



# BILDUNGS- ANGEBOT

## Studierendenseminar

### „Mental gesund! Im Studium und Ehrenamt“

22. bis 23. November 2024 in Göttingen  
im Vorfeld der 119. adh-Vollversammlung

Spätestens seit der Corona-Pandemie ist das Thema psychische Gesundheit ein Thema, welches viele Menschen beschäftigt und an Bedeutung gewonnen hat. Die Hochschulen und damit auch der Hochschulsport stehen in der Verantwortung, den Studierenden sowie den Mitarbeitenden durch Angebote die Möglichkeit zu geben, psychische Belastungen abzubauen und möglichst vorzubeugen.

Gerade der Hochschulsport hat sich in den letzten Jahren intensiv mit diesem Thema auseinandergesetzt und hat als Sportinstitution das Potential (junge) Menschen mental zu unterstützen.

Ziel des Seminars ist es, den studentischen Teilnehmenden praxisnahe Ideen und Ansätze an die Hand zu geben, die sie für sich persönlich und an ihren eigenen Hochschulstandort mitnehmen können. Neben dem fachlichen Input steht der Austausch untereinander im Vordergrund, um ein tieferes Verständnis für die Bedeutung der psychischen Gesundheit im Hochschulalltag zu entwickeln. Gemeinsam wollen wir Wege finden, wie diese Aspekte in den Hochschulsport integriert werden können.

Darüber hinaus bietet das Seminar eine wertvolle Plattform für Studierende, um über die Veranstaltung hinaus Kontakte zu knüpfen und Netzwerke zu bilden. So können langfristig neue Impulse von Studierenden für Studierende gesetzt werden, um den Hochschulsport als Ressource für die psychische Gesundheit noch stärker zu etablieren und auszubauen.

Das Seminar findet im Vorfeld der 119. adh-Vollversammlung statt. Die Ergebnisse des Studierendenseminars können somit Veränderungs- und Gestaltungsprozesse aktiv anstoßen und bereichern.

**Meldeschluss:** 13. Oktober 2024

**Zielgruppe:** Studierende mit Bezug zum Hochschulsport

**Kosten:** € 90,- für Mitgliedshochschulen **ohne** Übernachtung  
€ 300,- für Nicht-Mitgliedshochschulen **ohne** ÜN

**Zeit:** Start: Freitag, 22. November 2024 um 13:00 Uhr  
Ende: Samstag, 23. November 2024 um 13:00 Uhr

**Übernachtung:** Die Buchung der Hotelzimmer ist von den Teilnehmenden selbst vorzunehmen.  
Abrufkontingente sind auf Homepage der 119. adh-Vollversammlung verfügbar.

**Leistungen:** Pausengetränke und -snacks, Abendessen am Freitag, Mittagessen am Samstag, Seminarunterlagen

**Anmeldung:** Die Anmeldung erfolgt über die neue Homepage der 119. adh-Vollversammlung unter:

<https://veranstaltungen.adh.de/vollversammlung-2024>

**Sonstiges:** Die Anzahl der Teilnehmenden ist auf 35 Personen begrenzt. Teilnehmenden von Mitgliedshochschulen werden Fahrtkostenpauschalen erstattet.

**Unterlagen:** Werden ca. 14 Tage vor der Veranstaltung verschickt.

adh – Katharina Neumann – 06071-208614 – neumann@adh.de