

Mentale Gesundheit im Fokus

Informationen, Diskussionen, Vorträge und Workshops

3. bis 25. Mai 2022 · Active Campus Konstanz – von/für Studierende

3. Mai · 13.30–15.00 Uhr · R 711

Offizieller Start der Veranstaltungsreihe
– Eröffnung und Info zu allen Angeboten

3. Mai · 18.45–20.45 Uhr · K 503

Workshop mit dem Improtheater
Konstanz – Souveräner Umgang mit
dem Unplanbaren

5. Mai · 18.45–20.15 Uhr · via ZOOM

Stressfrei durch das Studium
Online-Vortrag mit S. Rätker (Trainerin,
Hesse/Schrader/Die Techniker)

10. Mai · 11.45–13.15 Uhr · K 503

Studieren zwischen Couch und Küchen-
tisch – Zeitmanagement und Lernstruktur
im Studium mit D. Mikic (relaxaholic/
UKBW)

10. Mai · 13.30–15.00 Uhr · G 227

„Wie sag ich das jetzt?“ – Kommunikati-
onshürden an der Uni Konstanz
abbauen. Austauschrunde „Studis only“
mit C. Meinshausen (Studentische
Senatorin)

12. Mai · 13.30–15.00 Uhr · D 435

Clown Workshop – Ist das komisch? – mit
Clowns über Gefühle reden mit J. Forbriger
(FB Psychologie)

14. Mai · 17.00–21.00 Uhr

Stand im Außenbereich

Lange Nacht der Wissenschaft –
Infostand zu allen Angeboten

16. Mai · 15.15–18.30 Uhr · R 511

Critical Psychology – A Subject-Scientific
Approach to Psychology! (engl.) mit Prof.
P. Busch-Jensen (Universität Roskilde)

17. Mai · 13.30–15.00 Uhr · G227

„Wie sag ich das jetzt?“ – Kommunika-
tionshürden abbauen. Podiumsdiskussion mit
C. Meinshausen (Studentische Senatorin),
Prof. Dr. M. Stürmer (Prorektor für Lehre),
Prof. Dr. D. Mier (Klinische Psychologie),
B. Bethke (ZSB)

17. Mai · 15.15–18.30 Uhr · G 227

Power, Subject, Agency and Psychology
(engl.) mit Prof. P. Busch-Jensen
(Universität Roskilde)

19. Mai · 10.00–11.30 Uhr

Studiobühne A 500

andernormal – die Psychose als
besondere menschliche Erfahrung.
Dialog mit K. Schmidt (Psychothera-
peutin i.A., Soteria/ZfP Reichenau)

19. Mai · 13.30–16.45 Uhr · G 421

Stressfrei durch das Studium – Optimal
starten, bestens durchziehen
Präsenzworkshop mit E. Opitz (Trainerin,
Hesse/Schrader/Die Techniker)

24. Mai · 13.30–15.00 Uhr · E 404

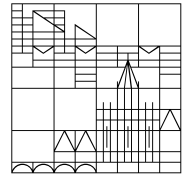
Resilienz – wie bleibe ich bei Stress
gesund? Vortrag und Praxisworkshop
mit L. Ender (Fachexpertin Sport und
Gesundheit / UKBW)

25. Mai · 18.00–22.00 Uhr

Wassersportgelände

Abschlussveranstaltung – Ausklang
mit Bewegung, Gesprächen, Rückblick
und Vorausschau





Mentale Gesundheit im Fokus

Angebote mit Bewegung

3. bis 25. Mai 2022 · Active Campus Konstanz – von/für Studierende

4. Mai · 9.00–9.30 Uhr · E 402

Rückenfit – Aktiver Start in den Tag
mit P. Borchert

4. Mai · 15.45–16.45 Uhr · K 503

Qi Gong mit G. Gerber

5. Mai · 13.30–14.30 Uhr · E 402

PMR – Mittagspause mit Progressiver
Muskelentspannung mit A. Heckmaier

6. Mai · 10.00–17.00 Uhr

E 402 + Mainauwald

Konzentrierte Bewegungstherapie
Praxis-Workshop mit N. Heck (KBT-
Therapeut)

9. Mai · 19.00–20.30 Uhr · E 402

Stretching mit B. Alimoradinasrabadi

9. Mai · 18.00–18.45 Uhr

Universitätssporthalle

Laufgruppe für Anfänger*innen
mit L. Geiger

10. Mai · 17.30–18.30 Uhr · E 402

Yoga sun salutation mit X. Sun

11. Mai · 9.00–9.30 Uhr · E 402

Rückenfit – Aktiver Start in den Tag
mit P. Borchert

11. Mai · 15.45–16.45 Uhr · K 503

Qi Gong mit G. Gerber

12. Mai · 13.30–14.30 Uhr · E 402

PMR – Mittagspause mit Progressiver
Muskelentspannung mit A. Heckmaier

14. Mai · 17.00–21.00 Uhr

Stand im Außenbereich

LaRa im Rahmen der Langen Nacht der
Wissenschaft

16. Mai · 18.00–18.45 Uhr

Universitätssporthalle

Laufgruppe für Anfänger*innen
mit L. Geiger

16. Mai · 19.00–20.30 Uhr · E 402

Stretching mit B. Alimoradinasrabadi

17. Mai · 8.15–9.45 Uhr · E 402

Yoga sun salutation mit X. Sun

18. Mai · 9.00–9.30 Uhr · E 402

Rückenfit – Aktiver Start in den Tag
mit P. Borchert

18. Mai · 15.45–16.45 Uhr · K 503

Qi Gong mit G. Gerber

23. Mai · 18.00–18.45 Uhr

Universitätssporthalle

Laufgruppe für Anfänger*innen
mit L. Geiger

23. Mai · 19.00–20.30 Uhr · E 402

Stretching mit B. Alimoradinasrabadi

24. Mai · 8.15–9.45 Uhr · E 402

Yoga sun salutation mit X. Sun

25. Mai · 13.30–17.00 Uhr

Wassersportgelände

Hochseilgarten mit uniVenture

25. Mai · 18.00–22.00 Uhr

Wassersportgelände

LaRa, Tanzworkshop und Qi Gong

