

Nicht stressen -  
besser essen.

**AKTIONSTAG GESUNDHEIT**

FAKULTÄT SAGP

DONNERSTAG 6.12.2018

CAMPUS FLANDERNSTRASSE

Infostände im Foyer und mehr...

# PROGRAMM

DONNERSTAG 6.12.2018

TECHNIKER  
KRANKENKASSE

## SMOOTHIES

OISHII  
ERNÄHRUNGS-  
COACHING GBR

### GUT GEWÜRZT IST HALB GEKOCHT \*

Inhaltsstoffe und Wirkung von Kräutern und Gewürzen

GRUPPE 1

### WONDER BALL \*

Die gesunde Alternative als Zwischenmahlzeit

GRUPPE 2

### SUPERFOOD - SUPER GUT? \*

Kritische Beleuchtung von Superfoods

GRUPPE 3

### STRESS? NEIN, DANKE! \*

Manage deine Zeit im Studium

GRUPPE 4

### SNOEZELEN FÜR STUDIS \*

Entspannung für die stressigen Zeiten im Studium

GRUPPE 5

### ONE APPLE A DAY \*

Gesundes Snacken an der Hochschule

GRUPPE 6

### WORK-LIFE-BALANCE \*

Ausgeglichen durch's Studium durch Entspannungsübungen und Schreibtischworkout

GRUPPE 7

### MODUM HERBI \*

Tee mit Wirkung

GRUPPE 8

### SCHARF AUF JUNGES GEMÜSE\*

Saisonale Rezepte, Infos und mehr

GRUPPE 9

### MAL EIN GESUNDES TÜTCHEN \*

Frühstücksmüsli

\* Angebote von Studierenden des Seminars Gesundheitsförderung und Prävention der Bachelor-Studiengänge Pflegepädagogik und Pflegemanagement