

# Maßnahmenplan BGF/BGM CampusVital 2018



| Maßnahme                              | Jan           | Feb                                 | März                 | April   | Mai                           | Juni                          | Juli                            | Aug                       | Sept                                | Okt                              | Nov | Dez     |  |
|---------------------------------------|---------------|-------------------------------------|----------------------|---------|-------------------------------|-------------------------------|---------------------------------|---------------------------|-------------------------------------|----------------------------------|-----|---------|--|
| GesundheitsTicket                     |               | Vergabe beginnt; Einlösung 1. Runde |                      |         |                               |                               |                                 |                           | Vergabe beginnt; Einlösung 2. Runde |                                  |     |         |  |
| Laufwettbewerbe                       |               |                                     |                      |         | Berliner Firmenlauf<br>30.05. | Vattenfall Teamlauf<br>06.06. | Adidas City Night Run<br>28.07. | Mauerlauf<br>11./12.08.   |                                     |                                  |     |         |  |
| kostenfreies Tennistraining           |               |                                     |                      |         | 2 x wöchentl.                 |                               |                                 |                           |                                     |                                  |     |         |  |
| Gesundheitstage                       |               |                                     | 15.03.18<br>Bewegung |         |                               |                               |                                 |                           |                                     | 10.10.18<br>Stress & Entspannung |     | Impftag |  |
| Wettbewerbe (neben WRAM)              |               |                                     |                      |         | Global Challenge - 100 Tage   |                               |                                 | Tischtennis Cup<br>19.08. |                                     |                                  |     |         |  |
| WRAM / Fahrrad Aktionen               |               |                                     | Frühjahrscheck       |         | Fahrrad-Aktions-Tag           |                               |                                 | Teilnahme WRAM            |                                     | Eröffnung Fahrradwerkstatt       |     |         |  |
| Lange Nacht der Wissenschaften        |               |                                     |                      |         |                               | 09.06.18                      |                                 |                           |                                     |                                  |     |         |  |
| Campus Sommerfest                     |               |                                     |                      |         |                               |                               | 02.07.18                        |                           |                                     |                                  |     |         |  |
| Aktionen im Studio                    |               |                                     | free Zirkeltraining  |         |                               |                               |                                 |                           |                                     |                                  |     |         |  |
| CV geht in die Unternehmen            | bewegte Pause |                                     |                      |         |                               |                               |                                 |                           | bewegte Pause                       |                                  |     |         |  |
| Aktionen in der Mensa                 |               |                                     | GST                  |         |                               |                               |                                 |                           |                                     | GST                              |     |         |  |
| Führungskräfteschulungen / -coachings |               | FS , FC                             | FS , FC              | FS , FC | FC                            |                               |                                 |                           | FS                                  | FC                               | FC  | FC      |  |
| Mitarbeiterschulungen / -coachings    |               | MS , MC                             | MC                   | MS , MC | MC                            |                               |                                 |                           | MS                                  | MC                               | MC  | MC      |  |

## Legende:

GST - Gesundheitstag, FS - Führungskräfteschulung, FC - Führungskräftecoaching, MS - Mitarbeiterschulung, MC - Mitarbeitercoaching