsorge - Krebsvorsorge - Darmkrebsvorsorge.

TUMgesund – die Arbeitsgruppe Betriebliche Gesundheits-Förderung - und das Hochschulreferat 6 – Sicherheit und Strahlenschutz – will Sie mit einem breitgefächerten Angebot dazu animieren, sich getreu dem Motto rund um die Gesundheitliche Vorsorge zu informieren. Kompetente Ansprechpartner von TUM-Lehrstühlen, Krankenkassen und örtlichen Anbietern aus dem Gesundheitsbereich geben Tipps und zeigen Möglichkeiten auf, die Gesundheit zu schützen und Krankheiten vorzubeugen. Sie können sich dieses Jahr im begehbaren DARMMODELL der FelixBurdaStiftung selbst ein Bild von Darmerkrankungen machen und erfahren, warum es sich lohnt, auf einen gesunden Lebensstil zu achten und warum Früherkennungsmaßnahmen hilfreich sein können. Sie haben sogar die Möglichkeit, zu vergünstigten Konditionen ein Darmkrebsvorsorgetest zu beziehen. Die TUM beteiligt sich an den Kosten. Alle wichtigen Informationen rund ums Thema und individuelle Beratung durch die TUM-Betriebsärzte können Sie sich bei Ihrem Besuch „abholen“.

Dank

Wir bedanken uns herzlich bei den Unterstützern der Veranstaltung:

Dekanat WZW, Personalrat WZW, Hochschule Weihenstephan-Triesdorf, Bauhof und Gebäudemanagement am Campus Weihenstephan, Bayer. Landesanstalt für Wald und Forstwirtschaft, Weihenstephaner Bergquelle, Bayerische Staatsbrauerei Weihenstephan, Orangerie und den genannten teilnehmenden Einrichtungen und ganz besonders danken wir den Sponsoren für das von der Felix Burda Stiftung entwickelte Darmmodell: AOK und Siemens Betriebskrankenkasse

Die AG BGF am Standort Freising-Weihenstephan – Dr. Andrea Dietlmeier, Johannes Drees, Ingrid Fuhrich, Claus Hertl, Dr. Gabriele Hohmann, Peter Kobler, Sabine Krimmer, Dr. Astrid Lux-Endrich und Josef Mages – wünscht allen Besuchern und Beteiligten einen schönen und interessanten Gesundheitstag.

Ansprechpartner

Ihre **Ansprechpartner** an der TUM, die Mitglieder der **Arbeitsgruppe Betriebliche Gesundheitsförderung** in

- **München**
AG-Sprecherin G. Wolf
Personalvertretung
Personalabteilung
Psychosoziale Beratung
Betriebsärztl. Dienst
Sicherheitsingenieur
Tel. 089.289.22278
Tel. 089.289.22278
Tel. 089.289.22220
Tel. 089.289.22187
Tel. 089.289.22704
Tel. 089.289.12283
- **Garching**
AG-Sprecher G. Hoschek
Personalvertretung
Personalabteilung
Psychosoziale Beratung
Betriebsärztl. Dienst
Sicherheitsingenieur
Tel. 089.289.12063
Tel. 089.289.16391
Tel. 089.289.14781
Tel. 089.289.14550
Tel. 089.289.14000
Tel. 089.289.12283
- **Weihenstephan**
AG-Sprecher P. Kobler
Personalvertretung
Personalabteilung
Psychosoziale Beratung
Betriebsärztl. Dienst
Sicherheitsingenieur
Tel. 08161.71.5166
Tel. 08161.71.5166
Tel. 08161.71.4012
Tel. 08161.71.5364
Tel. 08161.71.3908
Tel. 089.289.12283

Bitte schauen Sie auch ab und zu auf unsere Homepage:
<http://portal.mytum.de/TUMgesund>



TUMgesund –

Betriebliche Gesundheitsförderung



PROGRAMM

7. BAYERNWEITER AKTIONSTAG „GESUNDE HOCHSCHULE“ 2017

Vorsorge ist besser als Nachsorge
Vorsorge, Krebsvorsorge, Darmkrebsvorsorge

22. Juni 2017 in München

27. Juni 2017 in Freising-Weihenstephan

28. Juni 2017 in Garching

Organisiert von der
Arbeitsgruppe Betriebliche Gesundheitsförderung
und dem
Hochschulreferat 6 - Sicherheit, Strahlen- und
Gesundheitsschutz

Weitere Aktionsstände

Siemens BK	Hautscreening, 10 000 Schritte-Aktion
Stadtwerke Freising	„Gesundes Trinkwasser“
Studentenwerk	Beantwortet Fragen zur Ernährung
TK	Venenscreening, Muskeltonus- und Knochendichtemessung
TUM.Family	Kreative Bewegung
Werkfeuerwehr	Erste Hilfe am Campus Weihenstephan

Die Technische Universität München lädt alle Hochschulangehörigen jeweils von **10:00 Uhr bis 15:00 Uhr** ein, den diesjährigen Aktionstag „Gesunde Hochschule“ zu besuchen:

Die Zeit der Teilnahme am eigenen Standort gilt als Arbeitszeit.

München, 22. Juni 2017
 Immatrikulationshalle
 TU München, Arcisstraße 21

Freising-Weihenstephan, 27. Juni 2017
Zentrales Hörsaalgebäude, Geb. 4214,
Maximus-von-Imhof-Forum 6

Garching, 28. Juni 2017
 Magistrale Fakultät Maschinenwesen

Rahmenprogramm am 27. Juni 2017

ab 10.00 Uhr Dauer ca. 15 Min.	Knochendichtecheck (TK) (Foyer)
ab 10.00 Uhr Dauer ca. 15 Min.	Venenscreening (TK) (Foyer)
ab 10.00 Uhr Dauer ca. 15 Min.	Muskeltonus Messung (TK) (Foyer)
ab 10.00 Uhr Dauer ca. 10 Min.	Futrex-Messung (AOK) (Raum HU 41)
ab 10.00 Uhr Dauer ca. 10 Min.	Hautscreening (Siemens BK) (Raum HU 42)
ab 10.00 Uhr Dauer ca. 15 Min.	Lungenfunktionsmessung (Barmer) AllergieMobil
ab 10.00 Uhr Dauer ca. 15 Min.	Hautfunktionsmessung (Barmer) AllergieMobil
13.00 Uhr Dauer ca. 1 Std.	Lach Yoga (Christian Jarosch) (S 2)

Anmeldung beim Personalrat bis 20. Juni erforderlich, Tel. 08161.713700

Ohne Anmeldung

ab 10.00 Uhr	Darmmodell der Felix Burda Stiftung
11.00 Uhr Dauer ca. 30 Min.	spannen-entspannen-bewegen (Hochschulgemeinde) (S 1)
11.00 Uhr Dauer ca. 45 Min.	Darmkrebs: Häufigkeit, Entstehung, Früherkennung Vortrag (ScheBo Biotech AG) (Hörsaal 16)
12.00 Uhr Dauer ca. 45 Min.	Yoga zum Kennenlernen (Luz Renate) (S 1)
14.00 Uhr Dauer ca. 45 Min.	Entspannungsübungen zum Kennenlernen (Claus Hertl) (S 1)

Aktionsstände

AOK	Futrex-Messung der individuellen Körperzusammensetzung, Flockenpresse im Retrolook
Barmer	Allergiemobil mit Lungen- und Hautfunktionsmessung, Informationen
Christian Jarosch	Lach Yoga
Hochschulsport	„Schlingentisch“ Infos und Vorführung
Hochschulte Manuela	Farbdialog Ausdruck der Entlastung Gestaltung ist Bewältigung Kreativität ist Entwicklung
Hörgeräte Seifert	Schnellhörtest und Gehörschutz im Hörmobil
HR 6: Arbeitssicherheit	„Sicherheit für Gesundheit“ – Angebote des HR 6
HR 6: Betriebsärztl. Dienst	Stehen für Fragen rund um das Thema Darmkrebs zur Verfügung
HR 6: Psycho-Soziale Beratung	Infostand, Entspannungsübungen aus progressiver Muskelentspannung und Autogenem Training
HSWT: Anke Bimmer, Diabetesberaterin DDG	Blutzuckermessung, Blutdruckmessung, Cholesterin-Schnelltest
Lst. für Ernährungsmedizin	Ballaststoffe und Darmgesundheit
Molkerei Weihenstephan	Molkereiprodukte
Riedl & Reif	Sehtest, Brillencheck, Amslertest, Infos über Bildschirmbrillen
Schebo Biotech	Darmkrebsvorsorge-Aktion: Vortrag und Kombitest, ScheBo@•M2-PK + HbTM. Bitte Personalcard o.ä. mitbringen.