



HEALTHYLAND
2024

**27.-
29.
MAI
2024**

**MACH MIT BEIM
GESUNDHEITSFESTIVAL!**



AOK Rheinland/Hamburg
Die Gesundheitskassen





TEILNAHME AN ALLEN EVENTS
KOSTENFREI. HILF UNS BEI DER PLANUNG
UND RESERVIERE DIR DEINEN PLATZ!

PROGRAMM

MONTAG

27. Mai 2024

Explore 10:00 - 14:00

Infos, Games, Food & Drinks

Berliner Tor 5, Foyer

10:00- **Bevor die Hütte brennt -**

12:00 **Konfliktprävention**

Berliner Tor 5, Raum 3.13

Impulsvorträge 14:00 - 15:30

14:00- **Mental Health First Aid**

14:30 Berliner Tor 5, Raum 3.12

14:30- **How to: Gesundheit gemeinsam**

15:00 **gestalten - stärken - erleben**

Berliner Tor 5, Raum 3.12

15:00- **Umgang mit Prüfungsangst**

15:30 Berliner Tor 5, Raum 3.12

Workshops 15:30 - 18:00

15:30- **Psychisch fit studieren**

17:00 Berliner Tor 5, Hörsaal 1.11

17:00- **Resilienz - Welche Rolle spielt**

18:00 **mein soziales Umfeld?**

Berliner Tor 5, Raum 3.13

17:00- **Atem - Schlüssel zur Gesundheit**

18:00 Stiftstr. 69, Raum der Gesundheit

Pub-Quiz

ab 18:30 Uhr, Berliner Tor 5, Foyer

DIENSTAG

28. Mai 2024

Explore 10:00 - 14:00

Infos, Games, Food & Drinks

Berliner Tor 5, Foyer

Impulsvorträge 14:00 - 15:30

14:00- **Let's move! Mehr Bewegung**

14:30 **im Alltag**

Berliner Tor 5, Raum 3.12

14:30- **Klimawandel und deine**

15:00 **Gesundheit**

Berliner Tor 5, Raum 3.12

15:00- **Klimawandel und neuartige**

15:30 **Infektionskrankheiten**

Berliner Tor 5, Raum 3.12

Workshops 15:30 - 18:00

15:30- **Planetary Health Diet:**

17:00 **Dein Essen. Unser Planet.**

Berliner Tor 5, Raum 3.12

15:30- **Dein Campus & Du**

17:00 Berliner Tor 5, Raum 3.13

17:00- **Dance Fitness**

18:00 Stiftstr. 69, Raum der Gesundheit

Unifilm: High School Musical

ab 19:00 Uhr, Berliner Tor 5, Hörsaal 1.10

MITTWOCH

29. Mai 2024

Explore 10:00 - 14:00

Infos, Games, Food & Drinks

Berliner Tor 5, Foyer

9:00- **Morning-Yoga**

10:00 Stiftstr. 69, Raum der Gesundheit

Impulsvorträge 14:00 - 15:30

14:00- **Zu viel Stoff im Studium?**

14:30 Berliner Tor 5, Raum 3.13

14:30- **Organspende - verstehen und**

15:00 **entscheiden**

Berliner Tor 5, Raum 3.13

15:00- **Organspende - Betroffene**

15:30 **erzählen**

Berliner Tor 5, Raum 3.13

Workshops 15:30 - 18:00

15:30- **Let's talk about Sex - alle**

17:00 **Facetten der sexuellen Gesundheit**

Berliner Tor 5, Raum 3.12

15:30- **Letzter Ausweg Appstizienz?**

17:00 Berliner Tor 5, Raum 3.13

15:30- **Gesund Studieren? Nur mit**

17:00 **guten Studienbedingungen!**

Berliner Tor 5, Raum 11.23

HEALTHYLAND Party

ab 17:00 Uhr, Berliner Tor 5, Wiebepark