



universität  
wien

Arbeitnehmerinnen- und  
Arbeitnehmerschutz

25.2.2010

5. GESUNDHEITSTAG  
DER UNIVERSITÄT WIEN

## **Nehmen Sie Ihre Gesundheit in die eigene Hand!**

Arbeitsmedizin bedeutet mehr, als Arbeitsplätze ergonomisch zu gestalten. Es geht auch darum, einen gesunden Lebensstil zu fördern, Sie auf Ihre Gesundheit aufmerksam und für Ihre Gesundheit verantwortlicher zu machen. Wichtige Themen sind dabei Ernährung, Bewegung, richtige Haltung am Arbeitsplatz und Prävention von gesundheitlichen Problemen.

Aus diesem Grund veranstaltet die Abteilung Arbeitnehmerinnen- und Arbeitnehmerschutz (DLE RRM) in Zusammenarbeit mit den ArbeitsmedizinerInnen den

# **5. GESUNDHEITSTAG DER UNIVERSITÄT WIEN**

**am 25. Februar 2010**

Das Rektorat lädt alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Universität Wien ein, am diesjährigen Gesundheitstag teilzunehmen, denn Gesundheit betrifft jede und jeden.

**Zeit** Donnerstag, 25. Februar 2010  
9.00 bis 16.00 Uhr

**Ort** Hauptgebäude der Universität Wien  
Großer Festsaal, Kleiner Festsaal,  
Senatssaal, Garderoben/Festsäle,  
Hörsaal 28 & Hörsaal 31  
A-1010 Wien, Dr.-Karl-Lueger-Ring 1

# STATIONEN

- |                               |    |   |
|-------------------------------|----|---|
| Garderobe/<br>Großer Festsaal | 1  | <b>Anmeldung und Bestätigungen, Informationsmaterial</b><br>Abteilung ArbeitnehmerInnenschutz   |
|                               | 2  | <b>Gesunde Snacks – SPAR</b>  |
| Senatssaal                    | 3  | <b>Vitalcoach, Stresstest u.v.m</b><br>Betriebsrat für das wissenschaftliche Universitätspersonal<br>& UNIQA Versicherung   |
|                               | 4  | <b>Gesunder Rücken – Back Check</b><br>Screeninguntersuchung zur Beurteilung<br>des Funktionszustandes der Rumpfmuskulatur  |
|                               | 5  | <b>Vorstellung von Hautschutzprodukten</b>  |
|                               | 6  | <b>Deine Haut macht viel mit – Schütze Deine Haut</b><br>Hautschutzberatung für einen bewussteren Umgang<br>mit der eigenen Haut – Team Prevent   |
|                               | 7  | <b>Mundvideokamera</b><br>Darstellung der Zahngesundheit,<br>zahnärztliche Beratung – NÖGKK   |
| Großer Festsaal               | 8  | <b>ArbeitsmedizinerInnen – ärztliche Beratung</b>   |
|                               | 9  | <b>„Grüne Gesundheit“ – Mensch und Pflanzen – wie<br/>wirkt „Grün“ auf unser Wohlbefinden?<br/>Tipps zu Anbau und Pflege</b><br>Department für Biogeographie, Universität Wien            |
|                               | 10 | <b>Gesunde Lunge – AstraZeneca</b><br>Möglichkeit einer raschen Prüfung Ihrer Lungenfunktion<br>mit ausführlicher Beratung durch eine Lungenfachärztin                                    |
|                               | 11 | <b>Shiatsu Massage und Informationen<br/>zur betrieblichen Gesundheitsförderung</b><br>Betriebsrat für das allgemeine Universitätspersonal<br>& Dipl. Natw. ETH Zürich Curdin Sedlacek    |
|                               | 12 | <b>Freie Radikale und antioxidativer Schutz – Ökopharm</b><br>Messung und Beratung zu den Themen: oxidativer Stress,<br>Immunabwehrschwäche infolge von Belastung durch<br>freie Radikale |
|                               | 13 | <b>Schweben Sie auf der „Sense Wave“ –<br/>Gleichgewicht &amp; Koordination auf 3 Ebenen</b><br>Sense Product   |

- 14 Tonometrie**  
Messung des Augeninnendrucks, Farbsehtest und Sehschärfeprüfung  
Oliver Svadlenak, MSc
- Kleiner Festsaal 15 Nestlé Good Food, Good Life – Nestlé Österreich GmbH**  
Ernährungswissenschaftliche Beratung sowie gesunde Snacks und Kaffee
- 16 Gesundheitsstraße**  
mit Blutdruck-, Ruhepuls-, Cholesterin-, Blutzucker- und Harnsäuremessung; Bestimmung des Körperfettanteils und Body Mass Index – BVA
- 17 Allergieaustestung mittels Prick-Test und Allergieberatung – ALK-Abelló Allergie-Service**  
mit anschließender Befundbesprechung durch eine Fachärztin für Allergologie
- 18 Lernen Sie Bioresonanz kennen!**  
Harmonisierung mit körpereigenen Schwingungen  
Hohl-Jungwirth Bionova® KG
- Garderobe/ Kleiner Festsaal 19 Klangschalentherapie**  
Peter Hess Akademie Wien,  
Österreichisches Institut für Klang-Massage-Therapie  
Positive Beeinflussung des Körpers und Stärkung der Selbstheilungskräfte sowie Auflösung von Blockaden
- 20 Kinesio-Taping I**  
Neues Behandlungskonzept von akuten und chronischen Beschwerde-Schmerzbildern und Verletzungen des Bewegungsapparats mittels spezieller flexibler Tapes  
Beate Bertalan
- 21 Kinesio-Taping II – Farid Modaress**
- 22 Lernen Sie Bioresonanz kennen!**  
Hohl-Jungwirth Bionova® KG
- Hörsaal 28 23 Audiometrie: Messung des Hörvermögens**  
Oliver Svadlenak, MSc
- Hörsaal 31 24 11.00 - 12.00 Uhr Vortrag**  
Einführung in die betriebliche Gesundheitsförderung  
Dipl. Natw. ETH Zürich Curdin Sedlacek



universität  
wien

Raum- und Ressourcenmanagement

**KooperationspartnerInnen:**

*ALK-Abelló Allergie-Service GmbH*

*AstraZeneca Österreich GmbH*

*Beate Bertalan, Heilmasseurin, Dipl. Legasthethetrainerin, Kinesiologin & Kinesiotaping*

*Betriebsrat für das allgemeine Universitätspersonal*

*Betriebsrat für das wissenschaftliche Universitätspersonal*

*Department für Biogeographie der Universität Wien*

*DLE Öffentlichkeitsarbeit und Veranstaltungsmanagement*

*Peter Hess Akademie Wien, Österreichisches Institut für Klang-Massage-Therapie*

*Hohl-Jungwirth Bionova® KG*

*Farid Modarees - Sportmasseur, Kinesiotaping, Wirbelsäulenmobilisation*

*Nestlé Österreich GmbH*

*Niederösterreichische Gebietskrankenkasse NÖGKK*

*Ökopharm GmbH*

*Dipl. Natw. ETH Zürich Curdin Sedlacek (Institut für Arbeitsmedizin, Baden, Schweiz)*

*Sense Product GmbH*

*SPAR Österreichische Warenhandels AG*

*Oliver Svadlenak, MSc., Klinischer Optometrist, Optikermeister, Hörakustikmeister*

*UNIQA Versicherungen AG*

*Versicherungsanstalt öffentlich Bediensteter BVA*

**UNIVERSITÄT WIEN**

Dr.-Karl-Lueger-Ring 1

1010 Wien

T +43-1-4277-0

[www.univie.ac.at](http://www.univie.ac.at)