

## SO FUNKTIONIERT'S

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

## ANGEBOTE 2008

1. Mobile Massage
2. Gesundheitskurs des Fort- und Weiterbildungsprogramms
3. Kurs Hochschulsport
4. GTZ-Abo
5. Ich bin Nichtraucher!
6. Raucherentwöhnungskurs
7. Gripeschutzimpfung
8. Blutspende
9. Herzscreening
10. Rückencheck
11. Fußcheck
12. Ernährungsberatung
13. Arbeitsplatzbezogene Rückenschule
14. Körperfettgewebemessung
15. Blutzuckermessung
16. Cholesterinmessung

- |                   |
|-------------------|
| 17. Zusatzangebot |
| 18. Zusatzangebot |
| 19. Zusatzangebot |
| 20. Zusatzangebot |
| 21. Zusatzangebot |
| 22. Zusatzangebot |

1.	2.	3.	4.	5.	6.
7.	8.	9.	10.	11.	12.
13.	14.	15.	16.	17.	18.
19.	20.	21.	22.	Bitte die passende Zahl abstempeln	

# GESUNDHEITSPASS

für Mitarbeitende



2009



## KONTAKT

**Dipl. Sportwiss. Sandra Bischof**

Leiterin des Arbeitskreises  
Gesunde Hochschule

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

Tel.: 05251/60-4305

Fax: 05251/60-4200

E-Mail: [bischof@zv.upb.de](mailto:bischof@zv.upb.de)



[www.upb.de/gesundheit](http://www.upb.de/gesundheit)

**Abgabe des Gesundheitspasses bei  
Frau Bischof bis zum 11.12.2009.**

Name

Adresse

Geburtsdatum

E-Mail

Telefon (Büro)

Bereich

Raumnummer

Unterschrift

## DER GESUNDHEITSPASS

Der Gesundheitspass geht in die zweite Runde. Nach dem Erfolg des vergangenen Jahres möchten wir Sie auch 2009 dazu animieren an den Angeboten der Gesunden Hochschule teilzunehmen.

Nutzen Sie die Möglichkeit, am Arbeitsplatz etwas für Ihre Gesundheit zu tun. Bei der breiten Palette an Angeboten ist sicherlich für jeden etwas dabei. Sehen Sie es als Investition in Ihre Gesundheit und damit auch in Ihre Leistungsfähigkeit und Ihren Erfolg.

Eine aktive Teilnahme wird zum Jahresende mit attraktiven Prämien, vor allem aber mit einem erhöhten Gesundheitsniveau und -bewusstsein belohnt. Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Mitmachen!

**Der Einsendeschluss ist der  
11. Dezember 2009!**

## Unser PRÄMIEN-Angebot

Jeder Teilnehmer der mindestens **zwei Angebote** wahrgenommen hat, bekommt einen **Igel-Ball**.

- Bonuskarte der Apotheke Schöne Aussicht (4 Stempel)**
- TK T-Shirt + TK-Entspannungs-CD (6 Stempel)**
- Gesundheitskurs HSP (8 Stempel)**
- Fitnesscheck GTZ (8 Stempel)**
- 3-monatiges GTZ-Abo (10 Stempel)**

Bitte wählen Sie eine der Prämien aus. Je nach Anzahl Ihrer Stempel können Sie sich für eine Prämie entscheiden. Eine zeitliche Staffelung behalten wir uns vor. Nähere Informationen zu den Prämien finden Sie auf unserer Internetseite:  
**[www.upb.de/gesundheit](http://www.upb.de/gesundheit)**