

## Alle Infos für 1 Euro

### Planer gerade für Erstsemester hilfreich

Seit Jahren bewährt, immer aktuell und randvoll mit Infos rund ums Studium: So präsentiert sich der Semesterplaner des Studentenwerks Oldenburg. Neu in diesem Jahr ist der Preis: Die Ausgaben für sämtliche Standorte kosten nur noch 1 Euro.

Gerade Erstsemester profitieren von dem kompakten Infokalender, denn er enthält nicht nur ein Kalendarium von September 2009 bis Ende 2010, sondern auch viele Tipps und Adressen, die rund um die Hochschule wichtig sind. Das beginnt bei der Wohnungssuche oder dem BAföG-Antrag und setzt sich fort bei Fragen zu Jobben oder Studienfinanzierung aus anderen Quellen. Wichtige Anlaufstellen für Studierende in allen Lebenslagen sind ebenso aufgeführt wie die wichtigsten Fakten zum Studieren mit Kind. Daneben enthält der Semesterplaner einen Kultur- und Freizeitführer durch den gesamten Nordwesten. Die Oldenburger Ausgabe wartet zudem mit attraktiven Gutscheinen für angesagte Clubs, Lokale und Geschäfte auf. Erhältlich ist der Planer in allen Mensen / Cafeterien des Studentenwerks sowie in ausgesuchten Oldenburger Buchhandlungen.

## Neue Beratungszeiten

### Öfter persönliche Beratung im BAföG-Amt

Ab 1. Oktober können Studierende in Oldenburg sich an drei Tagen in der Woche direkt bei ihren SachbearbeiterInnen im BAföG-Amt beraten lassen. Dafür entfällt das Servicebüro im Schützenweg. Die Öffnungszeiten des BAföG-Büros am Uhlhornsweg bleiben unverändert.

„Nicht wenige Studierende haben bisher eine häufigere Möglichkeit zur persönlichen Beratung bei ihren Sachbearbeitern vermisst“, stellt BAföG-Amtsleiterin Stefanie Vahlenkamp fest. „Wir freuen uns, ihnen das jetzt bieten zu können.“ Gleichzeitig beobachtet das BAföG-Amt eine hohe Beratungsfrequenz im BAföG-Büro im BeratungsCenter am Uhlhornsweg. „Diese erfreuliche Entwicklung hat uns dazu bewogen, das Servicebüro am Schützenweg zum 1.10. ganz zu schließen und dafür die persönlichen Sprechzeiten auszuweiten“, erläutert Stefanie Vahlenkamp und setzt hinzu: „Nach wie vor sind die Berater aber auch außerhalb der Sprechzeiten telefonisch erreichbar.“

## Schlemmen zum Start

### Semestereröffnungsbuffet am 22.10.

Lecker ins Semester geht es für alle Gäste der Mensa Uhlhornsweg am 22.10. mit Spezialitäten vom kalt-warmen Buffet. Ob Putenfilet im Senfmantel oder ein ganzer frischer Bio-Lachs, ob Antipasti oder Chili Poppers – hier ist bestimmt für jeden Geschmack etwas dabei.

An der Vorbereitung des Buffets sind auch die sieben Auszubildenden der Mensa tatkräftig beteiligt. Die Zubereitung von Buffet-Gerichten wie Lachsterrine oder Putenspießen in Erdnussauce sind für sie eine willkommene, aber auch wichtige Bereicherung im Arbeitsalltag, denn am Ende der Ausbildung zum Koch oder zur Köchin steht auch für die Mensa-Azubis die reguläre Prüfung durch die Industrie- und Handelskammer. In diesem Sinne können sich die Gäste auf eine abwechslungsreiche Auswahl mit nicht alltäglichen Mensa-Spezialitäten freuen, die am Schluss von köstlichen Desserts wie Roter Grütze oder Tiramisu gekrönt werden. 100 g vom Buffet kosten 1,50 €.



# Blau PAUSE

STUDENTENWERK  
OLDENBURG

In dieser Ausgabe:

- Semestereröffnungsbuffet
- „Starthilfen“ der PSB
- Kita-Bau hat begonnen
- Migration & Bildung
- Semesterplaner 09/10 und vieles mehr

## Herzlich willkommen!

### Studentenwerk hilft in allen Lebenslagen

Das Studentenwerk Oldenburg begrüßt alle Studierenden in Oldenburg, Emden, Wilhelmshaven und Elsfleth herzlich zum Beginn des neuen Studienjahres. Studentenwerk? Was ist das denn? Wahrscheinlich sind wir Ihnen sogar schon über den Weg gelaufen.

In Ihrem Studienalltag begegnen Sie uns auf Schritt und Tritt, denn das Studentenwerk ist neben der Hochschule Ihr zentraler Ansprechpartner, wenn es um alles rund um ein erfolgreiches Studium geht. Wir versorgen Sie nicht nur mit günstigem Essen, sondern bearbeiten auch Ihre BAföG-Anträge oder stellen Ihnen in 16 eigenen Wohnanlagen Zimmer zur Verfügung. Daneben beraten wir Sie zu Themen wie Studienfinanzierung, Studium mit Behinderung, Sozialleistungen oder bei persönlichen und studienbedingten Problemen. In derzeit zwei eigenen Kitas werden 111 Kinder von 0 bis 6 Jahren betreut, und die Abteilung Kultur versorgt Sie mit Kabarett, Comedy und Theater.



### Information auf den Punkt

Unter [www.studentenwerk-oldenburg.de](http://www.studentenwerk-oldenburg.de) finden sie nicht nur aktuelle Nachrichten aus dem Studentenwerk, sondern auch die Mensapläne für alle Standorte, den Überblick über das Kulturprogramm oder Workshops der Psychosozialen Beratung und nicht zuletzt viel Hintergrundinformation zu allen Angeboten. Hier können Sie sich außerdem für ein Zimmer oder Appartement in einer Wohnanlage bewerben und sich BAföG-Bewerbungsformulare herunterladen.

Das neu gestaltete Info-Magazin „BlauPause“ erscheint in der Uni-Vorlesungszeit einmal monatlich. Hier können Sie bequem beim Mittagessen in der Mensa oder bei einem Kaffee in der Cafeteria Termine, Tipps und auch Hintergrundberichte aus allen Bereichen des Studentenwerks Oldenburg lesen.

### Aus „schwarz auf weiß“ wird „BlauPause“

Neuer Name, neuer Look: Das Infomagazin des Studentenwerks Oldenburg hat nicht nur einen neuen Namen, sondern ist jetzt vor allem farbig(er)! Wie vorher im „schwarz auf weiß“ finden Sie ab sofort in der BlauPause die aktuellen Informationen aus allen Bereichen des Studentenwerks in Oldenburg, Emden, Wilhelmshaven und Elsfleth, jetzt aber im feschen Vierfarbdruck. Seit der letzten „Renovierung“ des Infomagazins waren auch bereits sage und schreibe neun Jahre ins Land gegangen, so dass eine Neugestaltung dringend geboten war. Wir hoffen, es gefällt, und wünschen allen Leserinnen und Lesern eine informative Lektüre. Fragen oder Anregungen zur BlauPause? [info@sw-ol.de](mailto:info@sw-ol.de).

### Studentenwerk auf einen Blick:

- Wohnanlagen
  - BAföG: Beratung und Antragsbearbeitung
  - Mensen und Cafeterien
  - Beratung: Studienfinanzierungsberatung, Sozialberatung, Behindertenberatung, Psychosoziale Beratung
  - Kinderbetreuung
  - Kultur
- [www.studentenwerk-oldenburg.de](http://www.studentenwerk-oldenburg.de)  
[info@sw-ol.de](mailto:info@sw-ol.de)

### Die neuen Beratungszeiten:

Persönliche Beratung im BAföG-Amt:

Di - Do 10.00-12.00 Uhr

Di & Do 13.30-15.30 Uhr

BAföG-Büro am Uhlhornsweg:

Mo-Do 12.00-15.00 Uhr

Fr 11.00-14.00 Uhr

[www.studentenwerk-oldenburg.de/bafoeg](http://www.studentenwerk-oldenburg.de/bafoeg)

Tel. 0441/97175-0

## Mensa Elsfleth eröffnet

### Essen mit Hunteblick

Endlich können die FH-Studierenden in Elsfleth sich täglich in einer eigenen Mensa verpflegen: Am 21. September eröffnete das Studentenwerk Oldenburg die Mensa in Elsfleth. Nun können Studierende hier täglich mit Blick auf die Hunte speisen.

Montags bis freitags von 11.30 bis 14 Uhr können die Mensagäste zwischen verschiedenen warmen Gerichten wählen: Eine Pastatheke bietet jeden Tag zwei verschiedene Nudelsorten und zwei Saucen dazu an; daneben können die Gäste sich verschiedene weitere Komponenten nach Lust und Laune zusammenstellen. Der Preis für eine Hauptkomponente (etwa Fleisch oder Fisch) beträgt für Studierende ab 1,50 €, eine Beilage im Schälchen kostet 0,35 €. Die aktuellen Speisepläne für die Mensa Elsfleth finden Sie unter <http://www.studentenwerk-oldenburg.de/speiseplan/elsfleth.php>.

Bereits ab 9 Uhr hält die Mensa für den kleinen Hunger ein Cafeteria-Angebot bereit: Neben Kaffee in verschiedenen Varianten kann man hier verschiedene kalte Getränke, Kuchen, Süßigkeiten, Snacks, Joghurt oder belegte Brötchen genießen.



## Kita nimmt Fahrt auf

### Betreuung direkt auf dem Uni-Campus

Ein freudiges Ereignis, das noch lange in die Zukunft ausstrahlen wird, konnte das Studentenwerk am 10.9.2009 feiern: Die Baustelle für die neue Kindertagesstätte „Uni-Campus“ wurde eröffnet. Ab Herbst 2010 können hier 70 Kinder zwischen 0 und 6 Jahren betreut werden.

Der parlamentarische Staatssekretär im Bundesfamilienministerium, Hermann Kues, erinnerte zu diesem Anlass daran, dass „Bildung bereits in der Kita beginnt“ und freute sich zusammen mit den weiteren RednerInnen über die Initiative des Studentenwerks. So schwärmte auch die kommissarische Universitäts-Präsidentin Dr. Heide Ahrens von einem „Traum, der wahr geworden“ sei.

Der Schwerpunkt der neuen Kita liegt bei der Kleinkindbetreuung: Es wird drei Gruppen für insgesamt 45 Kinder bis 3 Jahre geben, daneben eine Kindergarten-Gruppe mit 25 Kindern. Insgesamt werden sich 11 Fachkräfte um den Nachwuchs kümmern. Übrigens: Nicht nur Studierende und Bedienstete der Universität, sondern auch Eltern ohne Uni-Bezug können ihre Kinder hier anmelden. Infos zur Anmeldung in einer der nächsten Ausgaben der BlauPause und im Internet.



Spatenstich für neue Kita: Inge von Danckelman, Vorstandsvorsitzende des Studentenwerks, Dr. Heide Ahrens, kommissarische Präsidentin der Universität, Lutz Stratmann, niedersächsischer Wissenschaftsminister, Rita Schilling, Erste Bürgermeisterin Stadt Oldenburg, Dr. Hermann Kues, parlamentarischer Staatssekretär im Bundesfamilienministerium sowie Studentenwerks-Geschäftsführer Gerhard Kiehm (v.l.)

## „Warum denn nicht?“

### Studieren mit Migrationsgeschichte

Am 26.10. startet unter dem Titel „Warum denn nicht? Migration & Bildung“ ein neues Projekt, das die Psychosoziale Beratungsstelle mit Geldern des DAAD ins Leben gerufen hat.

Ziel ist es, SchulabgängerInnen und Studierende mit Migrationsgeschichte zu einem Hochschulstudium zu motivieren und ihnen die nötige Unterstützung zum Durchhalten zu geben. Am 26.10. um 14 Uhr findet im PFL die Auftaktveranstaltung des Projektes statt, bei der unter anderem die Bremer Erziehungswissenschaftlerin Prof. Dr. Yasemin Karakasoglu sprechen wird. Weitere Informationen zum Thema unter [www.warum-denn-nicht.info](http://www.warum-denn-nicht.info).

#### Impressum:

##### BlauPause

Infomagazin des Studentenwerks Oldenburg  
V.i.S.d.P. Studentenwerk Oldenburg,  
Uhlhornsweg 49-55, 26129 Oldenburg  
Redaktion: Tanja Küddelsmann, Ted Thurner  
[info@sw-ol.de](mailto:info@sw-ol.de)

## Behindertenberatung

Studierende mit Behinderungen oder chronischen Krankheiten können am 20.10. zur lokalen Sprechstunde der Behindertenberaterin Wiebke Hendeß in Wilhelmshaven kommen.

Von 12 bis 14 Uhr findet eine offene Sprechzeit ohne Voranmeldung statt, ansonsten werden Termine nach Vereinbarung vergeben. In der Beratung, die im Raum L 136 der PSB stattfindet, sind auch Studieninteressierte willkommen. Anmeldung unter Tel. 0441/798-2797 oder [behindertenberatung@sw-ol.de](mailto:behindertenberatung@sw-ol.de).

## unikum: Kultur-Oktober

### Kabarett und Theater-Premiere

Die reguläre Spielzeit der studentenwerkseigenen Bühne unikum startet wie gewohnt im Oktober. Kabarettvorstellungen und Aufführungen des Oldenburger Uni Theaters out stehen auf dem Programm. Daneben gibt es auch Workshops und Kurse für alle Theaterbegeisterten.

Am 22.10. betritt Martina Ottmann die unikum-Bühne. Mit respektlosem Mundwerk und schrägen Liedern entführt die Kabarettistin ihr Publikum in ein politisches Absurdistan.

Am folgenden Tag, dem 23.10., kommt eine der beiden hochkarätigen Improtheatergruppen des out ins unikum: „Wat ihr wollt“ gestaltet einen Abend, der völlig unvorhersehbar und unwiederbringlich ist, denn Improtheater folgt keinem Drehbuch und keiner festgelegten Dramaturgie. Überraschungen garantiert!

„Warteschleife“ heißt die erste out-Premiere dieser Spielzeit. Die „Komödie um Liebe und Tod“, die ab 24.10. gespielt wird, dreht sich um zwei Schutzengel, die einen wichtigen Auftrag zu erfüllen haben: ein Ehepaar zu beschützen, das einen letzten Versuch unternimmt, seine Ehe zu retten ...

Aber nicht nur Theater konsumieren ist möglich: Wer sich aktiv ausprobieren möchte, kann dies in Improtheaterkursen, einer Theaterwerkstatt oder Workshops tun.



„Warteschleife“

Infos & Karten für alle Veranstaltungen gibt es im Kulturbüro des Studentenwerks am Uhlhornsweg (in der Unterführung beim Schwimmbad)

Tel. 0441/798-2658

E-Mail: [unikum@sw-ol.de](mailto:unikum@sw-ol.de)

Karten für die Kabarettveranstaltungen (und nur für sie) auch unter [www.studentenwerk-oldenburg.de/kultur](http://www.studentenwerk-oldenburg.de/kultur). Hier finden Sie auch weitere Infos zu den Aufführungen.

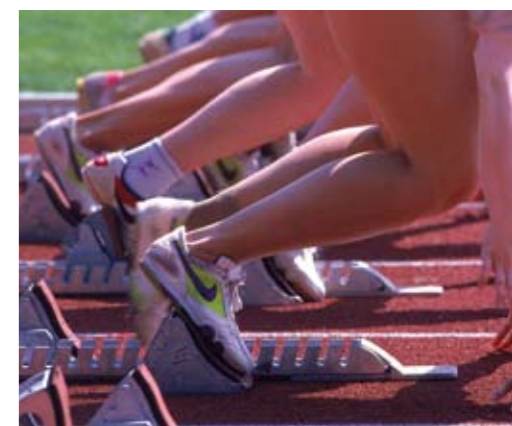
## „Starthilfen“ der PSB

### Stressprävention geht in neue Runde

Leider sind viele Studierende von Stress betroffen. Die Psychosoziale Beratungsstelle (PSB) hat daher ein Programm entwickelt, das mit Workshops, Vorträgen und Einzelcoaching hilft, Stress entweder gar nicht erst entstehen zu lassen oder aber ihn wirksam zu reduzieren.

Wenn ein Termin den nächsten jagt, eine Anforderung die nächste übertrifft und man gar nicht mehr zur Ruhe kommt, ist es Zeit, sich zu fragen, was man dagegen tun kann. „Dauerstress ist eine ernste Gesundheitsgefährdung“, weiß PSB-Leiter Wilfried Schumann. Die Kooperationseinrichtung von Studentenwerk und Universität Oldenburg kann Studierenden mit den „Starthilfen“ viele wirksame Techniken zur Stressprävention an die Hand geben. So beginnt etwa am 19.10. ein fortlaufender Entspannungskurs, der unterschiedliche Methoden vermittelt, die auch zuhause geübt werden können. Daneben gibt es Workshops zu Themen wie Zeitmanagement, Brain-Gym oder Selbsthilfe bei Prüfungsangst, die in jeweils zwei Stunden Sachwissen und Techniken vermitteln.

Generell gilt: Alle Angebote der „Starthilfen“ sind kostenlos, da aus Studienbeiträgen finanziert. Für Workshops und Einzelcoaching ist eine Anmeldung notwendig. Weitere Infos im Faltblatt und auf [www.studentenwerk-oldenburg.de](http://www.studentenwerk-oldenburg.de).



Auf die Plätze, fertig, los: gerne mit Tempo, aber bitte ohne krank machenden Stress.