

GESUNDHEITSPASS

für Mitarbeitende 2024



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 2024

1. Gesundheitskurs Fort- und Weiterbildungsprogramm
2. Kurs Hochschulsport
3. GTZ-Abo
4. Pausenexpress
5. Teilnahme an der Sportpartner-Börse
6. Mobile Massage
7. Teilnahme am Gesundheitstag „Mentale Gesundheit“ (12.11.2024)
8. Fußdruckmessung (06. & 07.03.2024)
9. Langzeit-Blutzucker (12. & 13.06.2024)
10. Mobility Check (20. & 21.11.2024)
11. digitaler Ernährungs-Check (14. & 15.02.2024)
12. digitale Stresstypenberatung (25. & 26.09.2024)
13. Ich bin Nichtraucher.
14. Raucherentwöhnungskurs

15. Gripeschutzimpfung
16. Ergonomieberatung durch SG 5.3
17. Mit dem Rad zur Arbeit
18. Teilnahme beim Stadtradeln
19. Teilnahme an einem Volkslauf
20. Pflanzaktion/Waldpflege Campuswald
21. Sportabzeichen
22. Blutspende

ZUSATZANGEBOTE

Hier können Sie zusätzliche Angebote eintragen, die im Laufe des Jahres angeboten werden.

23.
24.
25.

Bitte die passende Zahl abstempeln lassen.

Einsendeschluss ist der 20.12.2024

KONTAKT

Sandra Bischof

Koordinatorin Gesundheitsmanagement

Gesunde Hochschule

Universität Paderborn

Warburger Str. 100

33098 Paderborn

Raum ZSL 1.204

Tel.: 05251/60-4305

E-Mail: bischof@zv.upb.de

Aktuelle Infos gibt's unter

www.upb.de/gesundheit

Name

E-Mail

Bereich

Raum

Unterschrift

SO FUNKTIONIERT'S

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

Es erfolgt keine Weitergabe Ihrer Daten an Dritte.



Unsere Prämien

- 6 Wassergläser (3 Stempel)
- 1 Mobile Massage (5 Stempel)
- UPB-Powerbank (7 Stempel)
- Hochschulsport-Gutschein über 20 €; frei einsetzbar für Kurse des Hochschulsports (8 Stempel)
- Hochschulsport-Gutschein über 40€; einsetzbar für die Buchung eines 6-monatigen GTZ-Abos (10 Stempel)
- UPB-Hoody (10 Stempel)
Farbe: grau blau
Größe (XS - XXL): _____

Je nach Anzahl Ihrer Stempel können Sie eine Prämie auswählen.