

Im Rahmen der Personalweiterbildung greifen wir Themen rund um Gesundheit, Prävention und Vereinbarkeit von Familie und Beruf als mittags-info während der Andauer der Pandemie als Web-Vortrag auf. Eingeladen sind alle Hochschulangehörigen. Die Teilnahme gilt als Arbeitszeit. Das schriftliche Einverständnis der Vorgesetzten ist nicht erforderlich. Die Anmeldung für alle digitalen Vorträge der mittags-info erfolgt über Stud.IP. [Klicken Sie hier, um sich anzumelden](#) und alle weiteren Informationen sowie den BBB-Link zur Teilnahme zu erhalten. Eine Kurzanleitung für die Anmeldung [finden Sie hier](#).

Mittwoch, der 26.05.2021,
13.00 – 13.30 Uhr, digital

Immer online? Distance Learning, Handy, Social Media und Gaming

Eine Herausforderung für
Eltern

Referent: Mario Mohrmann, Stadt
Oldenburg, Jugendschutz

Die Pandemie hat unser Leben digital in Beschlag genommen. Digitale Formate bestimmen momentan auch den Schulalltag und die Freizeitgestaltung von Kindern und Jugendlichen. Keine Frage, dass die vielfältigen Möglichkeiten der virtuellen Welten und von Social Media eine Menge Chancen bieten, aber eben auch Risiken. Welche Probleme gibt es, wenn die Nutzung überhandnimmt oder unkontrolliert und nicht altersentsprechend erfolgt? Welche Herausforderungen stellen sich hier für Eltern, die oftmals weder Zeit noch Möglichkeiten haben, die neuesten Entwicklungen zu überblicken? Und welche Chancen gibt es überhaupt, die digitale Überflutung einzudämmen nach einem Jahr der Entwöhnung von realen Kontakten? Referent Mario Mohrmann gibt Antworten auf diese und weitere Fragen.

Donnerstag, der 17.06.2021,
13.00 – 13.30 Uhr, digital

Leben mit Demenz

Unterstützung für
Betroffene und Angehörige

Referentin: Brunhilde Becker,
Selbsthilfe Demenz, Alzheimer
Gesellschaft Oldenburg

Im Mittelpunkt der mittags-info steht die Unterstützung von Demenzbetroffenen. Die Alzheimer Gesellschaft Oldenburg orientiert ihre Arbeit seit 20 Jahren an den Bedürfnissen und den Sichtweisen von Menschen mit Demenz und ihrer Angehörigen. Individuelle Beratung und Selbsthilfegruppen sind fester Bestandteil des Angebotes. Ein Fokus bei dieser Veranstaltung liegt auf der Unterstützung von Demenzbetroffenen, die nicht mehr häuslich versorgt werden können.

Die Referentin beantwortet hierzu spontan Ihre Fragen und stellt das Unterstützungsangebot vor.

Wenn Sie im Vorfeld Fragen haben, schreiben Sie uns gerne eine E-Mail: familienservice@uol.de.

Wir bieten Beratungsgespräche an und vermitteln Fragen, die wir nicht klären können, an die Referentin weiter.

Donnerstag, der 15.07.2021,
13.00 – 13.30 Uhr, digital

Mann, wie geht's?

Wie Gesundheit auch zur
Männersache wird

Referent: Markus Schnare,
Sportwissenschaftler und
Gesundheitsmanager

Bluthochdruck, Übergewicht, Stress oder Burnout sind nur einige Aspekte der Gesundheit, die alle Geschlechter betreffen. Dennoch gehen viele Männer eher stiefmütterlich mit ihrer Gesundheit um – oft verbunden mit der Hoffnung: „Was von alleine kam, wird schon von alleine gehen“.

Dass Behandlungen, Prävention und Vorsorge aber auch für männliche Zeitgenossen wichtig sind, erklärt Markus Schnare in dieser mittags-info.

Mit einem Augenzwinkern klärt er darüber auf, wie Man(n) gesund bleiben kann und wann ein ärztlicher Besuch oder Check-up ratsam ist – mit interessanten Inhalten für alle Geschlechter.