Tagung: Stay Tuned

Geballtes ExpertInnenwissen der neun steirischen Hochschulen zum Thema "Healthy Aging" an der Med Uni Graz

STAY TUNED: Leben, arbeiten, gesund bleiben!

Mit rund 12.000 MitarbeiterInnen ist der steirische Hochschulraum einer der größten Arbeitgeber in der Steiermark und hat mit der Veranstaltungsreihe „STAY TUNED“ einen großen Mehrwert geschaffen. In kurzweiligen Vorträgen, Workshops, Kochseminaren und ExpertInnengesprächen können sich die MitarbeiterInnen der neun steirischen Hochschulen seit Projektbeginn im Herbst 2016 über die optimale „work-life-balance“ informieren und vom gebündelten ExpertInnenwissen des steirischen Hochschulraums profitieren.

Bei der an der Med Uni Graz abgehaltenen Tagung erfuhren die rund 150 TeilnehmerInnen in kurzweiligen Vorträgen und interaktiven Einheiten unter anderem, ob es sich beim „Healthy Aging“ um Fakt oder Mythos handelt, welche Rolle die Lebensmittelchemie für eine gesunde Ernährung spielt und warum Bewegung und Ernährung das aktive Altern maßgeblich beeinflussen. Hellmut Samonigg, Rektor der Med Uni Graz, eröffnete den interessanten Veranstaltungstag an der Med Uni Graz und betonte die wichtige individuelle Entscheidung jedes und jeder Einzelnen, aktiv zu sein und zu bleiben, um unterstützt durch die gebündelte Expertise der neun steirischen Hochschulen aktiv und gesund zu altern – also: STAY TUNED

Die TeilnehmerInnen waren von der Tagung begeistert, wie die Rückmeldungen zeigen: „Es ist Ihnen bestens gelungen, spannende Themen mit kompetenten Vortragenden zu besetzen. Ein Kompliment auch an die Moderatorin!“, so eine Person. „Ich möchte mich nochmal für die tolle Veranstaltung bedanken – ich konnte sehr viel Neues erfahren und bin motiviert, möglichst viel umzusetzen“, so ein weiteres Feedback der BesucherInnen.

TU
Graz
Graz University of Technology

Wednesday, 08. February 2017