

GESUNDHEITSPASS

für Mitarbeitende



2015

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 18.12.2015

per Hauspost an ZSL 1.204

©www.rls.de

ANGEBOTE 2015

1. Gesundheitskurs des Fort- und Weiterbildungsprogramms
- Angebote zum Thema psychische Gesundheit
- Angebote zur Stressprävention
- Angebote zur Suchtprävention
- Bewegungsangebote
2. Aktionsvortrag der Gesunden Hochschule -neu-
3. Kurs Hochschulsport
4. GTZ-Abo
5. Pausenexpress
6. Mobile Massage
7. Azubi-Fit
8. Ich bin Nichtraucher!
9. Besuch der Aktionstage „Depression- die andere Seite“ vom 27.-30.01.2015
10. Besuch der Uni Gesundheitstage am 19./20.05.2015
11. Teilnahme am Campuslauf -neu-
12. Besuch des Aktionstages Suchtprävention am 24.11.2015
13. Gripeschutzimpfung
14. Ergonomieberatung durch Dez. 5.3.
15. Entspannungs-Coaching
16. Stress-Test
17. Herzscreening
18. Lungen-Check
19. Körperfettgewebemessung
20. Blutzuckermessung
21. Blutspende
22. Sportabzeichen
23. Mit dem Rad zur Arbeit -neu-
24. Spaßturnier für Mitarbeitende -neu-
25. Zusatzangebot

KONTAKT

Melissa Sommermann
Koordinatorin Betriebliches Gesundheits-
management Gesunde Hochschule

Universität Paderborn
Warburger Str. 100; 33098 Paderborn
Raum ZSL 1.204

Tel.: 05251/60-4305
Fax: 05251/60-4200

E-Mail:
melissa.sommermann@zv.uni-paderborn.de

www.upb.de/gesundheit



Abgabe des Gesundheitspasses
per Hauspost an ZSL 1.204 bis zum
18.12.2015.

Name _____

Adresse _____

Geburtsdatum _____

E-Mail _____

Telefon (Büro) _____

Bereich _____

Raumnummer _____

Unterschrift _____

SO FUNKTIONIERT'S

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

Es erfolgt keine Weitergabe Ihrer Daten
an Dritte.



Unser PRÄMIEN-Angebot

- 6 Wassergläser (4 Stempel)
- Bonuskarte
der Apotheke Schöne Aussicht (4 Stempel)
- TK-Fitnessband (6 Stempel)
- Vossen TK-Duschhandtuch (10 Stempel)
-nur für die ersten 20 Einsendungen-
- Hochschulsport-Gutschein über 20 €; frei
einsetzbar für Kurse des Hochschulsports
(10 Stempel)
- Hochschulsport-Gutschein über 40 €;
einsetzbar für die Buchung eines
6-monatigen GTZ-Abos (13 Stempel)

Bitte wählen Sie eine der Prämien aus.
Je nach Anzahl Ihrer Stempel können Sie sich
für eine oder mehrere Prämien entscheiden.
Eine zeitliche Staffelung behalten wir uns vor.