

# VERANSTALTUNGS- ÜBERSICHT



## **Diversity Monat 2021 – WeCare@LMU**

Der bundesweite Diversity Tag 2021 am 18. Mai ist der Auftakt für den Diversity Monat 2021 an der LMU. Unter dem Motto „WeCare@LMU“ schafft die Universität vom 18. Mai bis 30. Juni Bewusstsein für eine gesundheitsfördernde Umgebung.

<b>Termin</b>	<b>Titel der Veranstaltung</b>	<b>Rubrik</b>	<b>Zielgruppe</b>
18. Mai, 18:00–19:30 Uhr	Kick-off-Event: „WeCare@LMU“		Alle LMU-Mitglieder, interessierte Öffentlichkeit
19. Mai, 12:30–12:55 Uhr	The Power of Mantra – Autogenes Training in der Mittagspause	#MoveAndRelax	Beschäftigte
19. Mai, 16:00–17:00 Uhr	Achtsamkeit - entspannt und bewusst im Alltag	#MoveAndRelax	Beschäftigte
20. Mai, 11:00–12:00 Uhr	Meet & Greet: Social and scholarship advice for international students and refugees	#HowAreYou	Studierende
20. Mai, 11:30–13:00 Uhr	Wer kümmert sich – personelle Unterstützung im Alter	#WorkLifeBalance	Beschäftigte
20. Mai, 19:00–20:30 Uhr	#feelgood - AktivWorkshop mit Angewandter Improvisation - Thema: Reframing	#MoveAndRelax	Beschäftigte

<b>Termin</b>	<b>Titel der Veranstaltung</b>	<b>Rubrik</b>	<b>Zielgruppe</b>
7. Juni, 11:30–12:30 Uhr	Offene Gesprächsrunde mit der Gleichstellungsbeauftragten: Home-Office: Mehr Vereinbarkeit in Zeiten der Corona-Krise?	#HowAreYou	Nichtwissenschaftliches Personal
7. Juni, 14:00–15:00 Uhr	Beratung zur arbeitsmedizinischen Vorsorge für Medizinstudierende der LMU	#StudyLifeBalance	Medizinstudierende
8. Juni, 10:00–13:00 Uhr	Teen Power – wenn Erziehen nicht mehr geht. Ein Elternabend zum gelassenen Loslassen	#WorkLifeBalance	Beschäftigte
8. Juni, 12:00–13:00 Uhr	ProXility	#MoveAndRelax	Alle LMU-Mitglieder
8. Juni, 16:00–18:00 Uhr	Stressbewältigung durch Achtsamkeit – ein Kompaktkurs mit praktischen Übungen	#WorkLifeBalance	Beschäftigte
8. Juni, 18:00–19:30 Uhr	Krebsfrüherkennung – Was wird angeboten und woran wird wissenschaftlich gearbeitet?	#HealthLectures	Alle LMU-Mitglieder, interessierte Öffentlichkeit

<b>Termin</b>	<b>Titel der Veranstaltung</b>	<b>Rubrik</b>	<b>Zielgruppe</b>
8. Juni, 18:30–20:00 Uhr	Wenn das Leben anders verläuft - innere Stärke in schwierigen Zeiten	#WorkLifeBalance	Beschäftigte
9. Juni, 12:30–13:30 Uhr	PowerVit - Mein Rücken	#MoveAndRelax	Alle LMU-Mitglieder
9. Juni, 12:30–12:55 Uhr	The Power of Mantra – Autogenes Training in der Mittagspause	#MoveAndRelax	Beschäftigte
9. Juni, 17:00–20:00 Uhr	Professur 50plus – Was bedeutet gelingendes, sinnerfülltes und gesundes Leben und Arbeiten bis zur Emeritierung und darüber hinaus?	#WorkLifeBalance	Beschäftigte
9. Juni, 18:15–20:15 Uhr	Motiviert statt blockiert	#StudyLifeBalance	Studierende
10. Juni, 15:15–16:15 Uhr	Prokrastination und Prüfungsangst: wie motiviere ich mich gegen Aufschieberitis	#StudyLifeBalance	Studierende

<b>Termin</b>	<b>Titel der Veranstaltung</b>	<b>Rubrik</b>	<b>Zielgruppe</b>
10. Juni, 17:00–18:00 Uhr	KIBO Kickbox-Aerobic	#MoveAndRelax	Alle LMU-Mitglieder
10. Juni, 18:00–19:00 Uhr	BodyArt	#MoveAndRelax	Alle LMU-Mitglieder
10. Juni, 19:00–20:30 Uhr	#feelgood - AktivWorkshop mit Angewandter Improvisation - Thema: Storytelling	#MoveAndRelax	Beschäftigte
11. Juni, 16:00–17:00 Uhr	Balletics	#MoveAndRelax	Alle LMU-Mitglieder
11. Juni, 17:00–18:00 Uhr	Taekwondo als Selbstverteidigung und Ausdauersport	#MoveAndRelax	Alle LMU-Mitglieder
15. Juni, 12:00–13:00 Uhr	ProXility	#MoveAndRelax	Alle LMU-Mitglieder
15. Juni, 16:00–18:00 Uhr	Stressbewältigung durch Achtsamkeit – ein Kompaktkurs mit praktischen Übungen	#WorkLifeBalance	Beschäftigte

<b>Termin</b>	<b>Titel der Veranstaltung</b>	<b>Rubrik</b>	<b>Zielgruppe</b>
15. Juni, 18:00–19:30 Uhr	Krankheiten erkennen, verstehen, heilen - Kindermedizin im Schnittpunkt der Wissenschaften	#HealthLectures	Alle LMU-Mitglieder, interessierte Öffentlichkeit
16. Juni, 11:00–12:00 Uhr	Offene Sprechstunde: Studieren mit Kind	#HowAreYou	Studierende
16. Juni, 12:30–13:30 Uhr	PowerVit - Mein Rücken	#MoveAndRelax	Alle LMU-Mitglieder
16. Juni, 12:30–12:55 Uhr	Let's relax - Progressive Muskelentspannung in der Mittagspause	#MoveAndRelax	Beschäftigte
16. Juni, 13:00–14:00 Uhr	Konflikten am Arbeitsplatz begegnen: Perspektivenwechsel statt Kollisionskurs	#WorkLifeBalance	Beschäftigte
16. Juni, 18:15-19:30 Uhr	Virtuelle Diskussionsrunde: Rebekka Endler: Das Patriarchat der Dinge.Warum die Welt Frauen nicht passt, DuMont 2021		Alle LMU-Mitglieder

<b>Termin</b>	<b>Titel der Veranstaltung</b>	<b>Rubrik</b>	<b>Zielgruppe</b>
17. Juni, 9:00–12:00 Uhr	Zeitliche Ressourcen gewinnen - Stress abbauen		Beschäftigte
17. Juni, 12:15–14:00 Uhr	Ein Blick auf die Gesundheit der Seele: Umgang mit den eigenen und fremden Hoffnungen sowie Ängsten und individuellen Lebenserfahrungen privat und an der Universität als Lebensort	#AllAboutCare	Alle LMU-Mitglieder
17. Juni, 15:15–16:15 Uhr	Procrastination and exam anxiety: how to find learning motivation and routine	#StudyLifeBalance	Studierende
17. Juni, 17:00–18:00 Uhr	KIBO Kickbox-Aerobic	#MoveAndRelax	Alle LMU-Mitglieder
17. Juni, 18:00–19:00 Uhr	BodyArt	#MoveAndRelax	Alle LMU-Mitglieder
17. Juni, 19:00–20:30 Uhr	#feelgood - AktivWorkshop mit Angewandter Improvisation - Thema: Verbindungen schaffen	#MoveAndRelax	Beschäftigte

<b>Termin</b>	<b>Titel der Veranstaltung</b>	<b>Rubrik</b>	<b>Zielgruppe</b>
18. Juni, 10:30–12:00 Uhr	Meet & Greet: Ansprechpersonen für Studierende mit Beeinträchtigung	#HowAreYou	Studierende
18. Juni, 16:00–17:00 Uhr	Balletics	#MoveAndRelax	Alle LMU-Mitglieder
18. Juni, 17:00–18:00 Uhr	Taekwondo als Gesundheitssport	#MoveAndRelax	Alle LMU-Mitglieder
22. Juni, 12:00–13:00 Uhr	ProXility	#MoveAndRelax	Alle LMU-Mitglieder
22. Juni, 16:00–18:00 Uhr	Stressbewältigung durch Achtsamkeit – ein Kompaktkurs mit praktischen Übungen	#WorkLifeBalance	Beschäftigte
22. Juni, 18:00–19:30 Uhr	Thrombose und Entzündung – eine gefährliche Liaison?	#HealthLectures	Alle LMU-Mitglieder, interessierte Öffentlichkeit
23. Juni, 11:00–12:00 Uhr	Offene Sprechstunde: Studieren mit Kind	#HowAreYou	Studierende



<b>Termin</b>	<b>Titel der Veranstaltung</b>	<b>Rubrik</b>	<b>Zielgruppe</b>
23. Juni, 12:30–12:55 Uhr	Let's relax – Progressive Muskelentspannung in der Mittagspause	#MoveAndRelax	Beschäftigte
23. Juni, 18:15–20:15 Uhr	Motiviert statt blockiert	#StudyLifeBalance	Studierende
24. Juni, 10:15–11:15 Uhr	Studying abroad: How to Cope with Culture Shock	#StudyLifeBalance	Studierende
24. Juni, 12:00–13:30 Uh	Papa geht in Teilzeit	#WorkLifeBalance	Beschäftigte
24. Juni, 17:00–18:00 Uhr	KIBO Kickbox-Aerobic	#MoveAndRelax	Alle LMU-Mitglieder
24. Juni, 19:00–20:30 Uhr	#feelgood - AktivWorkshop mit Angewandter Improvisation - Thema: wertschätzende Kommunikation	#MoveAndRelax	Beschäftigte
25. Juni, 9:15–11:30 Uhr	Psychische Krisen und Erkrankungen: Symptome, Diagnosen und Umgang im Hilfenetz	#StudyLifeBalance	Studierende

<b>Termin</b>	<b>Titel der Veranstaltung</b>	<b>Rubrik</b>	<b>Zielgruppe</b>
25. Juni, 17:00–18:00 Uhr	Taekwondo von Frauen für Frauen	#MoveAndRelax	Alle LMU-Mitglieder
28. Juni, 12:00–13:30 Uhr	Gesundheitsversorgung, Forschung, Ausbildung. Herausforderungen einer Universitätsklinik	#AllAboutCare	Alle LMU-Mitglieder
28. Juni, 18:30–19:00 Uhr	High-Intensity Interval Training (HIIT)	#MoveAndRelax	Alle LMU-Mitglieder
29. Juni, 9:30–12:30 Uhr	Umgang im interkulturellen Miteinander	#StudyLifeBalance	Studierende
29. Juni, 10:00–11:00 Uhr	Positive Psychologie im Alltag	#AllAboutCare	Alle LMU-Mitglieder