

Aktionsstand**„Bewegung – Reaktion – aktiv sein“**

Zeit: 9 bis 16 Uhr

Leitung: Antonio Nulchis, Betriebssportgemeinschaft

Info-Stand Audit berufundfamilie

Möglichkeit des Austausches von Anregungen rund um den Gesundheitstag und der Betrieblichen Gesundheitsförderung

VORTRÄGE**Was geschieht mit meinem Blut nach der Blutspende?**

Ort: S1 – Liudgerhaus

Zeit: 9.30 bis 10.30 Uhr

Leitung: Dr. Stefanie Kügler, DRK

Organspende kann Leben retten!

Dieser Vortrag richtet sich an alle Mitarbeiter/innen, die überlegen, ob sie ihre Organe nach ihrem Tod einem anderen Menschen zur Verfügung stellen möchten und damit dessen Leben retten können. Viele Fragen, Verunsicherungen und Vorurteile ranken sich um dieses hochemotionale Thema. Frau Dorothee Lamann, Organspendebeauftragte des Universitätsklinikum Münster, möchte in zwei inhaltsgleichen Vorträgen mit anschließender Fragerunde diesbezüglich aufklären.

Ort: S1 – Liudgerhaus

Zeit: 11 bis 12 Uhr und
13 bis 14 UhrLeitung: Dorothee Lamann,
Organspendebeauftragte des UKM Münster**„Blut – ein ganz besonderer „Saft“**

Ort: S1 – Liudgerhaus

Zeit: 15 bis 15.30 Uhr

Leitung: Dr. Matthias Willmer,
Facharzt für Allgemeinmedizin (BAD)

Alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Bischöflichen Generalvikariates Münster können den Gesundheitstag während ihrer Arbeitszeit besuchen und die Angebote kostenlos nutzen.

Bitte auch aktuelle Programminformationen im Intranet beachten.

**„Für uns selbst und für andere“**

4. Gesundheitstag für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter im Bischöflichen Generalvikariat

11. Juli 2018
9 bis 16 Uhr
Liudgerhaus, Münster

**Kontaktadresse:**

Bischöfliches Generalvikariat Münster
Hauptabteilung Verwaltung
Geschäftsstelle
Audit „berufundfamilie“
Horsteberg 1
48143 Münster

Telefon 0251 495- 6099 oder 6171

Telefax 0251 495- 76099 oder 76171

E-Mail berufundfamilie-bgv@bistum-muenster.de

Bistum
Münster



Sehr geehrte Damen und Herren,
liebe Kolleginnen und Kollegen,

der 4. Gesundheitstag für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter im Bischöflichen Generalvikariat richtet sich, anders als in den zurückliegenden Jahren, nicht ausschließlich an die eigene Gesundheitsförderung bzw. den Gesundheitsschutz, sondern hat im Wesentlichen auch die Hilfe für andere zum Inhalt.

Das Angebot des diesjährigen Gesundheitstages appelliert besonders an unsere Verantwortung für unsere Mitmenschen.

Ich lade daher alle interessierten Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter ein, an dem Gesundheitstag des Bischöflichen Generalvikariates teilzunehmen und freue mich über einen regen Zuspruch.

Der Gesundheitstag findet am 11. Juli 2018, von 9 bis 16 Uhr im Liudgerhaus Münster statt.

Die Führungskräfte bitte ich, die Teilnahme ihrer Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern aktiv zu fördern und den Gesundheitstag auch durch eigene Teilnahme zu unterstützen. Die Teilnahme an der Veranstaltung ist Arbeitszeit.

Ich wünsche allen einen aufschlussreichen und gelungenen Tag.

Mit freundlichen Grüßen



Dr. Norbert Köster
Generalvikar

Große Blutspendeaktion durch das Deutsche Rote Kreuz und Möglichkeit zur Stammzellentypisierung

Alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Bischöflichen Generalvikariats haben im Rahmen des Gesundheitstages die Möglichkeit ihr Blut zu spenden. Die Blutspende selbst dauert nur wenige Minuten. Mit der Registrierung – **hierzu ist ein amtlicher Lichtbildausweis mitzubringen** –, der ärztlichen Untersuchung (erfolgt in einem separaten Anamneseraum direkt vor der Blutspende) und der Erholungsphase nach der Spende muss insgesamt mit einem Zeitaufwand von etwa einer Stunde gerechnet werden. Voraussetzung für das Blutspenden ist, dass Sie sich gesund fühlen. Blutspenden kann man ab dem 18. Lebensjahr, Neuspender sollten allerdings nicht älter als 68 Jahre sein. Zu beachten ist, dass eine Vollblutspende generell im Abstand von jeweils 8 Wochen möglich ist, jedoch Frauen insgesamt nur 4 mal im Jahr, Männer hingegen 6 mal im Jahr, spenden dürfen. Nach Ihrer Spende werden Sie von uns kostenlos gepflegt, da Sie sich danach auch ein wenig erholen sollen. Ihr Blut wird nach der Entnahme in dem DRK-Labor untersucht. Sollten sich dabei auffällige Befunde ergeben, die Hinweise auf Krankheiten geben, werden Sie umgehend persönlich vom Blutspendedienst darüber informiert.

Gleichzeitig bietet sich mit der Blutspende auf Wunsch auch die Möglichkeit, sich als Stammzellenspender typisieren zu lassen.

Für Ihre Bereitschaft, mit einer Blutspende Leben zu retten, schon hier und heute: Herzlichen Dank!

Info-Stand des DRK

Hier informiert das Deutsche Rote Kreuz umfassend rund um das Thema Blutspende und Stammzellentypisierung.

Möglichkeit zur Blutdruckmessung, Blutzuckermessung und Cholesterinbestimmung

Zeit: 9 bis 16 Uhr
Leitung: Dr. Matthias Willmer
Facharzt für Allgemeinmedizin, BAD-Zentrum

Ultraschallmessung der Halsschlagader (Duplexsonografie) durch Frau Dr. Kammel

Bei Gefäßerkrankungen ist die Duplexsonografie eine einfache, schmerz- und risikofreie Untersuchung. Mittels Ultraschall kann diese Methode Einengungen durch Arterienverkalkungen, Erweiterungen der Arterien, Gefäßverletzungen und angeborene Gefäßmissbildungen wie zum Beispiel AV-Fisteln darstellen. Ultraschalluntersuchungen der Halsschlagader können somit ein mögliches Schlaganfallrisiko aufdecken. Zur Untersuchung kann es hilfreich sein, bereits die Ergebnisse der Blutdruck-/ Blutzuckermessung sowie der Cholesterinbestimmung mitzubringen. Da diese Untersuchung etwas zeitaufwändiger ist (circa 25 Minuten), bitten wir alle Interessenten sich diesbezüglich vorher einen Termin geben zu lassen.

Bitte wenden Sie sich vorab an Frau Gieske vom Auditbüro unter der Telefonnummer 495-6171. Termine werden bei dem Gesundheitstag in der Zeit von 9.00 Uhr bis 15.30 Uhr zu jeder halben Stunde vergeben. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt! Die Berücksichtigung erfolgt in der Reihenfolge der Anmeldungen.

Zeit: 9 bis 16 Uhr
Leitung: Dr. Natalie Kammel
Fachärztin für Allgemeinmedizin,
BAD-Zentrum