

Blau PAUSE

STUDENTENWERK
OLDENBURG

OKTOBER 2010

In dieser Ausgabe:

- Studienfinanzierungsberater informiert
- ARD-Themenwoche „Essen ist Leben“
- Neue Kita am 1.10. eröffnet
- Mensa Emden: Anders wählen

Angebote rund ums Studium

Wohnen, Finanzierung, Essen und mehr

Das Studentenwerk Oldenburg begrüßt Sie herzlich zum Studienbeginn und zum Wintersemester 2010/11 an den Studienorten Oldenburg, Emden, Wilhelmshaven und Elsfleth. Wir sind für Sie da, wenn es um Wohnen oder Studienfinanzierung geht, wenn Sie zwischen den Veranstaltungen Hunger bekommen oder einen Kaffee brauchen, aber auch, wenn Sie Kinderbetreuung oder Beratung benötigen oder Ihnen der Sinn nach Kultur steht.

Anders als die Hochschulen, die für den Lehrbetrieb zuständig sind, kümmert sich das Studentenwerk um soziale Belange rund um das Studium. Das Studentenwerk Oldenburg mit seinen rund 250 MitarbeiterInnen ist für die Studierenden in Oldenburg, Emden, Wilhelmshaven und Elsfleth da – das sind etwa 20.000 Menschen mit vielen verschiedenen Fragen und Bedürfnissen.

Wir bieten Ihnen insgesamt 16 **Wohnanlagen** für Studierende mit ganz unterschiedlichen Wohnformen und Entfaltungsmöglichkeiten. Bei Hunger und Durst sind Sie in unseren **Mensen und Cafeterien** richtig, die wir an jedem Standort betreiben.



Und wenn Sie **BAföG** beantragt haben, sind Sie schon mal mit uns in Kontakt gekommen: Denn das BAföG-Amt in Oldenburg bearbeitet alle Anträge von Studierenden im niedersächsischen Nordwesten und berät Sie in Oldenburg, Emden und Wilhelmshaven.



Studierende mit Kindern unterstützen wir durch derzeit insgesamt drei **Betreuungseinrichtungen** in Emden und Oldenburg. Ein weiterer wichtiger Schwerpunkt unserer Arbeit ist die **Beratung** Studierender: In Oldenburg, Emden und Wilhelmshaven bieten die Psychosozialen Beratungsstellen Studierenden Hilfestellung bei jeder Art



von persönlichen oder studienbedingten Problemen, daneben beraten in Oldenburg ein Studienfinanzierungsberater, ein Sozialberater und eine Beraterin für behinderte und chronisch kranke Studierende. Last but not least versüßen wir (nicht nur) Studierenden den Alltag mit **Theater und Kabarett** auf der hauseigenen Bühne unikum.



Unser Tipp zum Studienbeginn: Wenn Sie Fragen haben, fragen Sie – je mehr, desto besser. Im Studentenwerk stehen Ihnen kompetente Ansprechpartner dafür zur Verfügung! Unter www.studentenwerk-oldenburg.de finden Sie alle entsprechenden Personen, Öffnungszeiten und viel Aktuelles rund um unsere Themen.

Studentenwerk Oldenburg auf einen Blick:

- Wohnanlagen
- BAföG: Beratung und Antragsbearbeitung
- Mensen und Cafeterien
- Beratung: Studienfinanzierungsberatung Sozialberatung Behindertenberatung Psychosoziale Beratung
- Kinderbetreuung
- Kultur

www.studentenwerk-oldenburg.de
info@sw-ol.de



Finanzierung unsicher?

Vorträge und Beratung in Oldenburg, Emden und Elsfleth

Haben Sie Fragen zur Studienfinanzierung? Nicht zuletzt die Studiengebühren stellen viele Studierende vor finanzielle Probleme. Das Studentenwerk Oldenburg bietet allen Betroffenen, die Probleme mit der Finanzierung ihres Lebensunterhaltes haben, eine kompetente Beratung an. Im Oktober stellt sich Studienfinanzierungsberater Jens Müller-Sigl den Studierenden der Universität Oldenburg und der FH-Standorte Emden und Elsfleth in verschiedenen Veranstaltungen vor und informiert über Fragen der Studienfinanzierung.

Ziel der objektiven, neutralen Beratung ist es, die Deckung der Lebensunterhaltskosten des Studierenden zu erreichen. „Bevor Studien- und Bildungskredite in Betracht gezogen werden, überprüfe ich eine eventuelle BAföG-Berechtigung und weise auf Stipendien und Nebenjobs hin“, so Herr Müller-Sigl.

Er lädt die Studierenden der FH am **Standort Elsfleth** dazu ein, sich am 12. Oktober 2010 ab 14.00 Uhr einen Überblick über die Studienfinanzierungsmöglichkeiten zu verschaffen und steht ihnen anschließend Rede und Antwort. Am **FH-Standort Emden** findet am 19. Oktober zwischen 9 und 15 Uhr ein Sprechtag im Servicebüro des Studentenwerks statt. Termine für Einzelgespräche sollten dabei im Vorfeld per Mail vereinbart werden: studienfinanzierung@sw-ol.de.

Studierende der **Universität Oldenburg** bekommen schließlich am 21. Oktober 2010 im Bibliotheksaal Uhlhornsweg die Gelegenheit, an dem Vortrag „Alles Wichtige zu BAföG und anderen Geldquellen“ teilzunehmen und sich über wichtige Fragestellungen zu diesem Thema zu informieren. Herr Müller-Sigl steht darüberhinaus an vier Tagen der Woche im BeratungsCenter im Mensagebäude Uhlhornsweg für persönliche Beratung zur Verfügung.

Vortragstermine:

Elsfleth: Di, 12. Oktober 2010,
ab 14 Uhr im Raum C2

Emden: Di, 19. Oktober 2010,
9.00-15.00 Uhr im Servicebüro des
Studentenwerks, im Mensagebäude

Oldenburg: Do, 21. Oktober 2010,
10.00-11.00 Uhr im Bibliotheksaal
Uhlhornsweg

www.studentenwerk-oldenburg.de/finanz



Skurril: „Die Spielverderber“

Premiere am 30. Oktober 2010 um 20.00 Uhr

Eine Prise Kultur gefällig?

Weltverbesserer und Spielverderber im Oktober auf den Bühnen des Unikum

Den Kulturhungrigen bietet das Studentenwerk Oldenburg im Oktober gleich doppelt hochkarätige Unterhaltung. Das Programm auf den zwei studentenwerkseigenen Bühnen des Unikum steht dabei ganz im Zeichen von Weltverbesserern, Spielverderbern und solchen, die es werden wollen.

Am Freitag, dem 29. Oktober attackiert **Hubert Burghardt** unter dem Titel „Weltverbesserer“ mit politischem Kabarett die Zwerchfelle der Besucher. Dabei müssen sich vor allem selbsternannte Weltverbesserer wie Politiker, Börsenexperten und die Medienwelt seiner kritischen Betrachtungsweise unterziehen.

In eine andere Welt voller menschlicher Abgründe entführt das Theaterstück „**Die Spielverderber**“ von Michael Ende. Eine Gruppe höchst unterschiedlicher Hinterbliebener soll in einem bizarren Schloss eine lukrative Erbschaft antreten, allerdings bekommt jeder von ihnen lediglich ein Fragment des Testaments. Gemeinsam sollen sie das Wesen des mysteriösen Erbes erkennen, werden aber von Neid, Missgunst und Dummheit in ein dramatisches Ende geleitet. Die Premiere findet am Samstag, dem 30. Oktober um 20.00 Uhr auf Bühne 2 des Unikum statt. Weitere Termine sind 5., 9., 11., 13., 16., 19. und 20. 11.

Karten:

Vorbestellung unter
Tel. 0441/798-2658

unikum@sw-ol.de

Online selbst ausdrucken:

www.studentenwerk-oldenburg.de/kultur

(nur für Kabarett)

Auf die Plätze, fertig, los!

PSB bietet Studierenden „Starthilfen“

Module, Hausarbeiten und Prüfungen, dazu noch Nebenjob oder Familie: Wie kann man das alles schaffen? Die von Universität und Studentenwerk gemeinsam betriebene Psychosoziale Beratungsstelle (PSB) unterstützt Studierende dabei, all diese Herausforderungen von Anfang an erfolgreich zu meistern.

Unter dem Titel „Starthilfen“ werden mögliche Strategien gegen Druck und Dauerstress im Rahmen eines kostenlosen Programms aus Vorträgen, Workshops und Einzelcoachings vorgestellt. Das Angebot umfasst unter anderem Motivationstraining, Zeitmanagement und Prüfungsvorbereitung, aber auch Entspannungsübungen, Mentaltraining und Brain Gym. Gleich ab Montag, dem 25.10. beginnt wieder der mittägliche Kurs „Entspannung“: Hier können Studierende ohne Anmeldung 45 Minuten vom Studienalltag abschalten und sich erholen.

Für die Workshops und Einzel-Coachings sind generell Anmeldungen erforderlich, die im Sekretariat der PSB entgegengenommen werden: psb@uni-oldenburg.de. Für Vielbeschäftigte gibt es an mehreren Terminen anmeldefreie Kurzeinführungen zu relevanten Themen im Studienalltag. Und noch eins: Durch die Finanzierung aus Studienbeiträge sind die Angebote der „Starthilfen“ durchweg **kostenfrei**.



Foto: Rainer Sturm / pixelio.de

Allein ins kalte Wasser? Oder doch besser mit Starthilfen?

Info: www.studentenwerk-oldenburg.de/psb

„Essen ist Leben“

NDR zu Gast beim Studentenwerk

Im Rahmen der ARD-Themenwoche „Essen ist Leben“ findet in den Mensen des Studentenwerks Oldenburg von 23. bis 28. Oktober eine Aktionswoche rund um das Thema Ernährung statt. Der Schwerpunkt liegt dabei auf der regionalen, saisonalen und ökologischen Ausrichtung im Mensa-Angebot des Studentenwerks.

Während der gesamten ARD-Themenwoche werden im Ersten, den dritten Programmen sowie arte, 3sat und Ki.Ka täglich Sendung ausgestrahlt, die sich mit dem Thema Ernährung befassen, und zwar im ganzen Spektrum von Anbaubedingungen über Hunger, Fettleibigkeit und Gesundheit bis zu Lebensmittelwerbung oder „Shopping für den Klimaschutz“.

Am 28.10. großer Aktionstag mit Kochshow und Buffet

Alle Mensen des Studentenwerks richten während der Aktionswoche in ihrem Angebot das Augenmerk auf saisonale Produkte aus regionaler und ökologischer Erzeugung. Am Donnerstag, dem 28.10. bietet die Mensa Uhlhornsweg als Höhepunkt der Woche einen speziellen Aktionstag: Ein großes Buffet, das Gerichte mit Früchten und Gemüse der Saison präsentiert, lädt zum Probieren ein, und bei einer Kochshow können die Gäste dem Koch Michael Niebuhr von der Firma Split Food in die Töpfe schauen. Für Information und Unterhaltung sorgen ein Marktplatz mit bunten Ständen von Lebensmittel-Lieferanten, Comedian Jörg Hemmen und das Jazz-Duo Tammo Pitters und Jann Poppen. Außerdem können sich die Gäste in der Cafeteria Uhlhornsweg auf Obstkuchen aus der hauseigenen Konditorei und eine Salatbar mit saisonalem Angebot freuen.

Die ganze Woche über soll es jedoch in allen Mensen schwerpunktmäßig Früchte der Saison geben. „Dabei wollen wir das Augenmerk auf Produkte lenken, die selten verarbeitet werden“, erläutert Johannes Hemmen, Chef der Hochschulgastronomie im Studentenwerk Oldenburg. Dazu gehören so exotisch klingende Gemüsesorten wie Topinambur, Postelein oder Pastinaken, aber auch Kürbis, Chicorée und Mangold.



Topinamburblüte: Wer weiß schon, dass man die Knollen dieser Blume essen kann?

Impressum:

BlauPause

Infomagazin des Studentenwerks Oldenburg
V.i.S.d.P. Studentenwerk Oldenburg, Uhlhornsweg
49-55, 26129 Oldenburg

Redaktion: Tanja Küddelsmann, Ted Thurner,

Mitarbeit: Mario Hoppmann

info@sw-ol.de

Eltern studieren entspannt

Kita Uni-Campus nimmt Betrieb auf

Studierenden mit Kindern wird der Alltag ab sofort deutlich erleichtert, denn die Kindertagesstätte auf dem Uni-Campus am Uhlhornsweg hat seit dem 1. Oktober ihre Pforten geöffnet.

Als Ergänzung zur Kinderkrippe Huntemannstraße und der flexiblen Nachmittagsbetreuung werden ab sofort weitere 45 Kinder bis 3 Jahre und 25 Kindergartenkinder in der neuen Einrichtung betreut. Die Betreuung ist von 7.30 bis 16.30 Uhr möglich, für Kindergartenkinder auch bis 18 Uhr.

Auch die günstige Lage direkt auf dem Uni-Campus trägt dazu bei, dass Studium und Kinder sich für mehr studentische Eltern noch besser vereinbaren lassen. Wer allerdings aktuell einen Platz für sein Kind sucht, muss sich vorerst gedulden: Derzeit sind alle Plätze belegt, die Anmeldung neuer Kinder ist wieder im Januar 2011 möglich.

Ansprechpartnerin bei Fragen:

Silke Wolf
Leiterin der Kita Uni-Campus
E-Mail: kita.uni-campus@sw-ol.de



Tellergericht sagt tschüss

Anders wählen in der Mensa Emden

Seit dem 20.9. wird in der Mensa Emden die Ausgabe von Tellergerichten durch die freie Zusammenstellung einzelner Komponenten ersetzt. Gleichzeitig wird die Preisstruktur angepasst, so dass das Essen meist sogar günstiger wird.

Beispielsweise sind nun Fleisch, Fisch oder Aufläufe als Hauptgerichte auf einzelnen Tellern zu bekommen. Diese können die Gäste dann durch eine individuell passende Auswahl von Beilagen in Schälchen ergänzen. Es ist natürlich auch möglich, auf das Hauptgericht zu verzichten und nur die Schälchen zu kaufen. ;-)

Eine einzelne Beilage kostet 45 Cent, während der Preis für Desserts von 45 auf 30 Cent verringert wird. Durch die nunmehr erhöhte Flexibilität und gleichzeitig kostengünstigere Preisstruktur kann man sich das Essen in der Mensa Emden nun doppelt so gut schmecken lassen.

Durchblick gesucht?

Der Semesterplaner 2010/11 des Studentenwerks verhilft allen bisher planlosen Studierenden zum klaren Durchblick.

Für nur 1 Euro enthält der Planer mit eigenen Ausgaben für Oldenburg, Emden und Wilhelmshaven neben einem Kalendarium von September 2010 bis Ende 2011 jede Menge nützliche Tipps und Adressen rund ums Studium. Außerdem im Preis enthalten: Ein Kultur- und Freizeitführer durch die Region sowie Gutscheine angesagter Clubs, Lokale und Geschäfte in Oldenburg. Erhältlich ist der Planer in allen Mensen und Cafeterien des Studentenwerks sowie in einigen Buchhandlungen.

Jobben im Studium: Fehler vermeiden

Am Donnerstag, dem 21. Oktober bietet Heiko Groen, Sozialberater des Studentenwerks, einen Vortrag zum Thema Jobben während des Studiums an.

Die wenigsten Studierenden sind sich der möglichen Auswirkungen eines Nebenjobs auf Kindergeld, Krankenversicherung und BAföG bewusst. „Jobben soll sich lohnen, daher sollte man alle Konsequenzen kennen“, gibt Groen zu bedenken. Der Vortrag richtet sich vor allem an Erstsemester und findet zwischen 11 und 12 Uhr im Bibliotheksaal am Uhlhornsweg statt.



1€