

SCHWARZ

STUDENTENWERK
OLDENBURG

auf weiß

Das Info-Magazin des Studentenwerks Oldenburg

Mai 2009

In dieser Ausgabe:

- DSW-Sozialerhebung startet
- Kulturabend der Wohnheim-tutoren
- Studentenbuden gestern, heute & morgen
- unikum im Mai
- „Brain Gym“ - was ist das?

Beratung auf Augenhöhe

Wiebke Hendeß ist seit 10 Jahren für behinderte Studierende da

Im Mai 1999 nahm eine neue Beratungsstelle im Studentenwerk Oldenburg ihre Arbeit auf: die Beratung für behinderte und chronisch kranke Studierende. Seit der Gründung vor zehn Jahren ist Beraterin Wiebke Hendeß kompetente und engagierte Ansprechpartnerin für alle Fragen rund um das Studium mit Behinderung oder chronischer Krankheit.

Die 37-jährige Beraterin, die in Oldenburg Biologie studiert hat, sitzt selbst im Rollstuhl und kannte daher die Situation des Studiums mit Behinderung vorher schon aus ganz eigener Anschauung. Begleitend zu ihrer Tätigkeit hat Wiebke Hendeß eine Ausbildung im Peer Counselling gemacht: „Dabei habe ich mich noch einmal intensiv mit meiner eigenen Behinderung auseinandergesetzt“, schildert sie. „Das ist eine wichtige Voraussetzung dafür, Gleichbetroffene professionell und dennoch auf Augenhöhe beraten zu können.“ Darüber hinaus setzt sich Wiebke Hendeß auch jenseits der Hochschule in verschiedenen Arbeitskreisen für die Integration behinderter Menschen ein. Als ausgebildete Sexualberaterin für Behinderte hält sie außerdem Vorträge zum Thema Sexualität und Behinderung und bietet in diesem Bereich auch Fortbildungen und persönliche Beratungen an.

Durch diese vielfältigen Aktivitäten kann die Beraterin nicht nur auf viele Jahre der Beratungspraxis, sondern auch auf einen breit gefächerten Erfahrungsschatz zurückgreifen, der sich entsprechend in der Qualität der Beratung niederschlägt. „Mein Ziel ist es, das Bild von Behinderung in der Gesellschaft zu verändern und die Integration in allen Bereichen zu fördern“, macht Wiebke Hendeß deutlich.

Die ganze Hochschule für das Thema Behinderung sensibilisieren

Nicht nur Studierende finden den Weg in die Behindertenberatung, die übrigens auch telefonisch oder per E-Mail möglich ist. „Zu mir kommen auch Schulabgänger oder deren Eltern, die wissen möchten, ob ein Studium mit Behinderung überhaupt zu leisten ist“, berichtet die Beraterin. „Dabei wissen die meisten im Vorhinein nur wenig über die Hilfen und Nachteilsausgleiche, die behinderten Studierenden zustehen.“ Hier liegt denn auch einer der Beratungsschwerpunkte von Wiebke Hendeß: Studierende oder Studieninteressierte darüber aufzuklären, welche Möglichkeiten ihnen das Studium erleichtern können. Zugleich bemüht sie sich um die Kontaktaufnahme auch zu Lehrenden an den Hochschulen, die sie für das Thema Behinderung oder chronische Krankheit sensibilisieren möchte. „Erst wenn ein Dozent weiß, welche Probleme etwa hörbehinderte Studierende in der Veranstaltung haben können, kann er sich darauf einstellen“, nennt Wiebke Hendeß als Beispiel.

Der Großteil der studentischen Anfragen bezieht sich auf Studienorganisation, finanzielle Themen und Behinderungsbewältigung. Hier zeigt sich deutlich, dass



Vielfältig für die Integration von Behinderten engagiert: Beraterin Wiebke Hendeß

Beratung für behinderte und chronisch kranke Studierende

BeratungsCenter Uhlhornsweg
Raum M 1-131
Tel. 0441/798-2797
behindertenberatung@sw-ol.de

Sprechzeiten:

Mo & Do 13-15 Uhr
Mi 10-12.30 Uhr

www.studentenwerk-oldenburg.de/behinderte

→ Weiter auf Seite 2



Beratung auf Augenhöhe

Fortsetzung von Seite 1

Wiebke Hendeß nicht nur die entsprechenden Paragraphen kennt, die die Förderung behinderter Studierender zulassen, sondern in den Rat Suchenden immer den ganzen Menschen sieht. So hilft sie bei Bedarf auch Studierenden, die auf Assistenz angewiesen sind, eine entsprechende Hilfe zu finden, oder aber sie kann Tipps zur Förderung von behindertengerechtem Wohnen geben. „Oft ermutige ich die Rat Suchenden auch, neue Wege zu gehen, etwas zu wagen, was sie sich vorher vielleicht nicht zugetraut hätten“, erzählt Wiebke Hendeß.

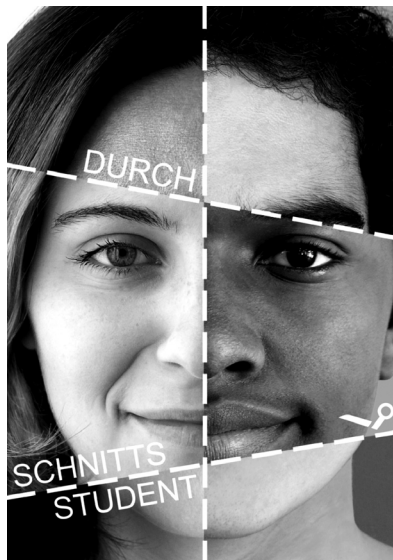
Sprechstunde in Emden am 26. Mai

Persönlich ist die Beraterin regelmäßig in Oldenburg montags, mittwochs und donnerstags zur Sprechstunde anzutreffen. In den Hochschulorten Emden und Wilhelmshaven bietet sie mehrmals im Jahr Sprechstunden an, so das nächste Mal am 26.5. von 10 bis 15 Uhr in Emden. Hier ist sie im Raum G 102 von 10 bis 12 Uhr zur offenen Sprechstunde (ohne Anmeldung) anzutreffen, anschließend finden Beratungen nach vorheriger Vereinbarung statt. Die Anmeldung ist vorher telefonisch oder per E-Mail möglich, Infos dazu finden sich im Kasten auf Seite 1. Wer sich am selben Tag kurzfristig anmelden möchte, erreicht sie unter Tel. 04921/ 807 11 70.

Gesucht: der Durchschnittsstudent

Neue DSW-Sozialerhebung startet jetzt

So sah es bisher aus: Zwei Drittel der Studierenden jobben nebenher, 90% werden von ihren Eltern finanziell unterstützt, 83% gehen mindestens einmal die Woche in die Mensa, ein Viertel wohnt in einer WG. Mit der neuen Sozialerhebung, in Auftrag gegeben vom Deutschen Studentenwerk (DSW), soll überprüft werden: Stimmt dieses Bild des „Durchschnittsstudenten“ noch? In diesen Tagen erhalten bundesweit 75.000 zufällig ausgewählte Studierende den Fragebogen.



Das Studentenwerk Oldenburg ruft alle Studierenden, die den Fragebogen erhalten, dazu auf, ihn unbedingt auszufüllen und zurückzuschicken. „Denn“, so Geschäftsführer Gerhard Kiehm, „je mehr Antworten ausgewertet werden können, desto realistischer fällt das Bild von der Gesamtheit der Studierenden aus.“ Und das führt wiederum mindestens mittelfristig zu Verbesserungen der sozialen Lage von Studierenden: „Nur wenn ich empirisch belegen kann, dass viele Studierende arbeiten müssen, um ihr Studium zu finanzieren, kann ich glaubwürdig für ein besseres BAföG argumentieren“, gibt etwa Christian Berg, Vizepräsident des DSW – und selbst noch Student – zu bedenken.

Besonders wichtig ist in der aktuellen Sozialerhebung: Wie sehr belasten die Studiengebühren, die neben Niedersachsen noch fünf weitere Bundesländer erheben, den studentischen Geldbeutel? Und: Welchen Studienaufwand müssen Bachelor-Studierende betreiben? „Gerade Studierende, die sich von diesen Punkten besonders betroffen fühlen, können ihre Situation verbessern helfen, indem sie den Fragebogen ausfüllen“, fasst Kiehm noch einmal zusammen.

Impro, Kabarett, Theater

Frühlingshaftes Kulturprogramm

Biergarten wird überschätzt: Der Wonnemonat Mai lockt mit kurzweiligem Theater- und Kabarettprogramm ins unikum. Improtheater, starke Frauen des Kabarett und der König der deutschen Polit-Parodie, Reiner Kröhnert, beehren die Studentenwerksbühne. Außerdem sucht das Kulturbüro noch Akteure für die Offene Bühne am 4.6.

Martina Schwarzmann, Trägerin des Deutschen Kabarettpreises 2008, kommt am 7.5. mit ihrem rotzfrech-bayrischen Programm „So schee kons Lebn sei!“ ins unikum. Am 15.5. betritt Lioba Albus die Bühne: „Mit heißem Herzen“ sortiert sie als unerschütterlicher Liebescoach das pralle Liebesleben. Egal ob 20 oder 70: Liebeskummer kann dich in jedem Alter erwischen, und unversehens bist du eine Runde weiter ...

Ein Theatersport-Match erster Güte erwartet die Zuschauer am 22.5.: „Wat ihr wollt“ Oldenburg empfängt „Instant Impro“ Bremerhaven im unikum-Stadion. Monatelang haben die Fans der beiden Mannschaften auf dieses Zusammentreffen gewartet, La-Olas trainiert und Schlachtrufe geübt. Jetzt endlich kommen sie in den Fanblöcken zum Einsatz, wenn es wieder heißt: „Fünf, vier, drei, zwei, eins – los!“

Vom Mauerblümchen aus der Uckermark zur Femme fatale der Weltpolitik: Das ist kurz zusammengefasst der Werdegang von Kanzlerin Angela Merkel aus der Sicht des Kabarettisten Reiner Kröhnert. Mit seinem Programm „Königin der Macht“ kommt er am 28.5. ins unikum und begeistert auch diesmal wieder mit seinen verblüffenden, treffsicheren Parodien der Berliner Politwelt.

10-Minuten-Acts für Offene Bühne gesucht

Bis zum 15.5. können sich noch Tänzerinnen, Schauspieler, Musikerinnen, Clowns, Kammläuser oder Flohziirkusbetreiber im Kulturbüro des Studentenwerks für eine 10-Minuten-Performance auf der Offenen Bühne melden. Sie findet in diesem Jahr am 4. Juni statt und vereint wie immer Kurzauftritte von Newcomern, die sich schon immer mal einem etwas größeren Publikum vorstellen wollten. Info und Anmeldung unter Tel. 0441/798-2658.

Und noch ein Blick in den Juni: Am 6.6. steht schon das nächste hochkarätige Improtheater-Match an: „12 Meter Hase“ OL gegen die „Taubenhaucher“ Köln. Und ab 13.6. erforscht das Uni Theater in einer neuen Produktion das Phänomen Superhelden. Spiderman, Catwoman oder Superman: Wer wollte nicht mal in deren Haut schlüpfen? Danach kann man dann immer noch in den Biergarten ...



Rat in Liebesdingen? Fragen Sie Frau Lioba. Am 15.5. im unikum!

Weitere Infos und Karten unter www.studentenwerk-oldenburg.de/kultur

„Studentenbuden“

Wie leben Studierende 1969 – 2009 – 2029?

Einen Ausflug in das studentische Wohnen der Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft bieten die „Studentenbuden“, die ab Mitte Mai im Auftrag der Stadt Oldenburg in der Innenstadt aufgebaut werden. Am 23.5. ist auch das Studentenwerk mit einem Infostand vertreten.

An dem Stand in der Haarenstraße können Interessierte sich allgemein über die Angebote und Dienstleistungen des Studentenwerks informieren oder auch gezielte Fragen zum studentischen Wohnen stellen. Zwei Mitarbeiterinnen der Abteilung für studentisches Wohnen stehen dort für Informationen rund um Zimmer, Appartements und WGs zur Verfügung. Außerdem können die Besucher etwas über die Entwicklung des studentischen Wohnens im Bereich des Studentenwerks erfahren.





Brain Gym – was ist das?

Gehirnaktivität stärken & besser lernen

Wer kennt das nicht: Nach stundenlangem Lernen ist der Kopf völlig zu, nichts will sich mehr in den grauen Zellen festsetzen, Kaffee hilft schon längst nicht mehr. Was also tun? In der Psychosozialen Beratungsstelle (PSB) Oldenburg können Studierende am 5. Juni im Rahmen des Programms „Starker Start ins Studium“ die Methode „Brain Gym“ kennen lernen. Aber was ist das eigentlich?

Zunächst einmal muss ein grundsätzliches Missverständnis ausgeräumt werden: „Brain Gym hat absolut nichts mit Gehirnjogging zu tun“, stellt Beraterin Gisela Runte, die den Workshop leitet, klar. Stattdessen versteht man darunter gezielt wirkende Körperübungen, die leicht durchzuführen und vor allem leicht zu erlernen sind. Sie stellen einen gesunden Ausgleich zur reinen Kopfarbeit dar. „Aber die Übungen sind nicht nur als Ausgleich zum Lernen gedacht“, schildert Gisela Runte, „sondern sie sind so gewählt, dass sie außerdem einen positiven Einfluss auf die Gehirnaktivität ausüben.“

Leichter lernen durch einfache Körperübungen

Wer weiß schon, dass bereits Kaugummikauen eine kurzfristige Steigerung der geistigen Kapazität bewirkt? Noch besser ist regelmäßige Bewegung oder aber der Einsatz gezielter „Brain-Gym“-Übungen, wie sie im PSB-Workshop vorgestellt werden. Eine Vielzahl von Studien belegt deren deutlich positive Wirkung auf unsere geistige Leistungsfähigkeit. So unterstützen die Übungen beispielsweise die Verbindung der linken und rechten Gehirnhälfte. „Dadurch wird es leichter, die gelernten Details in einen größeren Zusammenhang zu stellen“, erläutert Gisela Runte den Hintergrund. Auch die Konzentrationsfähigkeit kann durch „Brain Gym“ gezielt verbessert werden. Der Workshop am 5. Juni vermittelt die wichtigsten Übungen, die kinderleicht zu erlernen und problemlos in den Alltag zu integrieren sind.

Der Workshop wird, wie das gesamte Programm „Starker Start ins Studium“, aus Studienbeiträgen finanziert und ist daher kostenfrei! Mehr Infos über das Programm im Sommersemester gibt es im Internet unter www.studentenwerk-oldenburg.de/psb.

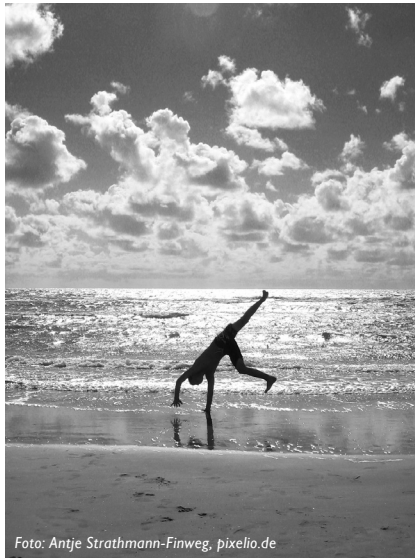


Foto: Antje Strathmann-Finweg, pixelio.de

Brain Gym

Workshop am 5.6.09, 9-12 Uhr

Leitung: Gisela Runte

Anmeldung: Tel. 0441/798-4400

psb@uni-oldenburg.de

Die PSB ist eine Kooperationseinrichtung von Studentenwerk und Universität Oldenburg.

Impressum: V.i.S.d.P.: Studentenwerk Oldenburg, Uhlhornsweg 49-55, 26129 Oldenburg, www.studentenwerk-oldenburg.de, Redaktion: Tanja Küddelsmann

Kulturabend international

Wohnheimtutoren laden am 15.5. ein

Bauchtanz, Bollywood, westafrikanische Musik, Leckereien aus aller Welt und vieles mehr: Am 15. Mai startet in der Wohnanlage Schützenweg wieder der große internationale Kulturabend, organisiert von den Wohnheimtutoren des Studentenwerks. Der Eintritt ist frei!

An diesem Abend verbinden sich Show, Party und leckeres Essen zu einer unvergesslichen Einheit: Ein großes (kostenloses!) Buffet mit vielen Spezialitäten vom gesamten Globus lädt zum Schmausen ein, daneben gibt es vielfältige Showeinlagen, etwa chinesischen Schleiertanz, orientalische Live-Musik oder einen Feuertanz. Ein Perkussions- und Tanzensemble heizt den Gästen mit westafrikanischer Musik ein, und eine Bollywood-Showeinlage entführt sie in die bunte Welt von 1001 Nacht. Darüber hinaus gibt es Party. Der Abend beginnt um 20 Uhr. Und das Beste: Der Eintritt ist frei!

