10/2025

NEWSLETTERZENTRALE STUDIENBERATUNG





Inhalt

Zentrale Studienberatung

HSE - Heidelberg School of Education

heiSKILLS

Univital

UB Heidelberg

hei_INNOVATION

Stellenangebote bei careerMatch

Weitere Stellenangebote

Liebe Studierende,

mit dem Start ins Wintersemester 25/26 beginnt für viele ein neuer Lebensabschnitt. Egal ob man Studienanfänger:in ist oder nach der vorlesungsfreien Zeit ins neue Semester wiedereinsteigt, mit dieser Ausgabe des Newsletters wollen wir einen Überblick über aktuelle Angebote geben, damit der Einstieg in den Vorlesungsbetrieb allen etwas erleichtert werden kann. Im Fokus steht das Thema mentale Gesundheit: Univital lädt zum Beispiel vom 20. bis 24. Oktober zur Mentalen Gesundheitswoche mit einem vielseitigen Programm ein. Außerdem werden verschiedene Zusatzqualifikationen, die von der HSE angeboten werden und durch Lehramtsstudierende erworben werden können, vorgestellt. Mit den Workshops von heiSKILLS startet man organisiert durch das Semester und bei hei_INNOVATION wird praxisnahes Wissen in Entrepreneurial Skills Modulen vermittelt. Die UB bietet darüber hinaus Kurzführungen für einen schnellen Einstieg in die Bib-Nutzung an.

Wir wünschen einen gesunden und gelungenen Start ins Semester! Eure Zentrale Studienberatung

Zentrale Studienberatung

Mentale Gesundheit – und wie geht es dir so?

Der Sommer ist vorbei, der Herbst ist bereits voll im Gange und das neue Semester steht mit neuen Herausforderungen vor der Tür manchmal kann einem das ganz schön auf die Stimmung schlagen. Unsere mentale Gesundheit ist keine Selbstverständlichkeit – aber super wichtig um gut durch das Studium zu kommen. Im Oktober ist der Welttag der seelischen Gesundheit – also ein guter Anlass auch bei sich selbst einmal zu schauen, ob alles gerade so passt und sich zu fragen: Wie geht es mir eigentlich gerade? Wie geht es meinem Körper? Was brauche ich, um gut und entspannt in das neue Semester zu starten? Vielleicht ist dir aber auch aufgefallen, dass es jmd. im Freundeskreis oder in der Familie nicht so gut geht – aber bisher hast du nicht darüber gesprochen? Nimm den Welttag der seelischen Gesundheit doch zum Anlass auch mit Freunden und/oder in der Familie über das Thema mentale Gesundheit zu sprechen!

Wenn du merkst, dass es bei dir in einigen Bereichen gerade nicht so gut läuft, suche dir auf jeden Fall Unterstützung! Um so früher du aktiv wirst, desto leichter wird es sein, wieder mental fit zu werden. Erste Anlaufstellen für Studierende sind die Psychosoziale Beratung für Studierende und die Zentrale Studienberatung.

Und...sich mental aufzutanken muss nicht immer lange dauern! Im Studienalltag lassen sich kleine Pausen zum mentalen Auftanken leicht einbauen. Schon kleine Atemübungen zwischen den Lehrveranstaltungen können dich direkt entspannen und deinen Puls senken. In der Mentalen Tankstelle der Beisheim Stiftung kannst du verschiedene Videos zu kleinen "Auftank-Übungen" ausprobieren. Der Ratgeber Mental Health von Zeit Campus richtet sich übrigens direkt an Studierende und ist online kostenfrei verfügbar! Dort gibt es viele Infos und Berichte von Studierenden zum Thema Mental Health.

Leitung Christoph Schlomach

Adresse

Seminarstr. 2 69117 Heidelberg

Mail

christoph. schlomach@zuv.uniheidelberg.de

Homepage https://www. uni-heidelberg. de/de/studium/ service-beratung/ die-zentralestudienberatung

Veranstaltungen:

28.10.2025 | 09:00-11:00 Uhr | Heute lege ich los! Auschieben war gestern (Online)

Link: https://www.uni-heidelberg.de/de/studium/service-beratung/heutelege-ich-los-aufschieben-war-gestern

Fortlaufendes Angebot | Bachelor, und was dann? Designe deinen weiteren Weg (Moodle-Kurs)

Link: https://www.uni-heidelberg.de/de/studium/service-beratung/ bachelor-und-was-dann-designe-deinen-weiteren-weg

30.10.2025 | 09:00-17:00 Uhr | Intensivkurs zur Studien- und Berufswahl (Präsenz)

2

Link: https://www.uni-heidelberg.de/de/studium/service-beratung/ angebote-zur-studienorientierung/intensivkurs-zur-studien-undberufswahl

HSE - Heidelberg School of Education Ein herzliches Willkommen (zurück) an alle Lehramtsstudierenden! Das Team der HSE freut sich, Sie mit allen wichtigen Infos zum Start ins Wintersemester zu versorgen – sowohl in der Bachelor- als auch in der Masterphase Ihres Studiums.

Sie wollen als angehende Lehrkräfte fächerübergreifend fit werden für den Schulalltag? Mit den HSE-Zusatzqualifikationen (ZQ) können Sie Ihre Kompetenzen studienbegleitend zu folgenden Querschnittsthemen vertiefen: Informations- und Medienkompetenz, Mehrsprachigkeit im Fachunterricht (Deutsch als Zweitsprache), China-Kompetenz, Nachhaltigkeit, Kulturelle Bildung und Demokratiebildung. Sie können die Lehrveranstaltungen und Selbstlernkurse zeitlich flexibel in Ihr Bachelor- oder Masterstudium integrieren.

Die ZQ Demokratiebildung startet in ihr drittes Pilotsemester: Als Teilnehmende beschäftigen Sie sich mit den Grundlagen der freiheitlich demokratischen Grundordnung oder auch mit Gefährdungspotenzialen wie politischem oder religiös motiviertem Extremismus. Die ZQ beginnt mit einer Ringvorlesung und bietet vielfältige Vertiefungsseminare wie "Interkulturelle Missverständnisse und Konflikte in Schule und Unterricht" oder "Praxis und Methoden der Demokratiebildung in Schule und Unterricht", das von Expert:innen der Landeszentrale für politische Bildung für Sie ausgebracht wird. Wir freuen uns auf weitere Teilnehmende, die sich für ein gelingendes Miteinander in Schule und Gesellschaft einsetzen möchten!

Leitung

Prof. Dr. Silke Hertel (kommissarisch) Dr. Christiane Wienand

Adresse

Voßstraße 2, Gebäude 4330 69115 Heidelberg

Mail

hse@heiedu.uniheidelberg.de

Homepage www.hse-heidelberg.de

Veranstaltungen:

19.11.2025 | 16:15-17:45 Uhr | Auftakt vierteilige Workshop-Reihe "BNE-Ideenschmiede", **Anmeldung bis 14.11.**

Link: www.hse-heidelberg.de/bne-ideenschmiede

3

heiSKILLS Kompetenz- und Sprachenzentrum

Study Skills-Kurse: Fit ins Wintersemester starten

Wir möchten euch noch einmal auf unsere Study Skills-Kurse am heiS-KILLS Kompetenz- und Sprachenzentrum hinweisen. Im Wintersemester 2025/26 erwarten euch wieder zahlreiche Workshops – z. B. zu Zeitmanagement, Motivation und Zusammenarbeit, wissenschaftlichem Arbeiten, Präsentieren sowie zu kritischem Denken, Kommunikation in einer vielfältigen Studierendenwelt und dem Einsatz von KI beim Lernen und Schreiben. Auch für mentale Gesundheit und Wohlbefinden gibt es passende Angebote.

Die Teilnahme ist **kostenlos**, je nach Kurs könnt ihr **1–4 ECTS** im ÜK-Bereich erwerben. Weitere Infos und Anmeldung hier.

Leitung

Prof. Dr. Silke Hertel (komm.)

Adresse

heiSKILLS Bergheimer Straße 20 69115 Heidelberg

Homepage www.heiskills.uni-heidelberg.de/de

Veranstaltungen:

Career Service Kurs: Angewandte BWL–Grundlagenmodul (ECTS-fähig) / 24.10.25, 27.10.25, 07.11.25, 10.11.25 / jeweils 9:00-18:00 Uhr / Online-Kurs / Link: https://www.heiskills.uni-heidelberg.de/de/ueber-uns/career-service/angebote-fuer-studierende-doktorandinnen-und-absolventinnen/kurse-und-informationsveranstaltungen/angewandte-bwl-grundlagenmodul

Students meet company-Infoveranstaltung: **Mint Medical Selling AI in Medicine – How to Navigate an Ever-Changing Market** / 29.10.2025 / 18:15 Uhr / Hörsaalzentrum Chemie INF 252 / Hörsaal Ost / Link: https://www.heiskills.uni-heidelberg.de/de/selling-ai-in-medicine-how-to-navigate-an-ever-changing-market

4

Univital

Mentale Gesundheitswoche

Liebe Studierende,

ihr wollt das neue Semester mental fit durchstarten? Vom 20. – 24.10. haben wir coole Aktionen zum Thema mentale Gesundheit für euch! **MO. 20.**

- 09:00 16:00 | Schlaf Messung | DG ü. d. Marstallcafé
- 11:30 12:00 | Lunchtalk "Alkohol wann wird's riskant?" | online
- 13:00 14:00 | Vortrag "Warum glauben Menschen an Verschwörungstheorien?" | online
- 19:00 21:00 | Film "22 Bahnen" | GLORIA Kino **DI, 21.**
- 09:00 16:00 | Resilienz Messung | DG ü. d. Marstallcafé
- 11:30 12:00 | Lunchtalk "Handeln statt Hadern Schluss mit Prokrastination" | online
- 12:00 13:00 | Vortrag " Rassismus, psychische Gesundheit und Psychotherapie: Einblicke aus dem Forschungsprojekt RaDiGe" | online
- 12:00 14:00 à 20 Min. | Entspannte Pause | Bibliothek Bergheim
- 17:00 18:30 | Vortrag "Mental fit und leistungsstark im Homeoffice" | online
- 19:00 20:30 | Vorstellung Beratungsangebote Mentale Gesundheit Uni Heidelberg | online

MI, 22.

- 09:00 16:00 | Stresstyp Messung | DG ü. d. Marstallcafé
- 11:30 12:00 | Lunchtalk "Allein unter Vielen? Einsamkeit erkennen und überwinden" | online
- 12:00 13:00 | Vortrag "Hilfe? Hürden? Haltung! Warum Rassismuskritik in die Therapie gehört" | online
- 17:00 18:30 | Workshop "Resilienz stärken gut und gelassen durch das Studium" | DG ü. d. Marstallcafé
- 19:00 20:30 | Stand-up Comedy | Marstallcafé

DO, 23.

- 09:00 16:00 | Cardio-Stresstest Messung | DG ü. d. Marstallcafé
- 11:30 12:00 | Lunchtalk "Resonanz statt Routine Glück im Alltag begegnen" | online
- 17:00 18:30 | Vortrag "Healthy sleep: Less rumination at night" (englisch) | online
- 19:00 20:30 | Vorstellung Enthinderungsreferats | Mathematikon SR A FR, 24.
- 11:30 12:00 | Lunchtalk "Resilienz to go" | online
- 12:00 13:00 | Workshop "Entstigmatisierung psychischer Erkrankungen | tba
- 12:00 14:00 à 20 Min. | Entspannte Pause | tba

5

Leitung

Dr. Mona Kellner

Adresse

Im Neuenheimer Feld 700 69120 Heidelberg

Mail

Univital@uniheidelberg.de

Homepage https://univital.uniheidelberg.de/

Mehr Infos:

www.sites.uni-heidelberg.de/de/kalender/mentale-gesundheit-20-24-oktober-2025-10-20

Euer Univital-Team

UB Heidelberg

Kurzführungen in der Universitätsbibliothek: Ein schneller Einstieg

Die Universitätsbibliothek Heidelberg gehört zu den größten wissenschaftlichen Bibliotheken Deutschlands. Als zentrale Einrichtung versorgt sie die Universität mit Literatur und Informationen für Forschung und Lehre in allen Fächern.

Gerade zu Beginn des Studiums kann das breite Angebot an Services und die Vielzahl der Standorte eine Herausforderung darstellen. Besonders das historische Hauptgebäude in der Altstadt beeindruckt nicht nur durch seine Architektur, sondern auch durch seine vielfältigen Räume und Zugänge – hier lohnt sich eine erste Orientierung.

Damit ihr euch schnell zurechtfindet, bieten wir zu Semesterbeginn mehrere Kurzführungen pro Woche an. In 30 Minuten erhaltet ihr einen Überblick über die wichtigsten Bereiche: vom Informationszentrum Altstadt (IZA) über die Ausleihe und das Multimediazentrum (MMZ) bis hin zum Lesesaal. Unsere Guides zeigen euch, wie ihr die Services der UB bestmöglich nutzen könnt, und geben praktische Tipps für den Studienalltag.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich – kommt einfach vorbei! Im Anschluss habt ihr Gelegenheit, eure Fragen direkt an die Guides zu richten.

Alle Termine findet ihr auf der Website der UB unter "Veranstaltungen" sowie auf unseren Social-Media-Kanälen (Instagram, Facebook).

Leitung

Dr. Jochen Apel, Direktor

Adresse

Plöck 107-109 69117 Heidelberg

Mail

ub@ub.uniheidelberg.de

Homepage https://www.ub.uniheidelberg.de/de

Veranstaltungen:

21.10.2025 | 18:15-18:45 Uhr | Kurzführung Hauptbibliothek (Präsenz) Link: https://www.ub.uni-heidelberg.de/de/schulungen-an-der-ub-heidelberg/kurzfuehrung-hauptbibliothek-2025-10-21

Weitere Veranstaltungen und Angebote der UB Heidelberg finden Sie <u>hier</u>...

6

hei_ INNOVATION

Starte mit hei_INNOVATION ins Wintersemester!

hei_INNOVATION ist die Transferagentur der Ruperto Carola – und für Euch als Studierende haben wir einiges im Angebot! Wir unterstützen Euch beim Gründen eigener Startups, vernetzen Euch mit der Gründungscommunity an der Uni Heidelberg und bringen spannende Role Models auf den Campus. Schon bei den ersten Geschäftsideen sind wir an Eurer Seite – und das alles kostenfrei!

Entrepreneurial Skills Module - jetzt anmelden!

Unser Programm für das Wintersemester steht: Mit den Entrepreneurial Skills Modulen könnt Ihr praxisnahes Wissen sammeln, das Euch wirklich weiterbringt. Die Kurse vermitteln Euch unternehmerisches Denken, Innovationskompetenz und Problemlösungsfähigkeiten – Skills, die nicht nur für eigene Projekte, sondern auch für Eure Karriere entscheidend sein können. Belegen könnt ihr die Module als übergreifende Kompetenzen.

Die Module im Überblick:

Entrepreneurship Basics – ab 21. Oktober, dienstags 15–18 Uhr Lernt die zentralen Konzepte des Unternehmertums kennen und entwickelt eigene Geschäftsideen anhand realer Herausforderungen – praxisnah und mit der Design-Thinking-Methode.

Innovation Management – ab 29. Oktober, mittwochs 13–17 Uhr Findet heraus, wie kreative Ideen zu marktfähigen Produkten, Services oder Geschäftsmodellen werden – und vertieft dabei Eure Innovations- und Problemlösungsfähigkeiten.

Disrupt Yourself: Werde Designer*in deiner Zukunft! – ab 7. November, freitags 14–18 Uhr Reflektiert Eure Stärken, Werte und Ziele, vergleicht sie mit den Eigenschaften erfolgreicher Gründer*innen und entwickelt Strategien für Resilienz und persönliches Wachstum – beruflich wie privat.

Alle weiteren Infos findet Ihr hier...

7

Leitung

Dr. Raoul Haschke

Adresse

Hei_INNOVATION HUB Im Neuenheimer Feld 370 69120 Heidelberg

Mail

heiinnovation@uniheidelberg.de

Homepage https://www.uniheidelberg.de/de/ transfer/heiinnovation

Stellenangebote bei careerMatch

Stellenangebote:

Wir suchen Praktikant:innen (m/w/d) in Corporate Communications & Engagement:

Werde Teil des Teams im Bereich Group Communications & Marketing bei der Deutsche Börse Group! Im Fachbereich Corporate Functions, Channels & Engagement tauchst du in die spannende Welt der Unternehmenskommunikation und globalen Corporate Responsibility ein. Wir sind die kreativen Köpfe hinter den Kommunikationsstrategien und Kernbotschaften für unsere Zentralbereiche. Außerdem setzen wir Standards und leiten spannende Initiativen im Bereich Corporate Responsibility und Corporate Citizenship der Gruppe.

Link: https://uni-heidelberg.jobteaser.com/de/job-offers/cb4fd587-9825-4ac7-917c-633958d37aa7-deutsche-borse-group-praktikum-corporate-communications-engagement-w-m-d

Wir suchen eine:n Werkstudent:in im Bereich Eventmanagement und Social Media Marketing (m/w/d)

Du denkst bei einem Verlag an lange Texte, dunkle Anzüge und staubige Aktenschränke? Gib uns die Chance, Dir das Gegenteil zu beweisen! Als modernes Medienhaus arbeiten wir am Standort Heidelberg in einem agilen Arbeitsumfeld und entwickeln gemeinsam die Events von morgen.

Hier arbeitest du eng mit unserem Team sowie externen Partnern, Referenten und Ausstellern zusammen. Vom Start-Up bis zum Bundeskanzler – bei unseren Events triffst du einen bunten Strauß an Persönlichkeiten. All das organisierst Du flexibel aus dem Home-Office und an unserem Standort in Heidelberg.

Link: https://uni-heidelberg.jobteaser.com/de/job-offers/3e42aeab-8a59-4ec9-a943-8eb9abe07201-sudwestdeutsche-medienholding-gmbh-werkstudent-im-bereich-eventmanagement-und-social-media-marketing-m-w-d

8

Weitere Stellenangebote

Studieninformationstag am 19.11.2025: Studierende zur Unterstützung gesucht

Am Studieninformationstag am 19.11.2025 öffnet die Universität Heidel-berg ihre Türen und lädt Schüler*innen ein, die Universität kennenzu-lernen. An diesem Tag gibt es Vorträge, Messestände, Campustouren, Institutsveranstaltungen u. v. m. Der Studieninformationstag wird von der Zentralen Studienberatung und dem Kongress- und Tagungsmanage-ment der Universität organisiert.

Für den Studieninformationstag werden studentische Helfer*innen als Scout oder als Unterstützung für die Hörsaaltechnik gesucht. Einsatzzeit ist (nach Absprache) zwischen 7.30 Uhr und 16.30 Uhr am 19.11.2025; Einsatzort ist auf dem Campus Altstadt, dem Campus Im Neuenheimer Feld und ggfs. auf dem Campus Bergheim. Die Aufwandsentschädigung beträgt 14 Euro pro Stunde. Mehr Informationen und die Möglichkeit zur Kontaktaufnahme mit dem Organisationsteam findet ihr hier.

zurück>>

9