

Hintergrund

Psychische Anforderungen sowie riskanter Substanzkonsum nehmen bei Studierenden angesichts sich dynamisch ändernder Studienbedingungen deutlich zu. **Die Rahmenbedingungen an Hochschulen** können enormen Einfluss auf die Gesundheit der Studierenden haben, denn für sie ist die Hochschule ein Lebensraum, in dem Gesundheit gelehrt und gelebt wird.

Verortung

SGM ist eingebettet in die „Gesundheitsfördernde Fakultät V – Campus Kleefeld“, ein seit 2016 durch die TK gefördertes Hochschulprojekt.

Verleih von Freizeitsportgeräten

„Menschen aus allen Bereichen der Fakultät, jeden Geschlechts und jeden Alters tanzen gemeinsam in Stilvielfalt.“
 (Zitat einer/s Studierenden)

Alle Statusgruppen haben die Möglichkeit, sich diverse Freizeitsportgeräte wie Volleybälle, Badminton oder Wikinger Schach auszuleihen.

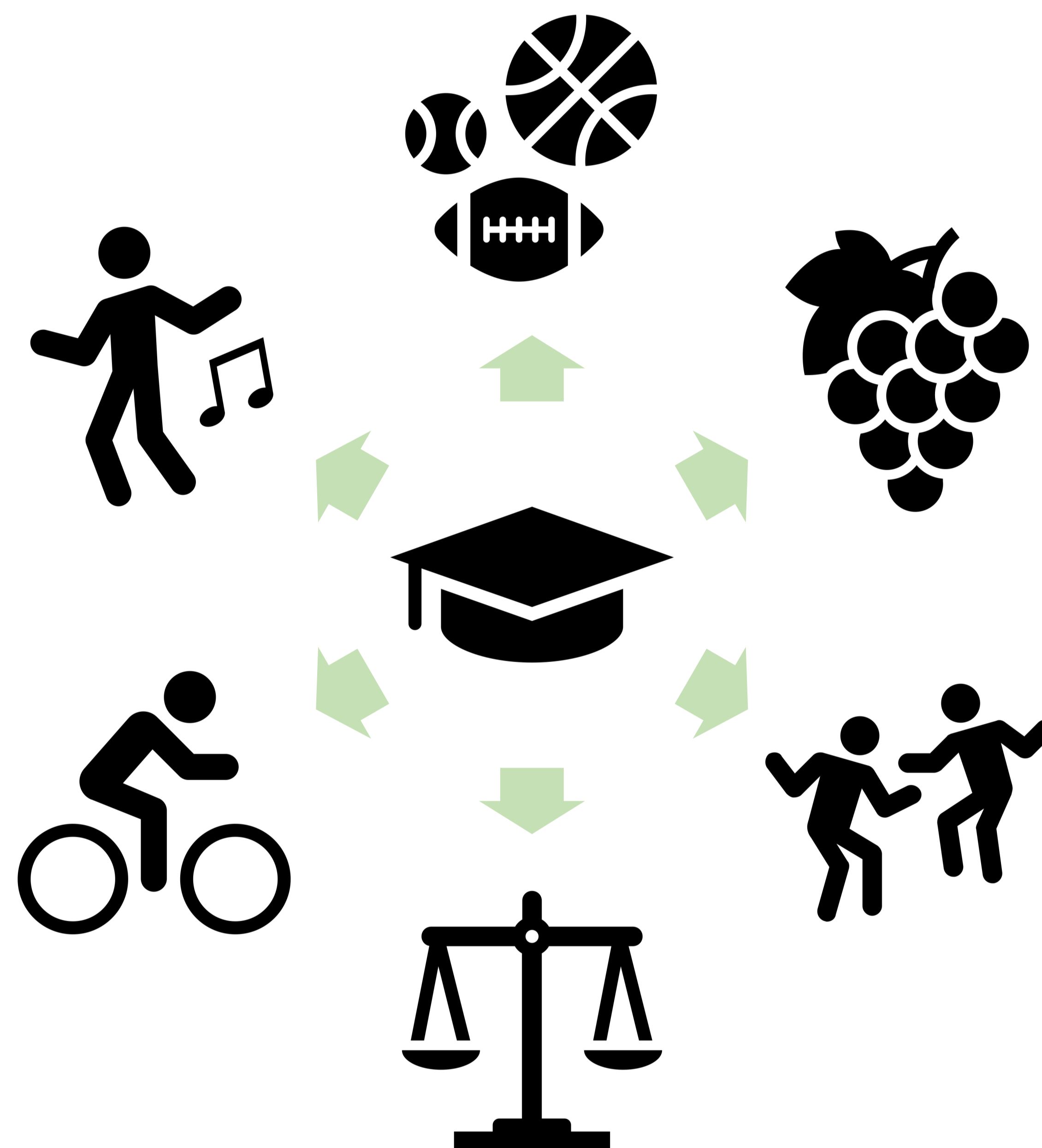
„Der Verleih ist eine tolles Angebot seine freie Zeit an der Hochschule ohne großen Aufwand aktiv zu gestalten.“
 (Zitat einer/s Studierenden)

AG Tanzen

Studierende können gemeinsam mit Lehrenden und Mitarbeitenden wöchentlich diverse Tanzstile ausprobieren und eigene Kenntnisse und Ideen einbringen.

Cycle to Campus

Im Sommersemester sammeln Studierende, Mitarbeitende und Lehrende fleißig Kilometer auf dem Fahrrad für einen guten Zweck.



Obsttag

Ein Mal pro Semester wird Obst kostenlos an die Studierenden verteilt, um mit ihnen in den direkten Austausch zu treten und über gesundheitsfördernde Angebote zu informieren.

Aktive Pausen

Ausgebildete Multiplikator*innen (Studierende und Lehrende) leiten aktive Pausen in den Lehrveranstaltungen und auf dem Campus an.

Entspannung & Aktivierung

„Cycle to Campus hat mich dazu motiviert regelmäßig mit dem Fahrrad zur Hochschule zu fahren.“
 (Zitat einer/s Studierenden)

Wöchentlich bietet der Hochschulsport Hannover auf dem Campus einen Kurs zur Aktivierung und Entspannung in der Mittagspause an.

„Aktive Pausen anzuleiten, bedeutet für mich ein Zeichen für eine gesunde Arbeitsatmosphäre zu setzen.“
 (Zitat einer/s Studierenden)

Ziele

- Attraktive Studienbedingungen gestalten
- Nachhaltige, innovative und wettbewerbsfähige Angebote schaffen
- Erhöhung der Motivation und Zufriedenheit der Studierenden
- Gesundheitsrisiken vermindern und Krankheitstage verringern
- Höheres Maß an Selbstbestimmung über die eigene Gesundheit bieten

Struktur

- Projektleitung
- 2 wiss. Mitarbeiterinnen
- 1 stud. Mitarbeiterin
- Steuerungsgruppe
- Enge Vernetzung mit dem zentralen BGM der Hochschule