

## Stressprävention und Entspannung

Zentrum für Hochschulsport  
und Betriebliches Gesundheitsmanagement

- Body-Mind-Sportangebote
- Massage-Knetpunkt
- Stresspräventionsseminare

## Suchtprävention und Suchthilfe

Suchthelfer:innen und Betriebliches  
Gesundheitsmanagement

- anonyme und vertrauliche Beratung und Unterstützung bei Fragen und Anliegen zur Suchtprävention, Suchthilfe und beim Umgang mit Suchtverhalten für alle Mitarbeitenden durch geschulte Personen
- Suchtpräventionsworkshops für Führungskräfte

## Ernährung

Studentenwerk Potsdam

- gesunde und ausgewogene Essensversorgung
- Mensa Vital: ein besonders gesundes und schonend zubereitetes Angebot
- Mensa-Backstage: Führungen durch die Mensa ermöglichen einen interessanten Blick hinter die Kulissen



Universität Potsdam



Weitere Informationen finden Sie unter:

[www.uni-potsdam.de/gesundheitsmanagement](http://www.uni-potsdam.de/gesundheitsmanagement)

oder im Intranet unter:

[www.intern.uni-potsdam.de/gesundheitsmanagement](http://www.intern.uni-potsdam.de/gesundheitsmanagement)

Haben Sie Fragen, Anregungen oder Wünsche?

Sie erreichen uns unter:

[steuerkreisgesundheit@uni-potsdam.de](mailto:steuerkreisgesundheit@uni-potsdam.de)

## ANSPRECHPERSONEN

für inhaltliche Fragen

Dr. Michaela Raboldt  
Adina Ludwig  
Telefon: +49 331 977-1595

für organisatorische Fragen

Stefanie Weißflog  
Telefon: +49 331 977-1719

Stand: April 2023

© 2023 Satz & Layout ZIM-Multimedia | Titelbild: AdobeStock | 119332352

**GESUNDHEITS-  
FÖRDERLICHE  
ANGEBOTE  
FÜR MITARBEITENDE**

Betriebliches Gesundheitsmanagement  
der Universität Potsdam



Steuerkreis **Gesundheit**  
an der Universität Potsdam

## GESUNDHEITSFÖRDERLICHE ANGEBOTE für Mitarbeitende der Universität Potsdam

An der Universität Potsdam existieren vielfältige Angebote, die dem Erhalt und der Verbesserung Ihrer Gesundheit dienen.

Um die gesundheitsförderlichen Angebote zu koordinieren und ein erfolgreiches Gesundheitsmanagement an der Universität Potsdam zu gestalten, wurde im Jahr 2008 der „Steuerkreis Gesundheit“ gebildet.

In dieser Broschüre geben wir Ihnen einen Überblick über ausgewählte gesundheitsförderliche Angebote an der Universität Potsdam sowie über die Arbeit des Steuerkreises Gesundheit.

*Ihr Steuerkreis Gesundheit*

## DER STEUERKREIS GESUNDHEIT

Ziel: Koordination und Umsetzung eines zielgerichteten und erfolgreichen Gesundheitsmanagements an der Universität Potsdam

- Zusammenbringen der verschiedenen Akteure aus gesundheitsrelevanten Aufgabenbereichen
- gesundheitsbezogene Analysen und Evaluationen (bspw. mittels Mitarbeiter\*innen-Befragungen)
- Informationsweitergabe (bspw. mittels regelmäßiger Newsletter)
- Verständigung auf Schwerpunktthemen (z.B. mentale Gesundheit, Bewegung, Prävention und Sucht)
- Planung und Umsetzung von Maßnahmen (Angebote zur Prävention und Gesunderhaltung, Aktionen zu Schwerpunktthemen, Datenstudien gemeinsam mit Krankenkassen)
- Organisation und Durchführung von Veranstaltungen in Zusammenarbeit mit universitären und außer-universitären Kooperationspartnern (bspw. Workshops und Informationsveranstaltungen)

## AUSGEWÄHLTE GESUNDHEITSFÖRDERLICHE ANGEBOTE

### Arbeitsmedizinische Versorgung

Betriebsärztlicher Dienst

- arbeitsmedizinische Vorsorge
- Beratung zu allen Fragen des Gesundheitsschutzes



AdobeStock | 111335064

### Sicherheitswesen und Arbeitsschutz

Stabstelle für Arbeits- und Umweltschutz

- Aufgaben im Arbeitsschutz/ Brandschutz/ Strahlenschutz: Gebäude- und Laborbegehungen, Gefährdungsbeurteilungen, Beratung von Beschäftigten
- Bearbeitung von Arbeits- und Wegeunfällen
- Ausbildung betrieblicher Ersthelfer\*innen und Brandschutzhelfer\*innen
- richtige Auswahl von persönlicher Schutzausrüstung

### Service für Familien

Dezernat für Personal- und Rechtsangelegenheiten

- Beratung zur Vereinbarkeit von Beruf und Familienaufgaben
- Vermittlung von Kinderbetreuung
- Familienzimmer an jedem Campus

### Personalvertretung

Gesamtpersonalrat

- Mitbestimmung bei innerbetrieblichen Angelegenheiten z. B. in Fragen zum Arbeits-, Unfall- und Gesundheitsschutz sowie zur Arbeitssicherheit und betrieblichen Wiedereingliederung nach Erkrankung

### Konfliktbewältigung

Vertrauenspersonen und Gleichstellungsbeauftragte

- unkomplizierte, anonyme und vertrauliche Hilfe bei diversen Konflikten durch geschulte Personen

### Betriebliches Eingliederungsmanagement

Dezernat für Personal- und Rechtsangelegenheiten

- Unterstützung bei Arbeitswiedereinstieg nach längerer Arbeitsunfähigkeit (>6 Wochen) und Vorbeugung erneuter Arbeitsunfähigkeiten

### Unterstützung von Schwerbehinderten

Schwerbehindertenvertretung

- Inklusion schwerbehinderter Menschen in die Arbeitsabläufe der Dienststelle
- Vertretung der Interessen Schwerbehinderter in verschiedenen Gremien

### Gleichstellungsarbeit

Koordinationsbüro für Chancengleichheit und Gleichstellungsbeauftragte

- Beratung zu Diskriminierungsschutz im Studien-, Arbeits- oder Lebensalltag (insbesondere Beratung in Fällen sexualisierter Diskriminierung und Gewalt)
- Beratung zu Fragestellungen rund um sexuelle Identität und Orientierung im Studien-, Arbeits- oder Lebensalltag

### Sport und Bewegung

Zentrum für Hochschulsport

- Gesundheits- und Präventionskurse
- Wettkampf-, Trend- und Freizeitsport
- spezielle Angebote und Kurse für Beschäftigte: z. B. Businessyoga, Pausenexpress
- FamFIT – Das Familiensportprogramm

