

# Blau PAUSE

STUDENTENWERK  
OLDENBURG

MAI 2011

In dieser Ausgabe:

- „Starthilfen“ wieder da
- Ökostrom im Studentenwerk
- Zimmer frei im Pferdemarkt
- BAföG-Wiederholungsantrag
- Internationaler Kulturabend und vieles mehr ...

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

## Studentenwerk neu im Web

Endlich ist es soweit: Das Studentenwerk Oldenburg wartet mit einer nagelneuen Website auf. Nach langer Planungs- und Vorbereitungszeit werden die Angebote und Informationen des Studentenwerks jetzt im völlig neuen Look und mit vielen neuen Funktionalitäten präsentiert.

The screenshot shows the new website interface. At the top, there's a navigation bar with tabs for 'Startseite', 'Allgemeines', 'Wohnen', 'Gastronomie', 'Finanzierung', 'Beratung', 'Kinder', 'Kultur', and 'International'. Below this is a search bar and a 'Suche' section. The main content area features a 'Herzlich willkommen' message, a 'Suche' section with a search input, and a 'Termine' calendar. The footer lists contact information for Oldenburg, Wilhelmshaven, and Emden.

Herzstück der neuen Internetpräsenz ist die neu aufgestellte Navigation: Jede einzelne Seite kann jetzt von der Startseite aus erreicht werden. Die Site bietet den NutzerInnen neben den bisherigen Inhalten beispielsweise neue Bildergalerien und komfortablere Möglichkeiten der Wohnungssuche. Ein Terminkalender gibt einen Überblick auf alle anstehenden Veranstaltungen, geordnet nach den Bereichen Kultur, Beratung, Wohnheimtutoren und Kinderbetreuung. Weitere Funktionen, wie etwa ein Forum und eine „virtuelle Mensa-Meckerrolle“, sind in Planung.

Und für alle, die es noch nicht wussten: Das Studentenwerk ist auch auf Facebook vertreten. Wer also die neuesten Infos aus den Mensen oder zum BAföG schnell auf Rechner oder SmartPhone haben möchte: gleich „Gefällt mir“ klicken!

### Wer hat's gemacht?

Der neue Webauftritt des Studentenwerks Oldenburg ist das Produkt des Physikers, Fotografen und Webseitenentwicklers Mario Hoppmann. Der 32-jährige Oldenburger kam zunächst im Rahmen eines Praktikums im Presse- und Öffentlichkeitsreferat zum Studentenwerk. Als Hoppmann vom schon länger bestehenden Plan zur Erneuerung der Website erfuhr, machte er Vorschläge zur Umsetzung und erhielt schließlich den Auftrag, im Rahmen eines Werkvertrages die Site rundum zu erneuern. Wir finden: Es ist gelungen!

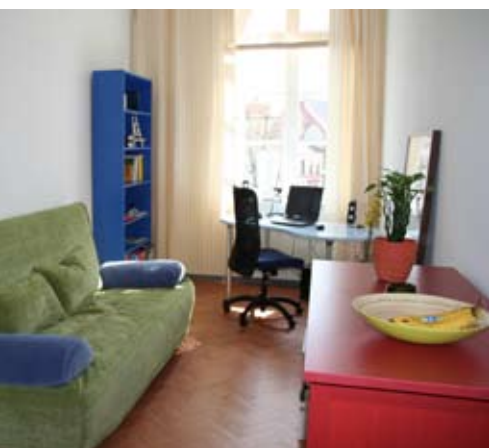


## Zimmer frei zum Sommer

### Pferdemarkt bietet Platz für Studenten

**City- und bahnhofsnah günstig wohnen, das könnte für manchen männlichen (!) Studenten ab 1. Juni oder später wahr werden: In der Wohnanlage Pferdemarkt werden zum 1.6., 1.7. und 1.8. eine Reihe von Zimmern in Doppelappartements und 3-er-WGs frei. Die Miete beträgt 200 bis 220 Euro inklusive aller Nebenkosten.**

„Die Wohnanlage Pferdemarkt ist supergünstig gelegen“, sagt Michelle Houlihan, seit 1. März in der Nachfolge von Else Stolze zuständig für die Vermietung der Zimmer im Pferdemarkt. „Einkaufsmöglichkeiten, Kneipen, Kino – alles ist zu Fuß erreichbar.“ Insgesamt leben in der ehemaligen Infanteriekaserne 301 Studierende in Wohngemeinschaften sowie in Einzel- und Doppelappartements. An der Fachhochschule ist man mit dem Fahrrad in fünf Minuten, zur Uni sind es etwa 12 Minuten. Wer an einem Zimmer interessiert ist oder noch Fragen hat, meldet sich am besten sofort telefonisch bei Michelle Houlihan unter 0441/798-2602.



Gemütlich und citynah wohnen in der umgebauten Pferdemarkt-Kaserne

## Entführung im unikum

### Jetzt: Wonnemonat nicht nur spaßig

**Ein Keller. Ein leerer Stuhl. Karges Licht. Vier Entführer. Ein gefesselter Mann. Was geht hier vor? Licht ins Dunkel dieser Situation bringt das Theaterstück „Der Fall Rautermann“, das am 7.5. auf der studentenerkennungseigenen Bühne unikum Premiere feiert. Neben Theater bietet der Mai im unikum auch Kabarett und die „Offene Bühne“.**

Das „Komitee der gerechten Bürger“ ist es, das Rautermann entführt hat. Ist er wirklich der Kindermörder? Die Entführer wollen ein Geständnis aus ihm herauspressen – vor den Augen der versammelten Internetgemeinde. Anschließend soll der E-Mob über das Schicksal Rautermanns abstimmen dürfen. Doch es kommt alles anders; die Suche nach Wahrheit und Gerechtigkeit entpuppt sich als Grenzerfahrung für alle Beteiligten. Es spielt die Theatergruppe „Probepackung“ aus dem Oldenburger Uni Theater out. Nach der Premiere am 7. Mai wird „Der Fall Rautermann“ von Jürgen Baumgarten noch am 10.5., 13.5., 14.5., 17.5., 20. und 21.5. aufgeführt.

Lockerer als im Entführungskeller geht es am 26.5. bei der „Offenen Bühne“ zu, dem alljährlichen Mitmach-Highlight im unikum. Hier zeigen acht verschiedene Oldenburger Amateur-Künstler, teils zum ersten Mal vor Publikum, was sie können. Ob Comedy, Kleinkunst oder Autorenlesung, hier ist Spaß und Abwechslung garantiert!

### unikum als Lieblingsbühne

Zehn Jahre auf der Bühne, das muss **Andre Eberlei** erstmal jemand nachmachen: Deshalb feiert der bekannte Oldenburger Kabarettist (Bekannt aus „Heul doch I und II“) dieses Jubiläum auf seiner Lieblingsbühne unikum am 28. Mai mit seinem Programm „Der sieht doch noch ganz gut aus“. Darin zeigt er seine Favoriten aus fünf Programm, teils mit Musik, teils auch unterstützt von seiner Duo-Partnerin Jana Fuhrmann.

Freuen können sich Improtheaterfans im unikum auf den 29.5.: Beim **Theatersport**-Abend mit „Danke für die Tür“ bietet die out-Truppe wieder einmal Spontantheater vom Feinsten: Hier ist kein Wort geprobt, keine Szene vorher bekannt und keine Figur abgesprochen – alles entscheidet das Publikum spontan vor Ort. Seien Sie also dabei, wenn es wieder heißt: „Fünf – vier – drei – zwei – eins – los!“



Der „Fall Rautermann“ lässt die Emotionen hochkochen. Ab 7.5. im unikum.

**Karten** zu allen Veranstaltungen im Kulturbüro des Studentenwerks unter Tel. 0441/798-2658.

**Infos** unter [www.theater-unikum.de](http://www.theater-unikum.de)

# „Starthilfen“ wieder da

## Besser studieren mit den richtigen Techniken

Wenn Sie unter Prüfungsangst leiden oder feuchte Hände bekommen, wenn Sie im Seminar etwas sagen sollen, sollten Sie sich zwei Dinge bewusst machen: 1. Sie sind damit nicht allein und 2. Dem kann abgeholfen werden. Denn für diese und viele andere typische Stresssituationen des Studentenlebens gibt es nämlich Angebote der Psychosozialen Beratung (PSB). Unter dem Titel „Starthilfen“ bietet die PSB auch im Sommersemester wieder Workshops und weitere Veranstaltungen für Studierende aller Semester an.

„Unsere Workshops sind so konzipiert, dass Studierende oft schon in zwei Stunden die nötigen Techniken an die Hand bekommen, um etwa Stress zu reduzieren oder ihr Zeitmanagement in den Griff zu kriegen“, erläutert PSB-Leiter Wilfried Schumann. Die Bandbreite der Themen reicht von Mentaltraining über „Sicheres Auftreten“ bis zur Selbsthilfe-Technik Klopf-Akupressur. Daneben hält Wilfried Schumann am 31.5. einen 90-minütigen Vortrag zum Thema Prüfungsangst, der einen Überblick darüber gibt, welche Lernmethoden hilfreich sind und wie Studierende die Stressbelastung in der Prüfung selbst mindern können.

Für die besonders vielbeschäftigten Studierenden bieten die BeraterInnen der PSB noch die Blitzintroduktionen, die in einer Stunde das Wichtigste zu Themen wie Motivation, „Scheitern“ oder Positivem Denken zusammenfassen.

### Einzel-Coaching ergänzt Workshop-Angebote

„Wir bieten aber auch die Möglichkeit des Einzel-Coachings an“, so Schumann. „Hier analysieren wir mit den Studierenden in zwei bis vier Sitzungen Studierverhalten und individuelle Belastungsfaktoren.“ Sinn des Coachings ist es, mit den Studierenden gemeinsam Lösungswege zu erarbeiten, wie sie ihre persönlichen Ziele im Studium erreichen. „Manchmal geht es aber auch darum, unrealistische Ziele zu modifizieren“, weiß Schumann aus langjähriger Beratungserfahrung.

Alle „Starthilfen“-Veranstaltungen finden in den Räumen der PSB (A4 I-133) statt; die einzige Ausnahme bildet der Vortrag am 31.5. im Bibliothekssaal. Für die Workshops und das Einzel-Coaching ist eine Anmeldung erforderlich. Und noch eins: Alle Angebote sind kostenfrei, da aus Studienbeiträgen finanziert!

### Neu: Angebote bald auch in Emden und Wilhelmshaven

Noch in diesem Sommersemester bieten auch die Psychosozialen Beratungsstellen in Emden und Wilhelmshaven Workshops unter dem Motto „Starthilfen“ an. Das genaue Programm erfahren Sie, sobald es feststeht, aus dem Internet sowie aus Aushängen und Flyern vor Ort. Mehr dazu gibt es auch in der nächsten Ausgabe der **BlauPause**.

### „Starthilfen“ im Mai:

Mo, 9.5. 18-20 Uhr in der PSB:  
Workshop: „Zeitmanagement“ **A\***

Fr, 13.5. 10-12 Uhr in der PSB:  
Workshop: „Klopf-Akupressur – Selbsthilfe nicht nur bei Prüfungsangst“ **A\***

Mo, 16.5. 18-19 Uhr in der PSB:  
Blitzintroduktion: „Vom gesunden Umgang mit Rückschlägen“

ab Mi, 18.5. (4 Termine) 10-12 Uhr in der PSB:  
Workshop: „Sicheres Auftreten“ **A\***

Fr, 20.5. 10-15 Uhr in der PSB:  
Workshop: „Selbstmotivierung“ **A\***

Mo, 30.5. 18-20 Uhr in der PSB:  
Workshop: „Mentaltraining“ **A\***

Di, 31.5. 16.15-17.45 Uhr, BIS-Saal:  
Vortrag: „Wie bewältige ich Prüfungen? Die wichtigsten psychologischen Strategien“

**A\***= Anmeldung erforderlich unter [psb@sw-ol.de](mailto:psb@sw-ol.de)

Weitere Infos im Veranstaltungskalender auf [www.studentenwerk-oldenburg.de](http://www.studentenwerk-oldenburg.de)!

Die PSB ist eine Kooperationseinrichtung der Universität und des Studentenwerks Oldenburg.



Es will nicht vorangehen? Dann „Starthilfen“ nutzen! Foto: Juttaschnecke/photocase.com

## An einem Abend um die Welt

Die Wohnheimtutoren und viele internationale Studierende präsentieren auch in diesem Jahr wieder einen großen Internationalen Kulturabend in der Pinte der Wohnanlage Schützenweg. Am 27. Mai können sich die Zuschauer ab 20 Uhr auf Musik, Tanz, Modenschau und natürlich leckeres Essen aus aller Herren Länder freuen.

Wer schon immer mal wissen wollte, wie indisches Lamm-Biryani schmeckt oder wie Musik aus Ghana klingt, kann das und vieles mehr hier kennen lernen. Viele internationale Studierende und zum Teil auch die Tutoren selbst sind auf und hinter der Bühne aktiv, um ein großes und abwechslungsreiches Programm zu schaffen, das die Zuschauer an einem Abend mit allen Sinnen (fast) die ganze Welt erleben lässt.





# Wohnen mit Ökostrom

## Viele Einrichtungen des Studentenwerks schon mit Strom aus regenerativen Energien

Schon seit einiger Zeit prüft das Studentenwerk Oldenburg beim Abschluss neuer Stromverträge regelmäßig, ob der Wechsel zu einem Anbieter von Strom aus regenerativer Erzeugung möglich ist. In den letzten Jahren konnten so für viele Einrichtungen des Studentenwerks bereits Verträge mit Ökostromanbietern geschlossen werden.

In Oldenburg beziehen die Wohnanlagen Campus Appartements, Infanterieweg und Alteneschstraße Strom aus nachhaltigen Energiequellen, ebenso die Wohnanlage Peterstraße in Elsfleth. In Emden werden sogar bereits alle Wohnanlagen sowie die Kindertagesstätte Constantia mit Ökostrom versorgt. Konkret geplant ist zudem die baldige Umstellung der Kita Uni-Campus. Auch bei den weiteren Wohnanlagen strebt das Studentenwerk den Wechsel zu Ökostrom an. Dabei wird nur Strom von konzernunabhängigen Anbietern bezogen, die zu 100% Strom aus regenerativen Quellen erzeugen.

### Bestehende Verträge nicht kurzfristig kündbar

Nicht immer ist der Umstieg auf Ökostrom jedoch problemlos durchführbar. Anders als normale Privatkunden hat das Studentenwerk mit den Energieunternehmen Verträge mit längeren Laufzeiten. „Diese Verträge können wir nicht einfach kurzfristig kündigen. Sie sind für einen festen Zeitraum abgeschlossen und werden nach Ablauf der Vertragsdauer jeweils neu verhandelt“, erläutert Gerhard Kiehm, der Geschäftsführer des Studentenwerks.

Ein weiterer, nicht zu vernachlässigender Faktor sind aber auch die Kosten: Der Wechsel zu einem Ökostromanbieter ist häufig mit deutlich höheren Preisen verbunden. „Wenn wir nun etwa für eine Wohnanlage den teureren Ökostrom beziehen“, so Kiehm, „muss das natürlich von den Mietern bezahlt werden.“ Und weil gerade Studierende ja meist auf die Kosten schauen müssen, muss der Umstieg in so einem Fall genau geprüft werden.

Noch schwieriger ist die Situation in gastronomischen Betrieben des Studentenwerks. „Die Oldenburger Mensen etwa sind direkt in die Stromnetze der Hochschulen eingebunden. Wir haben aber keinen Einfluss darauf, woher Universität und Fachhochschule ihren Strom beziehen“, erläutert Kiehm. Hier kann das Studentenwerk deshalb keine eigenen Verträge mit Stromanbietern abschließen.

Das Studentenwerk bleibt aber kontinuierlich am Ball und prüft jedes Mal die Möglichkeit der Umstellung auf Strom aus erneuerbaren Energiequellen, wenn ein bestehender Vertrag ausläuft. Denn langfristiges Ziel ist für das Studentenwerk der vollständige Wechsel zu Ökostrom mit allen Einrichtungen.



Foto: Kenneth Brockmann / pixello.de

Für manche Studentenwerks-Einrichtungen schon Realität, für andere noch in Planung: Ökostrom

## Mensa: Jodsalz adé

Die Mensaleitung hat Anfang des Jahres beschlossen, den flächendeckenden Gebrauch von Jodsalz in den Mensen wieder einzustellen.

„Wir möchten den Gästen die Gelegenheit geben, selbst zu entscheiden, ob sie Jodsalz zu sich nehmen möchten oder nicht“, erläutert Johannes Hemmen, Leiter der Hochschulgastronomie.

## BAföG-Antrag

Alle Studierenden, die BAföG bekommen und zum Wintersemester einen Wiederholungsantrag stellen wollen, sollten dies bis Ende Mai tun. „Dann können sie davon ausgehen, dass die BAföG-Zahlungen im Herbst lückenlos weiterlaufen“, sagt BAföG-Amts-Leiterin Stefanie Vahlenkamp. Formulare gibt es im BAföG-Amt und über [www.bafög.bmbf.de](http://www.bafög.bmbf.de).

### 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)