

1.	2.	3.	4.	5.
6.	7.	8.	9.	10.
11.	12.	13.	14.	15.
16.	17.	18.	19.	20.
21.	22.	23.	24.	25.

Bitte die passende Zahl abstempeln.

**Einsendeschluss ist der 16.12.2022**

©www.rls.de

### ANGEBOTE 2022

- Gesundheitskurs des Fort- und Weiterbildungsprogramms  
- Angebote zum Thema psychische Gesundheit  
- Angebote zur Stressprävention  
- Angebote zur Suchtprävention
- Kurs Hochschulsport
- GTZ-Abo
- Pausenexpress
- Mobile Massage
- Azubi-Fit
- Ich bin Nichtraucher
- Raucherentwöhnungskurs
- Grippeschutzimpfung
- Ergonomieberatung durch Dez. 5.3.
- Blutspende
- Sportabzeichen
- Mit dem Rad zur Arbeit
- Teilnahme an einem Volkslauf

- Bewegungsaktion Campuswald (im Rahmen von 50 Jahre UPB)
- Teilnahme beim Stadtradeln

### Zusatzangebote

Corona macht die Planung leider nach wie vor schwer. Hier können Sie zusätzliche Angebote eintragen, die gegebenenfalls im Laufe des Jahres angeboten werden.

17.	
18.	
19.	
20.	
21.	
22.	
23.	
24.	
25.	

# GESUNDHEITSPASS

für Mitarbeitende 2022

## KONTAKT

### Sandra Bischof

Koordinatorin Betriebliches Gesundheitsmanagement

Gesunde Hochschule

Universität Paderborn

Warburger Str. 100; 33098 Paderborn

Raum ZSL 1.204

Tel.: 05251/60-4305

Fax: 05251/60-4200

E-Mail: bischof@zv.upb.de

[www.upb.de/gesundheit](http://www.upb.de/gesundheit)



**Abgabe des Gesundheitspasses**

**bis zum 16.12.2022**

Name

---

---

E-Mail

---

---

Bereich

---

---

Raumnummer

---

---

Unterschrift

---

## SO FUNKTIONIERT'S

- 1.) Auf Angebote achten.
- 2.) Infos auch unter:  
[www.upb.de/gesundheit](http://www.upb.de/gesundheit)
- 3.) Teilnehmen.
- 4.) Abstempeln lassen.
- 5.) Prämie wählen.
- 6.) Gesundheitspass einreichen.

Es erfolgt keine Weitergabe Ihrer Daten an Dritte.



## Unsere Prämien

- 6 Wassergläser (4 Stempel)
- 1 Mobile Massage (6 Stempel)
- Hochschulsport-Gutschein über 20 €; frei einsetzbar für Kurse des Hochschulsports (8 Stempel)
- Hochschulsport-Gutschein über 40 €; einsetzbar für die Buchung eines 6-monatigen GTZ-Abos (10 Stempel)
- 3 Mobile Massagen (12 Stempel)

### Prämien für's Team:

- Obstkiste für's Büro (3x7 Stempel)

Drei Personen aus einem Bereich müssen je mindestens 7 Stempel auf ihrem Gesundheitspass gesammelt haben.

Je nach Anzahl Ihrer Stempel können Sie eine Prämie auswählen.