

Bildung
baut
Brücken



PROGRAMM WINTERSEMESTER 2024/25

unitogether.uni-graz.at



Vorwort

„Sich wohlfühlen wie ein Fisch im Wasser“, lautet eine Redewendung. Damit wollen wir zum Ausdruck bringen, dass wir ganz in unserem „Element“ sind und uns in einem Umfeld bewegen, das unserer „Natur“ entspricht. Das ist meist mehr als ein momentanes, angenehmes Gefühl: Wenn wir von „Wohlfühlen“ oder „Wohlbefinden“ sprechen, dann beziehen wir uns auf einen längerfristigen Zustand, der sowohl unsere körperliche und seelische Gesundheit als auch unser Leben in Gemeinschaft umfasst.

Im heurigen Studienjahr der **UNItgether** fragen wir nach den unterschiedlichen Faktoren, die unser Wohlbefinden beeinflussen können – von der Förderung der Gesundheit über den Einfluss von Schlaf, Bewegung und Humor auf unser

psychisches Wohlbefinden bis hin zum Erkennen und Verstehen von Suchtverhalten. Wir beleuchten die Rolle der Tier- und Pflanzenwelt und befassen uns auch mit aktuellen Herausforderungen wie z. B. mit Rechtsfragen zur Künstlichen Intelligenz und mit Fragen zum Schutz vor (Online-)Betrug.

Insgesamt sind acht Veranstaltungen geplant – jeweils zwei bei den folgenden Einrichtungen: Die Elisabethinen, Jugend am Werk, LebensGroß (vormals: Lebenshilfe) und VinziWerke

Denken wir gemeinsam darüber nach, was wir für unser eigenes und unser aller Wohlbefinden tun können! Wir freuen uns auf ein interessantes Studienjahr mit Ihnen!

Ihr Team der **UNItgether**



Foto: Uni Graz/Kanizaj

OKTOBER

Eröffnung
des
Studienjahres

Vortrag

Was erhält Menschen gesund und fördert ihr Wohlbefinden?

- **Mi, 23.10.2024** • **18 Uhr** • Dr. **Martin Sprenger**, MPH, Leiter des Universitätslehrganges „Public Health“, Medizinische Universität Graz • **Krankenhaus der Elisabethinen**, Elisabethnergasse 14, 8020 Graz • *Erreichbarkeit mit öffentlichen Verkehrsmitteln:* Buslinien 31, 32, 33, 40, 67 (Elisabethnergasse), Straßenbahnlinien 1, 4, 6, 7 (Roseggerhaus)
- **Anmeldung bis Mo, 21.10.2024:** Stefan Magerl, Tel: 0316/7063-6456 oder kommunikation@elisabethinen.at

Gesundheit ist für alle Menschen ein hohes Gut. Aber was ist Gesundheit eigentlich genau und was bedingt ein langes Leben in guter Gesundheit? In dieser Veranstaltung wollen wir versuchen, den Begriff „Gesundheit“ gemeinsam zu definieren. Welche Faktoren sind für unsere Gesundheit ausschlaggebend? Wie könnte es uns gelingen, ein langes Leben bei guter Gesundheit zu verbringen?

Außerdem werfen wir einen Blick in das Jahresprogramm der UNtogether und stimmen uns auf den Beginn des Studienjahres ein.

NOVEMBER

Vortrag

Rechtsfragen zur Künstlichen Intelligenz

• **Mi, 6.11.2024** • **18 Uhr** • Assoz. Prof. Mag. Dr. **Christian Bergauer**, Institut für Rechtswissenschaftliche Grundlagen, Universität Graz • **Jugend am Werk**, Gürtelturmplatz 1/7, Stock, 8020 Graz • *Erreichbarkeit mit öffentlichen Verkehrsmitteln:* Buslinien 31, 32, 33 (Lissagasse), 52 (Gürtelturmplatz) • **Anmeldung bis Mo, 4.11.2024:** Christine Bramerdorfer, Tel: 050/7900-1165 oder inbildung@jaw.or.at

Künstliche Intelligenz (KI) birgt immense Potenziale. Sie bringt jedoch auch zahlreiche rechtliche Herausforderungen mit sich. Wie wirken sich die enormen Möglichkeiten auf den Menschen aus? Wie beeinflussen sie unser kollektives Wohlbefinden? Wir werden ausgewählte Rechtsfragen zur Künstlichen Intelligenz erörtern und uns mit Themen wie Persönlichkeitsschutz, Datenschutz, Urheberrecht und KI-Regulierung befassen. Wie können rechtliche Rahmenbedingungen dazu beitragen, die positiven Auswirkungen von KI zu erhöhen und negative Folgen zu verringern?

NOVEMBER

Vortrag

Das Gegenteil von Wohlbefinden? Suchtverhalten erkennen und verstehen

- **Mi, 27.11.2024** • **18 Uhr** • **Markus Meschik**, PhD, Lehrbeauftragter am Institut für Erziehungs- und Bildungswissenschaft, Universität Graz • **VinziWerke**, Pfarrsaal St. Vinzenz, Vinzenzgasse 42, 8020 Graz • *Erreichbarkeit mit öffentlichen Verkehrsmitteln:* Buslinien 62 (Vinzenzgasse), 65/65a (Bodenfeldgasse), Straßenbahnlinie 1 (Vinzenzgasse)
- **Anmeldung bis Mo, 25.11.2024:** Elisabeth Regula, Tel: 0316/58 58 00 oder vinzihaus@vinzi.at

Selbstbestimmung und das Gefühl von Kontrolle über das eigene Leben bilden ein notwendiges Fundament für menschliches Wohlbefinden. Bei einer Suchterkrankung ist dieses Fundament nicht mehr gegeben. Obwohl Suchterkrankungen in unserer Gesellschaft nicht selten sind, kursieren viele Vorurteile und unhaltbare Vorstellungen über diese. Was sind Warnsignale und was wären erste Schritte hin zu einem wirksamen Umgang mit Abhängigkeiten (z.B. Glücksspielsucht oder krankhafte Mediennutzung)?

JÄNNER

Vortrag

Schlafen Sie gut!?

- **Mi, 29.1.2025 • 17 Uhr** • Ao.Univ.-Prof. Mag. Dr. **Edith Gößnitzer**, Institut für Pharmazeutische Wissenschaften, Universität Graz • **LebensGroß**, Café FaMoos UniCorn (keine Konsumationspflicht), Schubertstraße 6a, 8010 Graz • *Erreichbarkeit mit öffentlichen Verkehrsmitteln*: Buslinien 31, 41, 63 (Graz Uni/Mensa), 39 (Zinzendorfsgasse)
- **Anmeldung bis Mo, 27.1.2025**: Christina Pichler, Tel: 0676/84 71 55 718 oder lebenslernen@lebensgross.at

„Der Schlaf ist doch die köstlichste Erfindung“ heißt es in Heinrich Heines Drama „William Ratcliff“ (1822). Guter Schlaf ist wesentlich für unser Wohlbefinden und unsere Leistungsfähigkeit. Schlaf ist ein komplexer, hormonell gesteuerter Vorgang, der individuell und je nach Lebensabschnitt unterschiedlich verläuft. Aber nicht jede Unregelmäßigkeit ist eine Schlafstörung, die durch Schlafmittel zu behandeln ist. Das Angebot zur Behandlung von Ein- und Durchschlafstörungen reicht von pflanzlichen Präparaten wie Baldrian-Tropfen über das körpereigene Hormon Melatonin bis zu synthetischen Hypnotika. Jede erwünschte Wirkung kann jedoch auch unerwünschte Wirkungen zur Folge haben.

Kooperationspartner:innen



die
elisabethinen

lernen & leben

LebensGroß

Vinzi  Werke
EIN VINZIGES STÜCK HOFFNUNG

jugend am werk _

_ inbildung

UNIVERSITÄT GRAZ

Zentrum für Weiterbildung



Bildung
baut
Brücken



PROGRAMM SOMMERSEMESTER 2025

unitogether.uni-graz.at



WAS IST DIE UNItgether?

Mit dem Bildungsprogramm

UNItgether – Bildung baut Brücken

wollen wir wissenschaftliche Inhalte verständlich vermitteln:

Was, wie und warum wird geforscht?

Welche Bedeutung hat Wissenschaft in unserer Gesellschaft? Und auf welche Weise hängen wissenschaftliche Erkenntnisse mit unserem Lebensalltag zusammen?

Wir laden Sie ein, im Austausch mit Forschern/Forscherinnen, Experten/Expertinnen und anderen Teilnehmenden auf Erkundung zu gehen.

Für wen? Die **UNItgether** ist allen Interessierten zugänglich. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich, allein das Interesse zählt.

! **Alle Veranstaltungen sind kostenfrei.**



Foto: Uni Graz/Kanizej

MÄRZ

Vortrag

Wildes Graz – Natur vor unserer Haustür

• **Mi, 26.3.2025 • 18 Uhr** • Mag. Dr. **Michael Pinter**, Leiter Naturvermittlung, Naturkundemuseum Graz und Institut für Biologie, Universität Graz • **Jugend am Werk**, Gürtelturmplatz 1/7. Stock, 8020 Graz • *Erreichbarkeit mit öffentlichen Verkehrsmitteln:* Buslinien 31, 32, 33 (Lissagasse), 52 (Gürtelturmplatz) • **Anmeldung bis Mo, 24.3.2025:** Christine Bramerdorfer, Tel: 050/7900-1165 oder inbildung@jaw.or.at

Natur in der Stadt? Das muss kein Widerspruch sein! Das Grazer Stadtgebiet ist nicht nur für uns Menschen ein Ort zum Wohlfühlen und Leben, auch Wildtiere und Wildpflanzen haben hier ihren Lebensraum. Ob lieber im Grünen, umgeben von frischer Waldluft, in sonniger Lage mit Dachterrasse im Stadtzentrum oder nahe am Wasser – auch die Tiere und Pflanzen rund um uns haben Ansprüche bei der „Wohnraumsuche“. Entdecken wir das wilde Stadtleben, die große Artenvielfalt und ihre Besonderheiten vor unserer Haustür!

APRIL

Vortrag

Sich wohlfühlen in seiner Haut – wie Bewegung uns psychisch stärkt

• **Mi, 23.4.2025** • **18 Uhr** • Ao.Univ.-Prof.i.R. Mag. Dr. **Andrea Paletta**, Institut für Bewegungswissenschaften, Sport und Gesundheit, Universität Graz • **Krankenhaus der Elisabethinen**, Elisabethnergasse 14, 8020 Graz • *Erreichbarkeit mit öffentlichen Verkehrsmitteln*: Buslinien 31, 32, 33, 40, 67 (Elisabethnergasse), Straßenbahnlinien 1, 4, 6, 7 (Roseggerhaus) • **Anmeldung bis Mo, 21.4.2025**: Stefan Magerl, Tel: 0316/7063-6456 oder kommunikation@elisabethinen.at

Bewegung hilft wirksam gegen chronischen Stress, gegen Burnout, depressive und ängstliche Stimmungen und schenkt wieder neuen Antrieb und Lebensmut. Schwerpunkt des Vortrags wird sein, was Bewegung dem chronischen Stresserleben mit seinen Folgen – z.B. Abbauprozessen im Gehirn oder Entzündungen in Organsystemen – entgegenhalten kann. Können wir mittels Bewegung psychischen Herausforderungen besser standhalten? Mit welchen Übungen können wir unser Wohlbefinden entfalten?

MAI

Vortrag

Gut geschützt vor (Online-)Betrug

• **Mi, 7.5.2025 • 18 Uhr** • Mag. **Stefan Auer**, ACIPSS* & Leiter des Sicherheitsinformationszentrums • **VinziWerke**, Pfarrsaal St. Vinzenz, Vinzenzgasse 42, 8020 Graz • *Erreichbarkeit mit öffentlichen Verkehrsmitteln*: Buslinien 62 (Vinzenzgasse), 65/65a (Bodenfeldgasse), Straßenbahnlinie 1 (Vinzenzgasse) • **Anmeldung bis Mo, 5.5.2025**: Elisabeth Regula, Tel: 0316/58 58 00 oder vinzihaus@vinzi.at

Wir alle lesen immer wieder von erfolgreichen Betrügereien, die Menschen in Angst versetzen und sie sogar in finanzielles Unglück stürzen. Um weiterhin mit einem guten Gefühl und sicher im Alltag und im Internet unterwegs zu sein, bedarf es deshalb einiger Kenntnisse: Wie kann ich mich effektiv vor Betrug im Alltag und im Netz schützen? Welche Betrugsformen gibt es und wie gehen die Betrüger:innen vor? Wie erkenne ich betrügerische Anrufe, Fake-Shops und Betrugsversuche (z.B. via E-Mail oder WhatsApp)? Wie kann ich zu diesen Fragen auf dem Laufenden bleiben und an wen kann ich mich wenden, falls doch etwas passiert?

*Austrian Center for Intelligence, Propaganda and Security Studies ist ein Forschungszentrum, das sich unter anderem mit der Erforschung von Geheim- und Nachrichtendiensten und sicherheitsbezogenen Fragestellungen beschäftigt.

JUNI

Abschluss
des
Studienjahres

Vortrag

Humor bildet Brücken und führt hinaus

• **Mi, 11.6.2025 • 18 Uhr** • Univ.-Prof.i.R. Mag. Dr. **Leopold Neuhold**, Institut für Ethik und Gesellschaftslehre, Universität Graz • **LebensGroß**, Conrad-von-Hötzendorf-Straße 37a/ 2. Stock, 8010 Graz • *Erreichbarkeit mit öffentlichen Verkehrsmitteln*: Straßenbahnlinien 4, 5 (Steyrergasse) • **Anmeldung bis Mo, 9.6.2025**: Christina Pichler, Tel: 0676/84 71 55 718 oder lebenslernen@lebensgross.at

Humor ist, wenn man trotzdem lacht. Das Große wird klein und das Kleine groß. Damit kann ein neuer Rahmen geschaffen werden, der Perspektiven eröffnet und Hoffnung schöpfen hilft, wo es keine Hoffnung zu geben scheint. Momente dieses „Darüber-Hinaus“ sollen Gründe für diese Hoffnung aufzeigen.

Nach dem Vortrag lassen wir in gemütlicher Atmosphäre das Studienjahr ausklingen.

ANMELDUNG

Was ist bei der Anmeldung zu beachten?

Aus organisatorischen Gründen ist eine Anmeldung erwünscht. Im Falle limitierter Plätze zählt die Reihenfolge der Anmeldungen.

Die Kooperationspartner:innen sind für die Organisation jener Veranstaltungen verantwortlich, die bei ihnen vor Ort durchgeführt werden.

Bitte wenden Sie sich daher an die jeweilige Einrichtung und melden Sie sich dort für die Veranstaltung(en) an.

Die Kontaktpersonen sind bei den einzelnen Terminen angeführt.

Programmleitung / Information:

Mag. Mag. Claudia Wankhammer

Tel: 0316/380-1104

E-Mail: uni-together@uni-graz.at

Projektentwicklung:

Mag. Dr. Andrea Waxenegger

Mag. Dr. Marcus Ludescher

Mag. Mag. Claudia Wankhammer

Wissenschaftliches Leitungsteam:

Univ.-Prof. DDr. Reinhold Esterbauer

Mag. Dr. Marcus Ludescher

Univ.-Prof. Mag. Dr. Anita Ziegerhofer

Impressum:

Für den Inhalt verantwortlich: Zentrum für Weiterbildung der Universität Graz © 2024 | zfw.uni-graz.at

- Büro/Office: Elisabethstraße 27/Erdgeschoß, 8010 Graz | Tel: 0316/380-1104
- Post: Universitätsplatz 3, 8010 Graz
- Gestaltung: Kommunikation und Öffentlichkeitsarbeit, Universität Graz
- Druck: Gedruckt auf Impact Climate Paper in der Druckerei Druckhaus Thalerhof