

Die Gesundheitsinitiative Healthy Campus Bonn  
ist ein Gemeinschaftsprojekt der Deutschen  
Sporthochschule Köln  
und der Universität  
Bonn.

Ernährung

Psychologie

Medizin

Sport



[www.healthy-campus.uni-bonn.de](http://www.healthy-campus.uni-bonn.de)

#### Kontakt

#### Healthy Campus Bonn

Andrea Behr und Dr. Manuela Preuß  
Walter-Flex-Str.3  
0228/73-1706 und 73-1811  
abehr@uni-bonn.de und mpreuss@uni-bonn.de

[www.healthy-campus.uni-bonn.de](http://www.healthy-campus.uni-bonn.de)

Unter dem Dach von

Dezernat 10 –  
Personalentwicklung/Career Center

[www.personalentwicklung.uni-bonn.de](http://www.personalentwicklung.uni-bonn.de)

## Gesund studieren und arbeiten



### Gesundheitskompetenz stärken.

Ein gesunder Lebensstil ist nachweislich eine der zentralen Bedingungen für körperliche und geistige Fitness. Die Initiative Healthy Campus Bonn bietet Studierenden und Beschäftigten die besten Voraussetzungen für ein rundum gesundes und erfolgreiches Wirken an der Universität, u. a. durch:

- vielfältige Bewegungsangebote mit Gesundheitslabel, empfohlen von Experten aus der Sportwissenschaft
- Seminare und Beratungsangebote zu Ernährung, Bewegung und psychischer Gesundheit
- Informationsveranstaltungen rund um einen gesunden Lebensstil
- wissenschaftliche Evaluation und kontinuierliche Qualitätskontrolle der Maßnahmen



**Wir stärken Eigenverantwortung für eine gesunde Lebensweise.**

### Gesund und erfolgreich studieren.

Healthy Campus Bonn möchte Studierende nachhaltig zu Bewegung und ausgewogener Ernährung motivieren. Die Initiative beinhaltet für Studierende:

- umfassende Informationen durch vielfältige Beratungsangebote und Aktionstage
- zertifizierte Bewegungsangebote mit Gesundheitslabel im Rahmen des Hochschulsports
- Onlinebefragungen zur wissenschaftlichen Evaluation, kontinuierlichen Optimierung und individuellen Anpassung unserer Angebote
- individuell maßgeschneiderte Empfehlungen für Bewegung und Ernährung auf Basis der online erhobenen Daten



### Für einen gesunden Arbeitsalltag.

Healthy Campus Bonn unterstützt die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Universität Bonn durch ein breites Angebot an Information, Beratung und Veranstaltungen rund um das Thema Gesundheit. Unsere Initiative bietet Beschäftigten:

- arbeitsplatznahe Bewegungs- und Entspannungsangebote, z. B. Betriebssport, mobile Massage
- Integration gesundheitsförderlichen Verhaltens in den Alltag, z. B. durch Gesundheitstage und Veranstaltungen wie „Mit dem Rad zur Arbeit“ oder Firmenläufe
- Seminare zu gesundheitsrelevanten Themen
- umfassende Beratung zu Gesundheit und Prävention durch kompetente Ansprechpartner aus dem „Arbeitskreis Gesundheit“



Weitere Informationen und Termine unter:

[www.healthy-campus.uni-bonn.de](http://www.healthy-campus.uni-bonn.de)