

Steckbrief: Stressbewältigung

Behörde	Carl von Ossietzky Universität Oldenburg
Kontaktdaten	E-Mail: gesundheitsmanagement@uni-oldenburg.de Tel.: 0441/798-0
Was macht Ihre Behörde zum Thema Stressbewältigung?	
<ul style="list-style-type: none">• Schulungen im Rahmen der Weiterbildung• Bewegungs- und Entspannungsangebote	
Welche Aktivitäten, Maßnahmen hat Ihre Behörde umgesetzt?	
<ul style="list-style-type: none">• Schulungen• Sportgruppen• Raum der Stille (ab März)	
Welche davon haben sich als Routinen etabliert?	
<ul style="list-style-type: none">• Schulungen im Rahmen der Weiterbildung• Sportkurse	