

Studentische Initiativen, Beratungs- und Serviceangebote an der UR

Informationen für Erstis und Interessierte



Universität Regensburg

Studentische Initiativen, Beratungs- und Serviceangebote an der UR

- 1. Initiativen – für Studierende von Studierenden**
- 2. International Office**
- 3. Familien-Service**
- 4. Zentrale Studienberatung**
- 5. Studentenwerk Niederbayern/Oberpfalz**
- 6. Studieren mit Beeinträchtigung**
- 7. Koordinationsstelle Chancengleichheit**
- 8. Ansprechperson für sexuelle Belästigung und sexualisierte Gewalt**
- 9. Antidiskriminierungsstelle**

1. Initiativen – für Studierende von Studierenden

AStA mit AKs und AGs

Das AStA-Team – Ansprechpartnern*innen:

<https://www.uni-regensburg.de/universitaet/sprecherrat/mitglieder-1516/index.html>

Telefon 0941 943-2243

Fax 0941 943-2242



Email:

sprecher_innenrat@uni-regensburg.de

Universitätsstraße 31

93053 Regensburg

Studentenhaus, Zi. 1.27

1. Initiativen – für Studierende von Studierenden

AStA mit AKs und AGs



Der AK Divers ist eine kleine Gruppe Studierender von Uni und OTH Regensburg, die sich gemeinsam mit dem Thema „Diversität“ am Campus, aber auch darüber hinaus beschäftigen möchte, um

- Raum für Studierende zu bieten, deren Perspektiven, Erfahrungen und Bedürfnisse im universitären Kontext unsichtbar, negiert und unberücksichtigt bleiben.
- eine Möglichkeit für Austausch, Vernetzung und Unterstützung untereinander zu schaffen.
- diskriminierende Strukturen auf dem Campus zu benennen und zu verändern.
- politische Aktionen, Workshops, kreative Projekte und vieles mehr zu organisieren.
- sich dabei auch selbst weiterzuentwickeln, voneinander und miteinander zu lernen und das eigene Verhalten zu reflektieren.

Kontakt: ak.divers.uni.rgb@gmail.com

Instagram: @ak.divers.ur

1. Initiativen – für Studierende von Studierenden AStA mit AKs und AGs

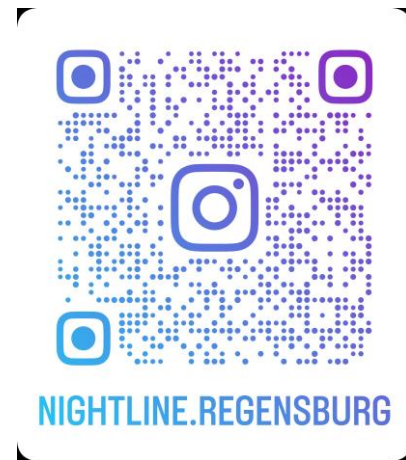
Nightline Regensburg - ein Zuhörtelefon von und für Studierende. Die Idee der Initiative ist es, in den Abendstunden Studierenden, die Gesprächsbedarf haben oder psychisch belastet sind, ein non-direktives, anonymes Gespräch auf Augenhöhe anzubieten. Die ehrenamtlichen Studierenden wurden dafür geschult. Vorerst wird der Telefondienst immer Dienstags von 21-24 Uhr angeboten.

Telefon – dienstags 21-0 Uhr: 0941/943-9270

E-Mail: regensburg@nightlines.eu

Instagram: [@nightline.regensburg](https://www.instagram.com/nightline.regensburg)

Mehr Informationen: <https://nightline-stiftung.de/>



1. Initiativen – für Studierende von Studierenden AStA mit AKs und AGs

Weitere Angebote für Studierende (exemplarisch):

Zusatzstudium

- Zertifikat „Migration und Bildung“
- Zusatzstudium „Inklusion - Basiskompetenzen“
- Zusatzstudium „Genderkompetenz“ (<https://www.uni-regensburg.de/chancengleichheit/zusatzstudium-genderkompetenz-mit-abschluss-zertifikat/index.html>)

Initiativen

- Campus Asyl e.V. - <https://www.campus-asyl.de/>
- Refugee Law Clinic Regensburg - <https://rlc-regensburg.de/>
- Arbeiterkind e.V. - **Ortsgruppe Regensburg:** <https://arbeiterkind.de/>

2. International Office – Kontakt für internationale Studierende an der UR

Wir sind für Sie da!

Sie brauchen Unterstützung bei Formalitäten in Deutschland (z.B. Krankenversicherung, Einschreibung, Ausländerbehörde)?

Kontakt für internationale Bewerber:innen und Studierende

Elli Wunderlich

Verwaltung Zi. 0.12

Tel. +49 (0)941 943-2382

E-Mail: international.degree-student@ur.de

Sprechzeiten: Mo-Fr, 9-12 Uhr (telefonisch)
Di + Do, 10-12 Uhr (persönlich / persönlich mit Termin)



Jhoana Palacio Pineda

Verwaltung Zi. 0.12

Tel. +49 (0)941 943-5863

E-Mail: international.degree-student@ur.de

Sprechzeiten: Mo-Fr, 9-12 Uhr (telefonisch)
Mi 14-15 Uhr (zoom), Mo 13-15 Uhr (persönlich mit Termin)



2. International Office – Kontakt für internationale Studierende an der UR

Sie möchten andere internationale und deutsche Studierende an der UR kennen lernen?

Buddy für neue internationale Studierende



Buddy Programm
Universität Regensburg

- 👍 Du bist selber International Degree-Seeking Studierende:r?
- 👍 Du hast Lust neue Menschen kennenzulernen und jemandem den Anfang an der UR leichter zu machen?
- 👍 Du bist in April/Oktober, zum Start des Semesters, in Regensburg?
- 🎯 Dann werde „Senior Buddy“ im neuen International Office Buddy Programm!



Schreibe eine E-Mail mit dem Betreff Senior Buddy/ Junior Buddy sowie deinem Namen und Deinem Studiengang, um Dich anzumelden an:
international.startklar@ur.de

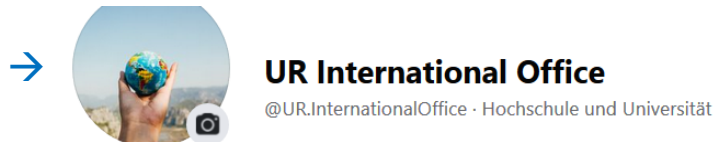
Facebook: [@isnregensburg](https://www.facebook.com/isnregensburg)
Instagram: [@isn_regensburg](https://www.instagram.com/isn_regensburg)

➤ Nehmen Sie am Veranstaltungsprogramm des IO teil: <https://www.uni-regensburg.de/international/news-events/index.html>

2. International Office – Kontakt für internationale Studierende an der UR

Sie möchten immer aktuell über Neuigkeiten für internationale Studierende informiert werden?

- Besuchen Sie die IO-Seite auf Facebook:
<https://www.facebook.com/UR.InternationalOffice/>



- Melden Sie sich in unserer Facebook-Gruppe an!
➔ [UR Int. Degree-Seeking Students](#)
- Oder kontaktieren Sie die Tutoren des Studentenwerks auf Facebook
➔ [Tutor:innen International UR](#)
- Folgen Sie uns auf Instagram
https://www.instagram.com/ur_internationaloffice/



3. Familien-Service

Familienfreundlichkeit ist für die Universität Regensburg ein ganz wesentlicher Aspekt. Studierende und alle Beschäftigte an der Universität sollen individuell und bedarfsorientiert die Möglichkeit haben, Familie und Studium bzw. Beruf gut vereinbaren zu können.

Themenfelder des Familien-Service:

- Schwangerschaft & Mutterschutz
- Familienfreundlicher Campus
- Kinderbetreuung
- Informationen für pflegende Angehörige



<https://www.uni-regensburg.de/universitaet/personalentwicklung/familie/studierende/index.html>

3. Familien-Service für Studierende mit Kind

Informationsveranstaltung "Studieren mit Kind"

Donnerstag, 26.10.2023, 10:00 bis 11:30 Uhr, zoom

Mehr Informationen: https://www.uni-regensburg.de/assets/universitaet/personalentwicklung/familie/aktionen-und-angebote/261023_Studieren_mit_Kind_HS-Uni1366x768px.pdf



4. Zentrale Studienberatung

*Herzlich
willkommen
an der UR!*

Allgemeine Studienberatung
Psychologisch-Psychotherapeutische Beratung
Lernberatung & andere Beratungsangebote

Zentrale Studienberatung



Universität Regensburg



4. Zentrale Studienberatung

Ansprechpartner*innen der Zentralen Studienberatung:

Allgemeine Studienberatung und Studienentscheidungsberatung

- Dr. Barbara Eiwand
- Daniela Hodapp
- Benno Jirschik
- Mona Scheuermeyer

Psychologisch-Psychotherapeutische Beratung (auch interkulturell)

- Beatrice Grimm
- Regina Groß
- Dr. Hubert Hofmann

Lernberatung: Kerstin Zimmermann

Studierende: Ines, Annika, Petra

Sekretariat: Katrin Irmischer

Persönliche oder telefonische/virtuelle Beratung!

Infos: www.ur.de/studienberatung

Kontakt: studienberatung@ur.de



4. Zentrale Studienberatung

Die Allgemeine Studienberatung hilft Ihnen bei folgenden Themen:

Entscheidungsphase

Studienmöglichkeiten, Bewerbung, Zulassung
fachliche Anforderungen, Studienstrukturen und Abschlüsse

Studienablauf

Studiengestaltung und Studienprobleme (z. B. Prüfungen)
Studienzweifel, Studien- oder Ortswechsel, Studienabbruch
bei der Organisation eines Studiums mit Kind(ern)

Berufsvorbereitung

Aufbau- und weiterführende Studiengänge, Kontaktmöglichkeiten
Beratung zur beruflichen oder wissenschaftlichen Laufbahn



4. Zentrale Studienberatung

Psychologisch-Psychotherapeutische Beratung
unterstützt und bietet

Beratung für Studierende in Krisen, z. B. bei

- Arbeitsschwierigkeiten, Prüfungsängsten, Lernproblemen
- Motivationsproblemen, Studienfachzweifeln, Lebensplanungskonflikten
- Identitäts- und Orientierungsprobleme
- Partnerschaftsproblemen, Elternhauskonflikten, Einsamkeitsgefühlen, Kontaktschwierigkeiten
- Suchtgefährdung
- Psychosomatischen Beschwerden, Ängsten, depressiven Verstimmungen und Suizidgedanken.

Alle Gespräche sind absolut vertraulich!

4. Zentrale Studienberatung

Frauen- und familienspezifische Studienberatung
bietet Rat zu

- Frauen- und familienspezifischen Studienfragen
- Angeboten, Seminaren, Vorträgen, Netzwerken
- Kontaktmöglichkeiten zu berufstätigen Frauen
- „Studium und Kind“ (Elternzeit, Finanzierung, Kinderbetreuung)
- Beratung außerdem beim Familien-Service der UR



4. Zentrale Studienberatung

Lernberatung unterstützt mit lösungsorientierten Einzelgesprächen bzgl.

- effizientem Lernen
 - Zeit- und Selbstmanagement
 - Motivationssteigerung
 - Prüfungsbewältigung
- ➔ **Coaching als Unterstützung, den eigenen Lernstil zu reflektieren und für sich passende Lernmöglichkeiten zu entwickeln**
- ➔ **Beratungen montags und dienstags nach Absprache**
- ➔ **Kontakt: kerstin.zimmermann@ur.de**





Sozialberatung

Wo wir helfen können

- Wir sind die erste Anlaufstelle für alle Probleme, die mit dem Studium oder dem studentischen Leben auftreten können.
- Wir versuchen, zusammen mit den Studierenden herauszufinden, um welche Problemlagen es sich handelt und welche Lösungsmöglichkeiten es dafür gibt.
- Unsere Beratung ist kostenlos, anonym und niederschwellig.





Sozialberatung

Wo wir helfen können

Beispiele:

- Wie kann ich es organisieren, dass ich mein Studium in der vorgesehen Regelstudienzeit absolviere?
- Was passiert, wenn ich nicht mehr studentisch krankenversichert bin?
- Was kann ich machen, wenn das Geld knapp wird und ich meine Miete nicht mehr bezahlen kann?
- An wen wende ich mich, wenn ich psycho-soziale Probleme habe?
- Woher bekomme ich Zuschüsse, Darlehen, Stipendien etc.?





Sozialberatung

Erreichbarkeit:

- Michael Dutz (Dipl. Päd.), Studentenhaus, Zi. 2.19
Tel. 0941 943-2250
- Antje Leicht, (HP Psych.), Studentenhaus Zi. 2.17
Tel. 0941 943-2234
- Lisa Treichl, (B.A. Soziale Arbeit), OTH, Raum V002
Tel. 0941 943-70234



5. Studentenwerk Niederbayern/Oberpfalz

BERATUNG

The logo of the Studentenwerk, consisting of three overlapping, slanted rectangular shapes in shades of blue and grey.

STUDENTENWERK
NIEDERBAYERN/OBERPFALZ

Psychologische Beratungsstelle des Studentenwerks **NIEDERBAYERN / OBERPFALZ**

Zuständig für die Standorte Regensburg, Passau, Landshut, Deggendorf, Straubing,
Pfarrkirchen

Wir helfen weiter bei:

- Ängsten und Niedergeschlagenheit
- Pandemiebedingte Belastungen
- Schwierigkeiten im Studium
- Problemen oder Konflikten im privaten Bereich

Unser Angebot ist anonym, kostenlos und niederschwellig.

Mail: psychologische-beratung@stwno.de

5. Studentenwerk Niederbayern/Oberpfalz

BERATUNG



STUDENTENWERK
NIEDERBAYERN/OBERPFALZ

Angebot der Psychologischen Beratungsstelle des Studentenwerks:

- Kostenlose kurz- und mittelfristige Psychologische Einzelberatung
- telefonisch oder via Video
- Bei allen Arten von Krisen und Belastungen – an der Uni oder privat
- Bei allen Arten von psychischen Symptomen, z.B. (Prüfungs-)Ängsten, Depression, Sucht, Einsamkeit oder Orientierungslosigkeit
- Vernetzung mit weiteren Anlaufstellen und Hilfe bei der Therapieplatzsuche
- Lernberatung
- In deutscher und englischer Sprache
- die Beratung unterliegt der medizinischen Schweigepflicht

5. Studentenwerk Niederbayern/Oberpfalz

BERATUNG



STUDENTENWERK
NIEDERBAYERN/OBERPFALZ



Martina Nigl (Psychologin, M.Sc.)

Sprechzeiten:

Di 13:30 bis 14:30 Uhr
Do 11:00 bis 12:00 Uhr
Fr 10:00 bis 12:00 Uhr und n.V.



Dipl. Psych. Johanna Zechmeister

Sprechzeiten:

Mo 10.30 bis 11.30 Uhr
Di 8.30 bis 9.30 Uhr
Do 13.30 bis 15.30 und n.V.

Martina Nigl (Psyc. M. Sc.),
OTH, Raum V004
Tel. 0941 943-3140

Johanna Zechmeister, (Dipl. Psych. Univ.,
Psychologische Psychotherapeutin)
OTH, Raum V003 , Tel. 0941 943-3270

6. Studieren mit Beeinträchtigung? Na klar!

Ca. 11% aller Studierenden sind chronisch erkrankt, haben eine Behinderung, Entwicklungs- oder Teilleistungsstörung.

Fragen rund ums Studium mit Beeinträchtigung?

Informationsveranstaltung für Studierende und Studieninteressierte mit chronischer Erkrankung, Behinderung, Entwicklungs- oder Teilleistungsstörung jeweils zu Semesterbeginn

Kontakt: Dipl. Psych. Stefanie Feuerer

Internet: <https://www.uni-regensburg.de/studium/beeintraechtigung/startseite/index.html>

Studentenhaus, Zimmer 2.18 (2. Stock, Aufzug)


Telefon: 0941 / 943 - 2291


E-Mail: Stefanie.Feuerer@ur.de




7. Die Koordinationsstelle Chancengleichheit

Unser Team

Die Beauftragte der UR für die Gleichstellung von Frauen in Wissers 

Die Beauftragten der Fakultäten für die Gleichstellung von Frauen 

Die Koordinationsstelle Chancengleichheit 

<https://www.uni-regensburg.de/chancengleichheit/startseite/index.html>

8. Ansprechperson für sexuelle Belästigung und sexualisierte Gewalt

Als Ansprechperson in Fällen von sexueller Belästigung und sexualisierter Gewalt können Sie sich jederzeit gerne an mich wenden. Sie haben die Gelegenheit zu einem vertraulichen Gespräch, in dem Sie erzählen können, was Ihnen passiert ist und was Ihr Anliegen ist. Sie können Fragen stellen und das weitere Vorgehen abstimmen und dabei anonym bleiben.



Dr. Birgit Bockschweiger
Referentin für Antidiskriminierung & Diversity und
Ansprechperson in Fällen von sexueller Belästigung
und sexualisierter Gewalt
E-Mail: antidiskriminierung@ur.de oder
birgit.bockschweiger@ur.de
Telefon: 0941 943-2364

9. Die Antidiskriminierungsstelle

Die Antidiskriminierungsstelle ist Anlaufstelle für Beratung und Unterstützung zu sämtlichen Diskriminierungsdimensionen:

Behinderung & chronische Krankheiten



Ethnische & nationale Herkunft



Gender & sexuelle Identität



Soziale Herkunft & First Generation



Elternschaft



Lebensalter



Weltanschauung & Religion



9. Die Antidiskriminierungsstelle

Die Antidiskriminierungsstelle bietet regelmäßig Sensibilisierungsworkshops an.

Workshop-Reihe „Gender-Sensibilisierung für Studierende“

Workshop-Reihe „Diversity-Sensibilisierung für Studierende“

Workshop-Reihe „Rassismus-Sensibilisierung für Studierende“

Termine für das Wintersemester 2023/24 und weitere Informationen unter:
<https://www.uni-regensburg.de/diversity/antidiskriminierungsstelle/ur-workshops/index.html>

9. Antidiskriminierungsstelle

Prof. Dr. Ursula Regener
Vizepräsidentin für Internationalisierung
& Diversity

Kontakt: ursula.regener@ur.de
Telefon: 0941 943-3453

Dr. Birgit Bockschweiger
Referentin für Antidiskriminierung & Diversity
und Ansprechperson für sexuelle Belästigung
und sexualisierte Gewalt

Kontakt: birgit.bockschweiger@ur.de
Telefon: 0941 943-2364

<https://www.uni-regensburg.de/diversity/startseite/index.html>

Laufend neue Infos unter:
„Aktuelles“

<https://www.uni-regensburg.de/diversity/aktuelles/index.html>