

Im Rahmen der Personalweiterbildung greifen wir Themen rund um Gesundheit, Prävention und Vereinbarkeit von Familie und Beruf in der mittags-info als Web-Vortrag auf. Eingeladen sind alle Hochschulangehörigen. Die Teilnahme gilt als Arbeitszeit. Das schriftliche Einverständnis der Vorgesetzten ist nicht erforderlich, aber eine einmalige formlose Anmeldung für die mittags-info über die gleichnamige Veranstaltung im Stud.IP, sofern Sie noch nicht angemeldet sind. [Klicken Sie hier, um sich anzumelden](#) und alle weiteren Informationen sowie den BBB-Link zur Teilnahme zu erhalten. [Eine Kurzanleitung für die Anmeldung finden Sie hier.](#)

Donnerstag, 17.03.2022  
13:00 – 13:30 Uhr, digital

## Life Kinetik

Gehirnjogging mit  
Bewegung

Referent: Stefan Müller,  
Life Kinetik-Trainer

In unserem (Arbeits-)Alltag stehen wir täglich neuen Aufgaben und Herausforderungen gegenüber. Life Kinetik ist ein Bewegungstraining, das Sie dabei unterstützt Ihr Gehirn auf spielerische Weise zu trainieren und damit Ihre Leistungsfähigkeit im Alltag zu steigern. In dieser mittags-info erfahren Sie nicht nur, was sich genau hinter dieser besonderen Trainingsform verbirgt. Stefan Müller zeigt Ihnen ebenfalls auf, welche positiven Effekte Life Kinetik auf unsere Gesundheit hat. Darüber hinaus lernen Sie in der Veranstaltung verschiedene Übungen kennen, mit deren Hilfe Sie Ihr Gehirn trainieren können – der Spaß ist dabei garantiert!

Bitte bringen Sie zu dieser mittags-info einen Tennis- oder Jonglierball (alternativ ein zusammengerolltes Paar Socken) sowie zwei Tücher (z. B. Geschirrtücher) mit.

Mittwoch, 04.05.2022  
13.00- 13.30 Uhr, digital

## Familienarbeit

Durch die Pandemie  
auf Kurs in die  
Retraditionalisierung?

Referentin: Prof. Dr. Gundula Zoch,  
Institut für Sozialwissenschaften,  
Universität Oldenburg

Die Covid-19 Pandemie hat die Arbeitsteilung berufstätiger Eltern vor enorme Herausforderungen gestellt. Elterngeld, Kitausbau, Ganztagsbetreuung – viel ist in den vergangenen Jahrzehnten in die Vereinbarkeit von Beruf und Familie investiert worden. Bereits zu Beginn der Krise warnten namenhafte Expert\*innen vor einer „Retraditionalisierung“, die die gleichberechtigte Arbeitsteilung zwischen Frauen und Männern um etliche Jahre zurückwerfen würde. Wo stehen wir also aktuell?

Prof. Dr. Gundula Zoch gibt in dieser mittags-info einen Überblick über die wichtigsten familienpolitischen Entwicklungen und Trends in der Aufteilung von Erwerbs- und Familienarbeit zwischen Männern und Frauen.

Mittwoch, 18.05.2022  
13.00 – 13.30 Uhr, digital

## Umgang mit „Demenz“

Alltägliche Situationen  
verstehen und begleiten

Referentin: Kathrin Kroppach,  
Demenzfachkraft, Referentin für  
Demenz-Schulungen

Diese mittags-info wendet sich an alle, die Verhaltensveränderungen von an „Demenz“ erkrankten Menschen besser verstehen und erste Informationen für einen angemessenen Umgang mit ihnen erhalten möchten. Kathrin Kroppach wird auf mögliche Ursachen eingehen, Vorschläge für eine angemessene Kommunikation machen und wichtige Gründe zur Selbstsorge ausführen. Dabei werden alltägliche Situationen im Mittelpunkt stehen. Sie werden die Möglichkeit haben, Fragen zu stellen.