

## Programm

TUMgesund

### I Lifestyle, Business und Gesundheitsmanagement PT.1

Für Beschäftigte der Technischen Universität München und Gäste

#### Veranstaltungsort

Ernst-Schmidt-Hörsaal, MW 1801

09:00 Uhr Begrüßung und Projektvorstellung  
„TUM Gesunde Hochschule“  
Claudia Peus, Ingmar Bertling

09:10 Uhr Das Projekt „TUM Gesunde Hochschule“  
Nina Schaller, Günter Hoschek

09:30 Uhr **KEY-NOTE LECTURE**  
aus der **BGF-VORTRAGSREIHE**  
„Machen Sie doch, was Sie wollen!“ - Lebenszufriedenheit, Selbstmanagement und Resilienz  
Maja Storch

11:10 Uhr Kurzvorträge (je 3-4 min) der Teilnehmer aus der Aktionsfläche

11:30 Uhr Aktive Mittagspause mit Besuch der Aktionsfläche

### Aktionsfläche „Gesundheit trifft Technik“

Informieren. Diskutieren. Erleben. Vernetzen.

Veranstaltungsort Magistrale der Fakultät für Maschinenwesen, TUM Campus Garching

Ganztägig Gesundheits- und Sportangebote zum Mitmachen  
Technik und Gesundheit zum Ausprobieren und Anfassen

11:10 Uhr Start-up Pitch // Kurzvorträge (Hörsaal)

11:30 Uhr Aktive Mittagspause mit Getränken, gesunden Snacks und Fingerfood

16:00 Uhr Get-together mit Getränken, gesunden Snacks und Fingerfood

17:00 Uhr Veranstaltungsende

### II Lifestyle, Business und Gesundheitsmanagement PT.2

#### Veranstaltungsort

Ernst-Schmidt-Hörsaal, MW 1801

13:00 Uhr Begrüßung

13:05 Uhr **KEY-NOTE LECTURE**  
Die beste Form des Lebens - Gesundheitskompetenz, Selbstwissen und präventives Handeln im Alltag  
Stefan Selke

14:15 Uhr Kaffee-Pause

14:30 Uhr BGM zwischen Feigenblatt und Windmühlen  
Joachim Bischof

15:15 Uhr Was Hochschulen in BGM von Unternehmen lernen können und was sie einzigartig macht.  
Brigitte Steinke

15:45 Uhr Gemeinsame Abschluss-Diskussion und Interview/Talk-Runde: BGM in Unternehmen und Hochschule: Zwei Seiten derselben Medaille?

16:00 Uhr Verabschiedung

16:05 Uhr Get-together und Netzwerken

## Tagungsort & Anfahrt

### Magistrale der Fakultät für Maschinenwesen

Ernst-Schmidt-Hörsaal

MW 1801

Boltzmannstraße 15

85748 Garching

U6 Garching „Forschungszentrum“  
Bus 230 (aus Ismaning) „Forschungszentrum“  
Bus 690 (aus Neufahrn) „Forschungszentrum“  
A9 Ausfahrt „Garching Nord“



Zentrum für Prävention und Sportmedizin

## Forum Gesunde Hochschule

Gesundheit trifft Technik

TUM Campus Garching  
Donnerstag, 02. April 2020



TUMgesund

**A**rbeit ist ein wesentlicher Einflussfaktor auf Gesundheit und Lebensqualität. Die Betriebliche Gesundheitsförderung unter der Initiative **TUMgesund** zielt darauf ab, gesunde Verhaltensweisen zu fördern, vermeidbare Belastungen am Arbeitsplatz zu erkennen und abzubauen.

2020 werden wieder zahlreiche Vorträge zu Betrieblichen Gesundheitsmanagement und -förderung für Mitarbeiter, Firmen und Gesundheitsakteure mit begleitender Aktionsfläche in der Magistrale unter dem Motto Gesundheit trifft Technik angeboten. Ganztags und insbesondere in den Pausen, haben Sie hier Gelegenheit innovative Projekte und Gesundheitstrends zu erleben. Bewegung, Spaß, die Verbindung zur Technik, doch vor allem das Mitmachen und der gegenseitige Austausch stehen hier im Vordergrund. Zahlreiche Lehrstühle, Institutionen und Firmen, aber auch junge Start-ups sind eingeladen, sich und Ihre Projekte in einer Kurzpräsentation vorzustellen.

Die kurzweilige Mischung aus Vorträgen und Aktionen zum Mitmachen bietet Ihnen eine ideale Plattform sich auszutauschen und sich mit zahlreichen Akteuren im Gesundheitsbereich zu vernetzen.

Wir freuen uns auf Ihre aktive Teilnahme.

Ihre

  
Prof. Dr. Martin Halle

  
Ingmar Bertling

## Referenten und Moderation

### **Bertling, Ingmar**

Leiter Marktregion Südbayern  
Techniker Krankenkasse  
Kaflerstr. 2, 81241 München

### **Bischof, Joachim // Dr. med., MBA.**

gesundKultur  
Tuchinger Straße 39b, 85356 Freising

### **Peus, Claudia // Prof. Dr.**

Professur für Forschungs- und  
Wissenschaftsmanagement  
Fakultät für Wirtschaftswissenschaften  
Technische Universität München  
Arcisstr. 21, 80333 München

### **Selke, Stefan // Prof. Dr.**

Professur „Gesellschaftlicher Wandel“  
Hochschule für angewandte Wissenschaften Furtwangen  
Fakultät Gesundheit, Sicherheit, Gesellschaft  
Robert-Gerwig-Platz 1, 78120 Furtwangen

### **Steinke, Brigitte // Dr.**

Fachreferentin Gesundheitsmanagement  
Techniker Krankenkasse  
Bramfelderstr. 140, 22305 Hamburg

### **Storch, Maja // Dr.**

Institut für Selbstmanagement und Motivation Zürich ISMZ  
Scheuchzerstrasse 21, 8006 Zürich

## Projekt-Team

### **Schaller, Nina // Dipl. oec. troph.**

### **Siegrist, Monika // Dr. phil.**

### **Bischof, Jan // B.A.**

Lehrstuhl und Poliklinik für Prävention,  
Rehabilitation und Sportmedizin  
Klinikum rechts der Isar München, TUM  
Georg-Brauchle-Ring 56, 80992 München

### **Hoschek, Günter**

Sprecher der Arbeitsgruppe Betriebliche  
Gesundheitsförderung Garching  
Hochschulreferat 6 -  
Gesundheit, Sicherheit, Strahlenschutz  
Technische Universität München  
Römerhofweg 67, 85748 Garching

### **Bleher, Annette**

Referentin Gesundheitsmanagement  
Techniker Krankenkasse  
Präventionsberatung Oberbayern  
Kaflerstr. 2, 81241 München

## TUM Gesunde Hochschule

Das Forum Gesunde Hochschule 2018 war der Startschuss des Projekts TUM Gesunde Hochschule. In den vergangenen 2 Jahren wurden im Rahmen des Projekts neue Angebote zur betrieblichen Gesundheitsförderung entwickelt. Dazu gehören zahlreiche Bewegungskurse, Workshops zum Thema „aktive Pause“, die Treppenaktion „Treppe statt Aufzug“ und die „TUM-Sportkiste“. Weiterhin wurden bestehende Angebote von TUMgesund unterstützt, wie die Vortragsreihe zur Betrieblichen Gesundheitsförderung oder die Gesundheitstage. Auch im kommenden Jahr wird das Projekt fortgeführt mit dem Ziel die Maßnahmen zu verstetigen.

## Kooperation

### **Lehrstuhl und Poliklinik für Prävention, Rehabilitation und Sportmedizin**

Klinikum rechts der Isar  
Technische Universität München

### **Arbeitsgruppe Betriebliche Gesundheitsförderung Hochschulreferat 6 - Gesundheit, Sicherheit, Strahlenschutz**

Technische Universität München

### **Techniker Krankenkasse**

## Anmeldung

Bitte nutzen Sie unser Online-Anmeldeformular auf [www.sport.mri.tum.de/kongresse](http://www.sport.mri.tum.de/kongresse)

**Die Teilnahme ist kostenlos.**

## Kontakt

Dipl. oec. troph. Nina Schaller  
Georg-Brauchle-Ring 56-58  
80992 München

Fon +49.(0)89.289.24423

Fax +49.(0)89.289.24450

Email [nina.schaller@mri.tum.de](mailto:nina.schaller@mri.tum.de)

Web [www.sport.mri.tum.de](http://www.sport.mri.tum.de)