

Was ist und was bietet STUBE?

STUBE steht für: Studienbegleitprogramm für, mit und von Studierenden aus Afrika, Asien und Lateinamerika.

STUBE ist eine entwicklungsbezogene Ergänzung zum Fachstudium – am Wochenende und mit interessanten Themen.



Das STUBE-BW Programm bietet:

- ❖ Wochenendseminare und Tagesveranstaltungen zu entwicklungsbezogenen Themen
- ❖ Interkulturellen, interreligiösen und interdisziplinären Austausch
- ❖ Unterstützung bei eigenen entwicklungsbezogenen Ideen
- ❖ MultiplikatorInnenschulung:
<http://www.stubebw.de/de/veranstaltungen/multiplikatoren>
- ❖ Finanzielle Unterstützung für ein Praktikum oder eine studienbezogene Recherche im Heimatland (BPSA)
- ❖ Rückkehrvorbereitung

STUBE Baden-Württemberg wurde 1983 gegründet.

STUBE wird aus Mitteln der Evangelischen Landeskirchen in Württemberg und Baden, Brot für die Welt, der Diözese Rottenburg-Stuttgart sowie des Staatsministeriums des Landes Baden-Württemberg finanziert.

Trägerin von STUBE ist die Evangelische Landeskirche Württemberg.



STUBE Baden-Württemberg
Büchsenstr. 33
70174 Stuttgart
Tel.: 0711- 22 93 63 -216/ -208
stubesekretariat@stube-bw.de

Bei STUBE kannst Du:

**Dich
entwicklungspolitisch
qualifizieren**



**Lernen und
dabei Spaß haben!**



Freunde finden

**Ideen teilen
Erfahrungen
austauschen**



**Menschen
aus der ganzen Welt kennen lernen**

**Dich engagieren –
mitgestalten!**



**STUBE –
MultiplikatorIn werden**

**Die Seminare und die Arbeit von STUBE
waren die Grundlage für mein
entwicklungspolitisches Engagement. In
meiner jetzigen Stelle bei der ILO denke ich
oft darüber nach...“ (Alumna aus Kamerun)**



Gesundheit und Gesundheitssysteme

**6. – 8. Dezember 2024
Weil der Stadt**

STUBE – Studienbegleitprogramm
für Studierende aus Afrika, Asien,
Lateinamerika und Osteuropa in
Baden-Württemberg
www.stubebw.de



Gesundheit und Gesundheitssysteme

Die Vereinten Nationen haben im Jahr 2015 die 17 Nachhaltigkeitsziele verabschiedet, um unsere Welt besser, sicherer und gerechter zu machen. Eines dieser Ziele widmet sich der Förderung von Gesundheit und Wohlbefinden – ein Anliegen, das für uns alle von großer Bedeutung ist.

In unserem Seminar möchten wir uns intensiv mit dem Thema Gesundheit und Krankheit auseinandersetzen:

- Was bedeutet es, gesund zu sein?
- Was bedeutet es, krank zu sein?
- Welche Verantwortung trägt eine Gesellschaft, um Gesundheit zu fördern und Krankheiten zu verhindern?

Besonders im globalen Süden sind Gesundheit und Heilung oft von finanziellen Mitteln abhängig. Wir werden untersuchen, wie Armut und Krankheit zusammenhängen und welche Maßnahmen ergriffen werden können, um eine Gesundheitsversorgung für alle zu ermöglichen.

Ein weiteres Thema wird sein: Wie gerecht ist ein Krankenkassensystem, wie es in Deutschland existiert? Kann es als Modell für mehr soziale Gerechtigkeit dienen?

Aber auch auf persönlicher Ebene stellt sich die Frage: Was kann jede*r Einzelne tun, um die eigene Gesundheit zu fördern? Welche Rolle spielen Ernährung, Sport und Bewegung? Und wie können wir neben der körperlichen Gesundheit auch unsere seelische Gesundheit stärken? Gerade in Zeiten von Dauerstress durch Studium, Arbeit, Familie und Verantwortung ist mentale Gesundheit ein Schlüssel für ein ausgeglichenes Leben.

Ein besonderes Highlight des Seminars:

Wir werden ein actionreiches Training erleben, das Körper und Geist gleichermaßen stärkt! Mit Techniken aus Kickboxen und Thaiboxen, kombiniert mit Fitness- und Atemübungen, arbeiten wir aktiv daran, unsere mentale Widerstandskraft zu fördern.

Wir freuen uns auf einen spannenden Austausch und ein gemeinsames Training mit euch!

Cathy Plato, STUBE Baden-Württemberg

Freitag, 6. Dezember 2024

- 18:00 Ankommen
- 18:30 Abendessen
- 19:30 Einführung in das Thema

Samstag, 7. Dezember 2024

- 09:00 - 12:00: Körperliche Gesundheit
- 12:30 – 13:30: Mittagspause
- 14:00 - 17:30: Seelische Gesundheit
- 18:30 Abendessen
- 19:00 – 21:00: Fit, stark und selbstsicher

Sonntag, 8. Dezember 2024

- 09:00 - 12:00: Gesundheit in unseren Händen
- 12:00 Uhr Mittagessen und Abreise

Seminarinformation

Teilnehmende

Studierende aus Afrika, Asien, Lateinamerika und Osteuropa, die in Baden-Württemberg studieren und alle interessierte junge Menschen aus Europa

Preise und enthaltene Leistungen:

Der Teilnahmebetrag beträgt 15 € pro Person und beinhaltet folgende Leistungen: Kostenanteil für Seminar, Übernachtung und Verpflegung.

Reisekosten innerhalb Baden-Württembergs (Bundesbahn 2. Klasse ohne IC/ICE/EC-Zuschlag) werden nach Vorlage des Tickets übernommen.

Die Anmeldung ist verbindlich! Sie kann bis 2 Tage vor dem Seminar schriftlich storniert werden.

Wer fernbleibt, ohne sich bei uns vorher rechtzeitig abgemeldet zu haben, muss eine Beteiligung an den entstehenden Kosten in Höhe von 50,- € bezahlen.

Anmeldung bis spätestens 4. Dezember 2024 nur online über: [Anmeldung \(stubebw.de\)](mailto:Anmeldung@stubebw.de)

Fragen? stubesekretariat@stube-bw.de
Tel.: 0711- 22 93 63 - 208

Weitere Informationen

Die Anmeldung wird vor Beginn des Seminars per E-Mail bestätigt, dann erhalten Sie weitere Informationen und eine Wegbeschreibung.

Tagungsort

[Landesakademie für Jugendbildung](https://www.stube-bw.de/landesakademie)

Malerbuckel 8 – 10, 71256 Weil der Stadt

Seminarleitung

Cathy Plato, STUBE BW

Tagungsnummer 78 14 24