

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



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

