

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.

**ANGEBOTE 2021**

1. Gesundheitskurs des Fort- und Weiterbildungsprogramms  
- Angebote zum Thema psychische Gesundheit  
- Angebote zur Stressprävention  
- Angebote zur Suchtprävention
2. Kurs Hochschulsport
3. GTZ-Abo
4. Pausenexpress
5. Mobile Massage
6. Azubi-Fit
7. Ich bin Nichtraucher!
8. Raucherentwöhnungskurs
9. Gripeschutzimpfung
10. Ergonomieberatung durch Dez. 5.3.
11. Blutspende
12. Sportabzeichen
13. Mit dem Rad zur Arbeit

14. Teilnahme am Stadtradeln
15. Teilnahme an einem Volkslauf

**Zusatzangebote**

16.	
17.	
18.	
19.	
20.	
21.	
22.	
23.	
24.	
25.	

Bitte die passende Zahl abstempeln.

Einsendeschluss ist der 31.12.2021

# 25 Jahre

## Gesunde Hochschule

### GESUNDHEITSPASS

für Mitarbeitende

2021

## KONTAKT

Sandra Bischof  
Kordinatorin Gesundheitsmanagement  
Gesunde Hochschule

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

Tel.: 05251/60-4305

E-Mail:  
bischof@zv.upb.de  
www.upb.de/gesundheit

Name \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

E-Mail \_\_\_\_\_

Telefon (Büro) \_\_\_\_\_

Bereich \_\_\_\_\_

Raumnummer \_\_\_\_\_

Unterschrift \_\_\_\_\_

Es erfolgt keine Weitergabe Ihrer Daten  
an Dritte.

## SO FUNKTIONIERT'S

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



## Unser PRÄMIEN-Angebot

- 6 Wassergläser (4 Stempel)
- 1 Mobile Massage (6 Stempel)
- Hochschulsport-Gutschein über 20 €; frei einsetzbar für Kurse des HSP (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:

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

- Obstkiste für's Büro (3x7 Stempel)

Je nach Anzahl Ihrer Stempel können Sie eine Prämie auswählen (entweder Einzel- oder Teamprämie).