

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)

