

Einladung

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

TUMgesund - die Arbeitsgruppe Betriebliche Gesundheitsförderung - 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 Lehrstühlen und Abteilungen der TUM, 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 Felix Burda Stiftung 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 Darmkrebsvorsorgetestset zu beziehen. Die TUM beteiligt sich an den Kosten. Alle wichtigen Informationen rund ums Thema und individuelle Beratung durch die Betriebsärztinnen können Sie sich bei Ihrem Besuch „abholen“.

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 28. Juni 2017

ab 10.00 Uhr Dauer ca. 15 Min.	Knochendichtecheck (TK)
ab 10.00 Uhr Dauer ca. 15 Min.	Venenscreening (TK)
ab 10.00 Uhr Dauer ca. 15 Min.	Muskeltonus Messung (TK)
ab 10.00 Uhr Dauer ca. 12 Min.	Backcheck (AOK)
ab 10.00 Uhr Dauer ca. 10 Min.	Hautscreening (Siemens BK)
11.15 Uhr Dauer ca. 15 Min.	Entspannung leicht gemacht (Claus Hertl, TUM)
13.00 Uhr Dauer 1 Std.	Lach Yoga (Christian Jarosch, Heilpraktiker)

Veranstaltungsorte werden in der Magistrale am BGF Stand bekanntgegeben und ausgeschildert.

Ohne Anmeldung

ab 10.00 Uhr	Darmmodell der Felix Burda Stiftung
ab 10.00 Uhr	Allergiemobil: Lungen- und Hautfunktionsmessung (Barmer)
ab 10.00 Uhr	Sehtest Bulli Mobil nikiOptik
ab 10.00 Uhr	Hörmobil: Schnellhörtest (Hörgeräte Seifert)
10.30 / 14.00 Uhr Dauer ca. 30 Min.	Meditation und Stand KHG und EHG
11.00 Uhr Dauer ca. 45 Min.	Darmkrebs: Häufigkeit, Entstehung, Früherkennung Vortrag (ScheBo Biotech AG)
12.00 Uhr Dauer ca. 45 Min.	Vortrag: Bewegung – Motor für Gesundheit Prof. Halle Zentrum für Prävention, Ernährung und Sportmedizin

Anmeldung am Stand der BGF oder ab 20. Juni unter Tel. 089.289.12063

Aktionsstände

AOK + Motion Sports	Backcheck – wie stark ist Ihr Rücken?
AOK + vit.bikes	Radl-Sicherheitscheck
Barmer	Allergiemobil mit Lungen- und Hautfunktionsmessung, Informationen
Betriebsärztl. Dienst	Stehen für Fragen rund um das Thema Darmkrebs zur Verfügung
Claus Hertl, TUM	Infostand, Entspannungsübungen
HS Weihenstephan	Blutzucker- und Blutdruckmessung
Hr. Foerg Fr. Härter	Rolfing, Faszien Training
Junker	Massage
Hörgeräte Seifert	Schnellhörtest und Gehörschutz im Hörmobil
HR 6: Arbeitssicherheit	„Sicherheit für Gesundheit“ – Angebote des HR 6
Fa. Mai	Schutzausrüstung
Feuerwehr	Erste Hilfe, Defi, Lukas
Lavida Sport und Fitness	Körperanalyse mittels Tanita-Waage
LUK	Alterssimulationsanzug (Sensibel für das Alter)
nikiOptik	Sehtest
Polizei O'Schleißh.	Fahrsimulator, Drogen
Schebo Biotech	Darmkrebsvorsorge-Aktion: Vortrag und Kombitest, ScheBo®M2-PK + HbTM. Bitte Personalcard o.ä. mitbr.
Siemens BK	Hautscreening, 10 000 Schritte-Aktion
Sportmedizin TUM	„Fit und gesund an der Hochschule“
Studentenwerk	Ernährung sensorische Verkostung
Unser Land	Gesunde Nahrungsmittel
Ökokiste	Gesunde Nahrungsmittel
Andechser Molkerei	Bio Molkereiprodukte
TK	Venenscreening, Muskeltonus- und Knochendichtemessung