

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Kolleginnen und Kollegen,

drinnen, draußen, online oder in Präsenz, nutzen Sie die Angebote zur Förderung Ihrer Gesundheit sowie für ein gemeinsames, stärkendes Miteinander in Ihrer Einrichtung.

- **„Healthy.Campus - Re-Start“** - Der große Auftakt. Sei dabei & fordert die *Göttinger Comedy Company* heraus während sie das Thema Gesundheit in einer Impro Show auf den Kopf stellt. Am 11.05.2022 ab 18:00 Uhr, weitere Infos: <https://www.healthycampus-goettingen.de/>
- **Kursprogramm vom Healthy Campus SoSe 2022** - „Achtsamkeit im Wald“, „Wandern mit Anderen“ und vieles mehr. Es sind noch Plätze frei: <https://store.sport.uni-goettingen.de/sports/tags/17>
- **Kurse im Bereich „Gesundheit / Mental Health“ des Qualifizierungsprogramms** - Ein besonderes Angebot am 12.05.2022 der neue Kurs „Zentangle – die achtsame Zeichenmethode als Entspannungstraining“ und weitere Angebote unter: <https://qualifizierung.uni-goettingen.de/de/programs/13-qualifizierung-2022/categories/111>
- **„Was tun gegen Ärger?“** - Privater Ärger, Verkehrschaos, Technikprobleme, Stress am Arbeitsplatz?“ Das BGM lädt Sie auf ein kleines Experiment ein.
<https://youtu.be/pNqGjdiCX-Y>
BGM-Playlist: [Gesundheit, Management und Fit im Büro](#)
- **„Eine Idee für Ihren Betriebsausflug?“** - Über 50 Ideen für Betriebsausflüge finden Sie in einer Broschüre des BGM - von Entdeckungstouren in Natur oder Stadt über Abenteuer und Action bis zu Sport oder geselligem Miteinander. Mehrere Inhaltsverzeichnisse helfen, nach den Kriterien Aktivitäten, Entfernung, Orte und Budget passende Ausflugsziele und Aktionen zu finden.
Kurze Erfahrungsberichte aus den wissenschaftlichen Einrichtungen und den Abteilungen der Zentralverwaltung runden die Broschüre ab. Weitere Infos, das Ebook finden Sie auf der Seite: [Ideen für Betriebsausflüge - Georg-August-Universität Göttingen \(uni-goettingen.de\)](#)
- **„Team-Interaktiv-Tage“** - Gehen Sie als Team einen Schritt weiter. 4 dreistündige Module des Healthy Campus stehen zur Auswahl:
 - Get together
 - Kommunikation & Kooperation
 - Gesundheit & Ressourcen stärken
 - Gemeinsam im Team, Gemeinsam stark

Die einzelnen Module sind auf 4 bis 20 Personen abgestimmt, flexibel buchbar und finden je nach Wetterlage und Jahreszeit Indoor oder Outdoor im Sprangerweg, Gutenberg-straße statt. Sie können Module auch einzeln buchen. Bei der Finanzierung unterstützt Sie das das BGM.

Kontakt im Hochschulsport:

Anna Geisenhainer: 0551-39-25658, anna.geisenhainer@sport.uni-goettingen.de