



# HERZBLUT FÜR UNSERE BESCHÄFTIGTEN

THEMENWOCHE HERZGESUNDHEIT UND BLUTSPENDE AN DER OVGU

22. - 25. OKTOBER 2018 | TÄGLICH VON 9:00 - 15:30 UHR IN DER UNI-MENSA | KONFERENZRAUM IM 1. OG

Liebe Kolleginnen und Kollegen,

vom 22.-25.10.2018 findet an der OVGU unter dem Motto „**Mit Herzblut für unsere Beschäftigten**“ die erste Themenwoche Herzgesundheit und Blutspende statt.

Hier haben Sie täglich in der Zeit von 9 bis 15:30 Uhr die Möglichkeit, **zahlreiche kostenfreie Messungen, Tests und Beratungen** (z.B. Herzcoach, Stresstest, Venencheck) durchzuführen sowie sich bei verschiedenen **Vorträgen über das Thema Herz-gesundheit und Ernährung** zu informieren. Am Montag und Dienstag steht Ihnen zudem das Team der Uni-Blutbank mit der **mobilen Blutspende** zur Verfügung.

## ANGEBOTE DER HERZWOCHE

### Messungen und Beratung

- ABI-Messung/PAVK-Test zur Früherkennung der peripheren arteriellen Verschlusskrankheit
- Herzcoach
- CardioScan
- Stress-Pilot (HRV-Messung)
- Speedberatung Gesunde Ernährung
- TK-Gesundheitsmobil mit Pupillografie, Fight Lights und Interaktivem Ernährungs-Check
- Venen-Check

### Vorträge

- Herzgesunde Ernährung - Wie mache ich es richtig?
- Gesundes Essen am Arbeitsplatz

### Mobile Blutspende + Vitamin D-Messung

- 22. + 23.10.2018 | jeweils 9:00 - 13:00 Uhr | ohne Terminvereinbarung

## ORT UND ZEIT

22.-25.10.2018 | täglich von 9:00 - 15:30 Uhr  
Mensa am Unicampus | Konferenzraum im 1. OG

## ANMELDUNG

Die Kapazitäten der einzelnen Check-ups sind begrenzt, deshalb ist eine Anmeldung notwendig. Termine, Buchung und weitere Infos unter:  
[www.ovgu.de/herzwoche](http://www.ovgu.de/herzwoche)

## KONTAKT

Silke Springer  
Betriebliches Gesundheitsmanagement  
Tel.: 67-58825  
Mail: [silke.springer@ovgu.de](mailto:silke.springer@ovgu.de)

Unabhängig von der eigenen Krankenkassenzugehörigkeit können alle OVGU-Angehörigen kostenfrei an allen Angeboten teilnehmen.