

**Das Studentische Gesundheitsmanagement**

**lädt ein zum**

# **Gesundheitstag 2022**

**Was?** Dich erwarten spannende Vorträge, coole Aktivitäten und Info-Stände rund um das Thema Gesundheit!

**Wann?** 14.07.2022 von 10–16 Uhr

**Wo?** Veranstaltungssaal der Universitätsbibliothek



12:30 Uhr

Live-Musik  
und Poetry  
Slam

**Come by, get inspired and  
FEEL THE DIFFERENCE!**



# Impulsvorträge

- 10:00 Begrüßung
- 10:30 Achtsam studieren
- 11:00 Substanzmissbrauch & Medienkonsum
- 11:30 Lebe Balance
- 13:00 Study-Life Balance
- 13:30 Achtsam studieren
- 14:00 Study-Life Balance
- 14:30 Gesünder durch soziale Kontakte?
- 15:00 Alkohol – Genuss oder Sucht?
- 15:30 Gesunder Schlaf

# Aktivitäten

- Stresspilot-Messung
- Körperstabilitätsmessung
- Recharge-Bike
- Messung der Reaktionsfähigkeit
- Körperkompositionsmessung
- Ernährungsausstellungen
- Balance-Parcours
- Glücksrad
- Alkohol-Selbsttest & Rauschbrillen
- Lerne den Bewegungspark Sternwald kennen (18:00 Uhr)

Sichere Dir Deinen SGM-Jutebeutel mit vielen nützlichen Überraschungen!

Mache hierzu bei einer unserer Aktivitäten mit und besuche einen Impulsvortrag Deiner Wahl!

Hol Dir anschließend Deine Stempel und zeige sie am SGM-Stand vor – et voilà!



Aktivität

Vortrag

## Mit dabei sind:



Mehr Infos findest Du unter:



[www.sgm.uni-freiburg.de](http://www.sgm.uni-freiburg.de)



[unifreiburg\\_sgm](https://www.instagram.com/unifreiburg_sgm)

