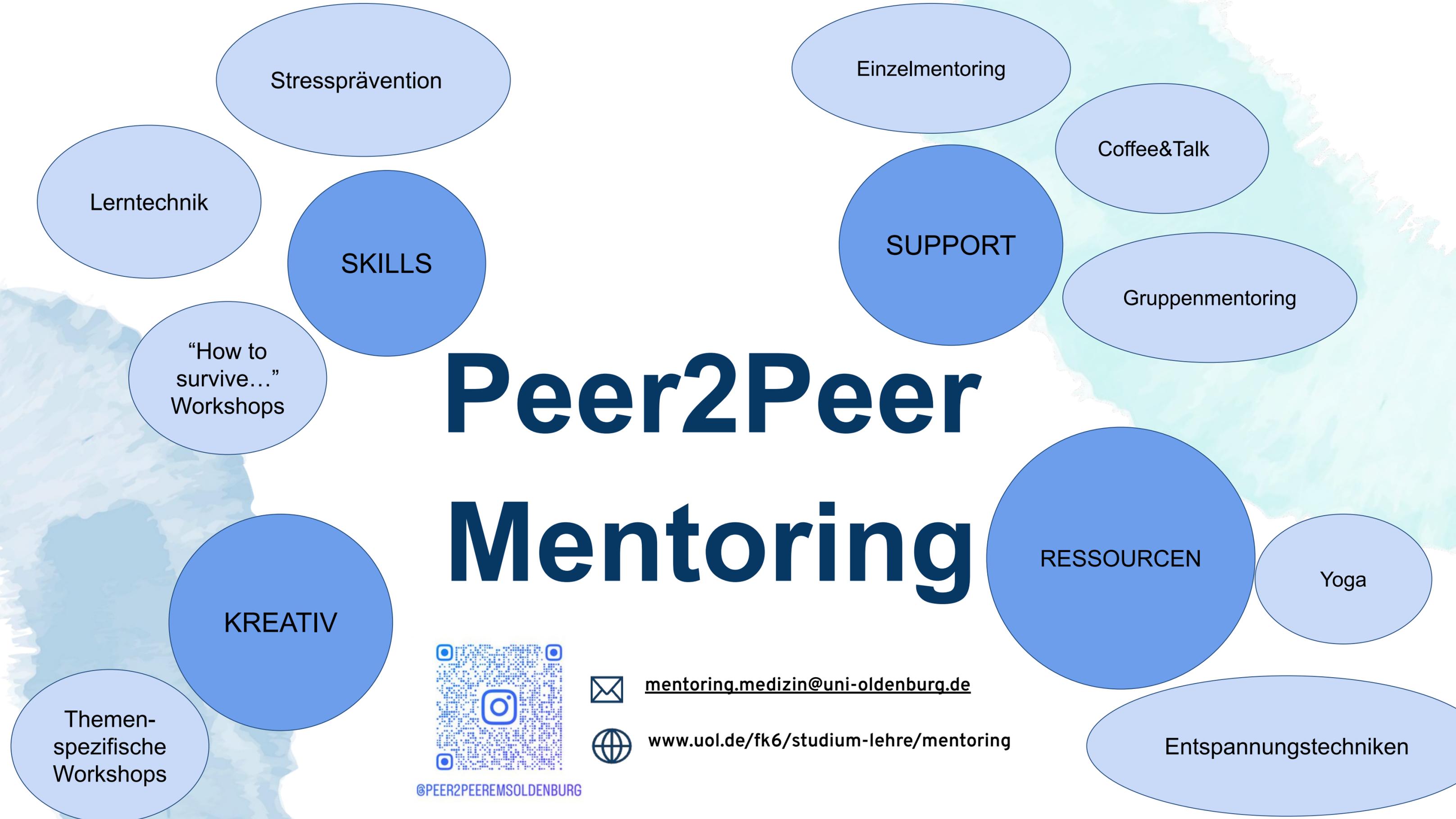




**Horizont
erweitern**



Stressprävention

Einzelmentoring

Coffee&Talk

Lerntechnik

SKILLS

SUPPORT

Gruppenmentoring

“How to survive...”
Workshops

Peer2Peer

Mentoring

RESSOURCEN

Yoga

KREATIV

Themen-
spezifische
Workshops



mentoring.medizin@uni-oldenburg.de



www.uol.de/fk6/studium-lehre/mentoring



@PEER2PEEREMSOLDENBURG

Entspannungstechniken

**Was macht Ihr so in eurer
Freizeit?**



AStA

- Freier Eintritt in allen Eigenproduktionen des Staatstheaters (Reservierungen persönlich oder am Telefon)
- Freier Eintritt in alle Produktionen des theater wrede+ (Reservierung nicht möglich)
- Freier Eintritt (Sondervorstellungen ausgenommen) des Oldenburger Kunstvereins
- Vergünstigungen im Casablanca-Kino
- Freier Eintritt zu allen öffentlichen Veranstaltungen des Literaturhaus Oldenburg (Reservierung mgl.)
- Freier Eintritt zu allen „normalen“ Veranstaltungen des Edith Russ Haus (wenn am Veranstaltungstag noch Karten verfügbar sind)

AStA

- Reservierung der Sportplätze des Hochschulsportes (AStA übernimmt die Hälfte des Preises)
- Unikino Gegenlicht
- Fahrrad-Werkstatt
- AStA-Verleih: Party, Technik, Sport...



Gründungs- und Innovationszentrum

- <https://uol.de/giz>



Sprachenzentrum

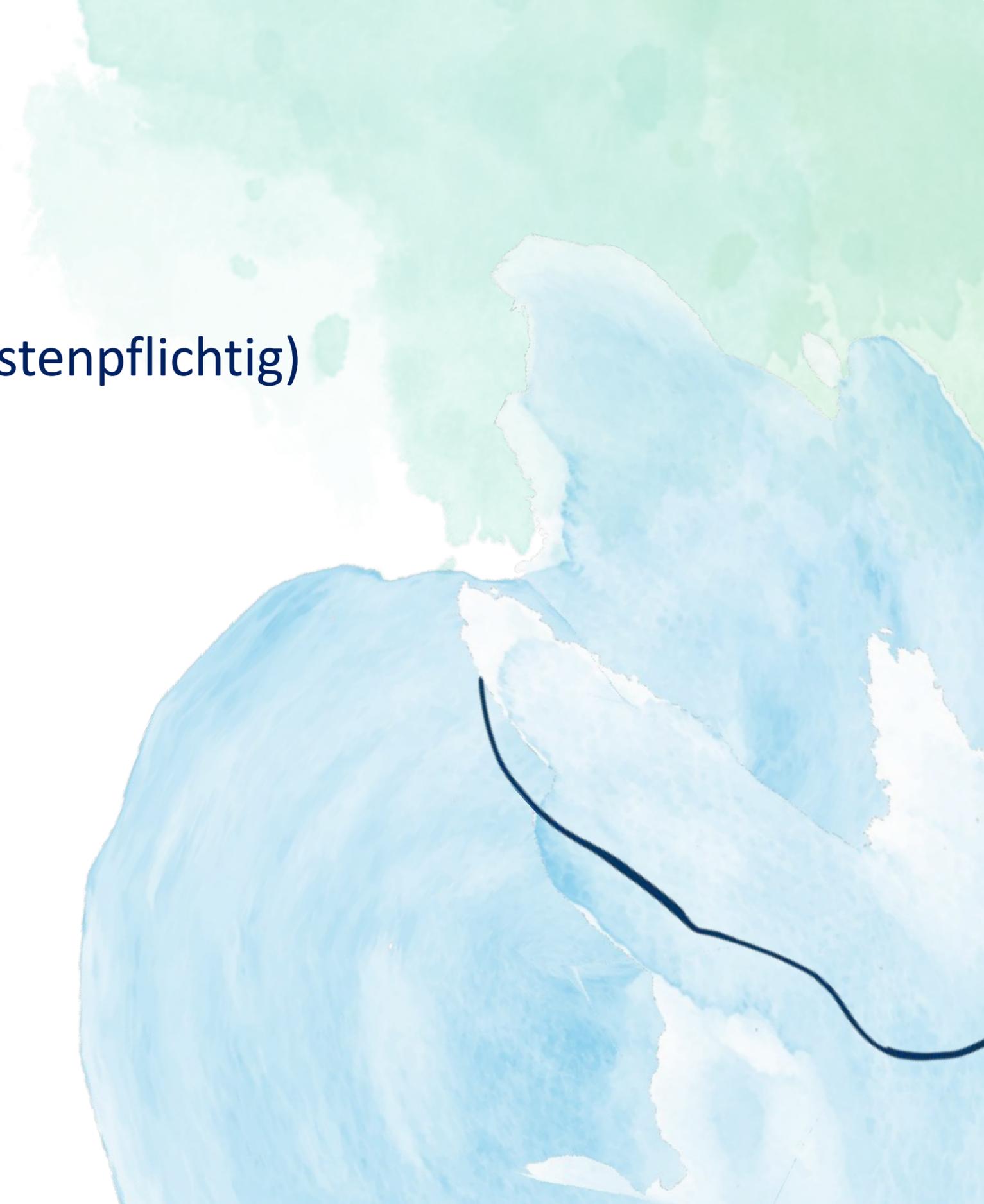
- Welche Sprachen gibt es?
- Drei Sprachkurse “kostenlos”

| | | | | |
|-----------------------------|------------|---------------------|----------------------------|-----------|
| Arabisch | Chinesisch | Dänisch | Deutsch für Internationale | |
| Deutsche Gebärdensprache | Englisch | Französisch | Italienisch | Japanisch |
| Kroatisch/Serbisch/Bosnisch | Kurdisch | Niederländisch | Polnisch | Russisch |
| Schwedisch | Spanisch | Wirtschaftssprachen | | |



Hochschulsport

- Sportkurse (teilweise kostenlos, teilweise kostenpflichtig)
- Fitnessstudio (Monatsbeitrag)
- Unibad und Sauna



Studierendenwerk

- Unikum (Unitheater) mit z.B. Karaokeabend
- Workshops



Schlaues Haus Oldenburg

- <https://www.schlaues-haus.de/uber-uns/>
- verschiedene Vorträge



Botanischer Garten

- <https://uol.de/botgarten>



Weiteres

- Unichor, Uniorchester
- Universitätssegelclub
- Deutschlandticket → von Großstadt bis Seetag



Medizinische Fakultät

- Fachschaft
 - Engagement in der Fachschaft
 - Angebote das ganze Jahr über (Kohltour, Weihnachtsfeier, Partys)
- FemaleMedTalk (Infos über Email)
- Peer2Peer
 - Workshops zu verschiedenen Themen
 - Gruppenmentorings
 - Entspannungsübungen
 - Einzelmentoring





Fragen?



Warning Signs



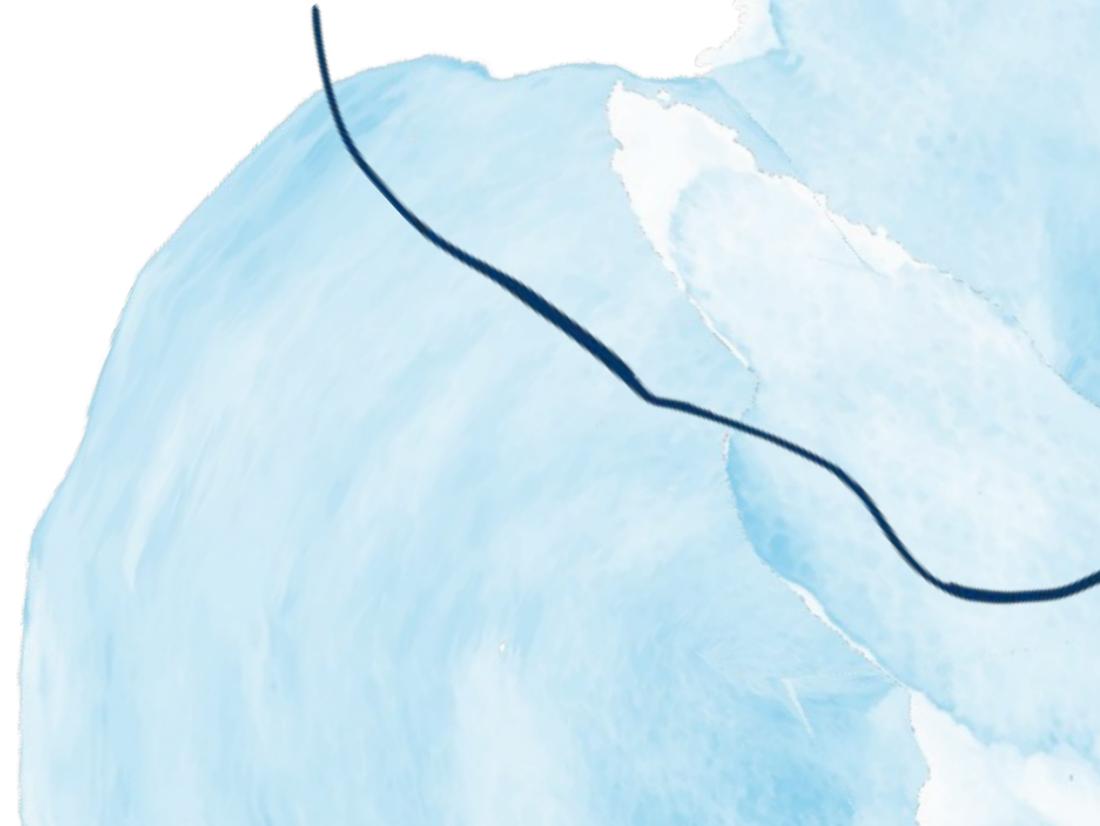
Blackout

Erschwerte Konzentration

Vermeidungsverhalten

Schlafprobleme

Psychosomatische Beschwerden



So erreicht Ihr uns:



@PEER2PEEREMSOLDENBURG



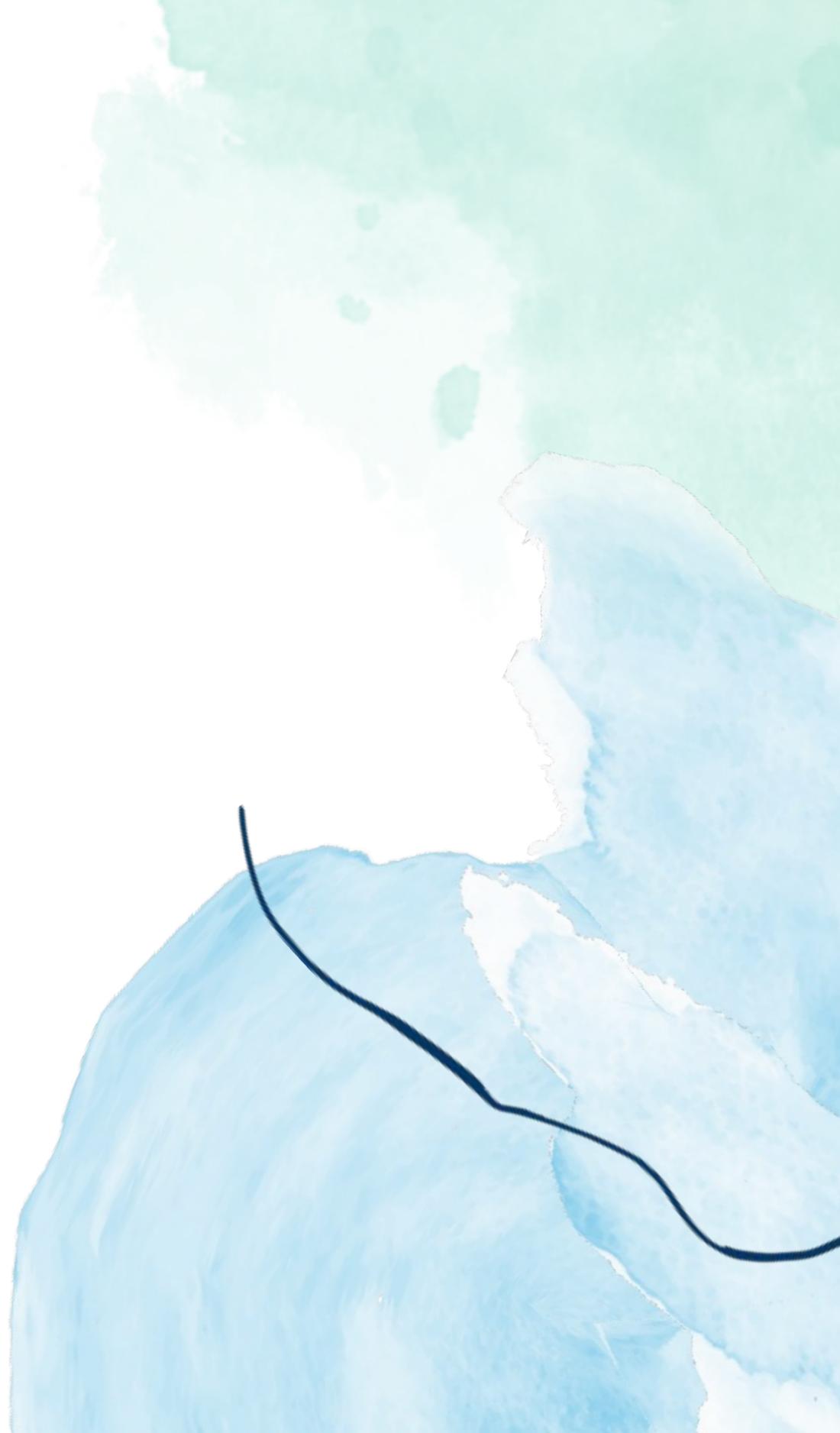
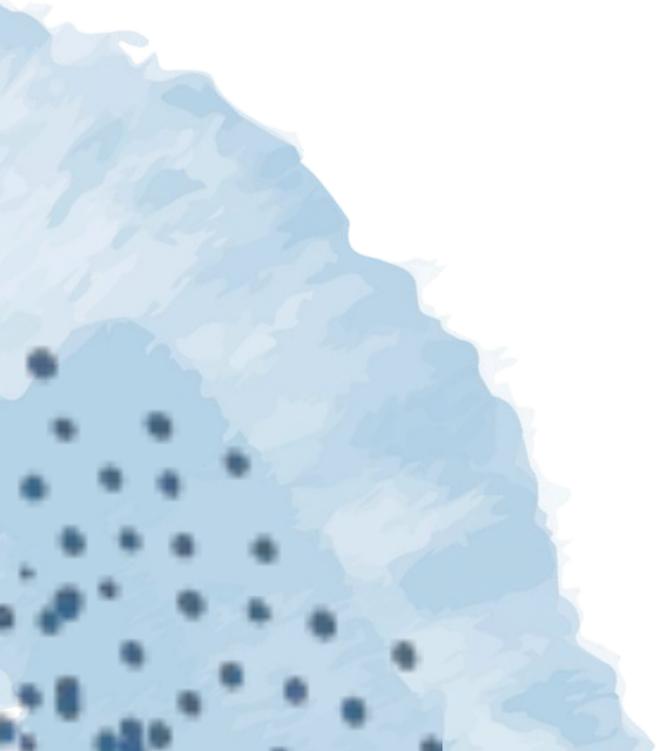
www.uol.de/fk6/studium-lehre/mentoring



mentoring.medizin@uni-oldenburg.de



Upcoming Events



06.05 : Open learn space

Raum: V03 2 W205

15:15-16:45 Uhr

14.05: Coffee and talk

Raum V03 2 W205

16:30-18:30 Uhr