

# PIASTA

Interkulturelles Leben und Studieren



Universität Hamburg  
DER FORSCHUNG | DER LEHRE | DER BILDUNG



Universität Hamburg

DER FORSCHUNG | DER LEHRE | DER BILDUNG

PIASTA  
Interkulturelles Leben  
und Studieren



PIASTA Interkulturelles Leben und Studieren Intercultural Living and Learning



# Interkulturell entdecken Interdisziplinär lernen Informiert studieren

## PIASTA-Kooperationspartner



## Impressum

### Universität Hamburg

Abteilung Internationales/Akademisches Auslandsamt  
Referat Förderung Unterstützung Nachbetreuung (FUN)  
Programm International für alle Studierenden und Alumni (PIASTA)

### Redaktion

Canan Bayram, Olga Breymeyer, Alexandra Hach,  
Ewgenia Kostogryz, Lea Kühne, Lisa Lieb,  
Dr. Julia Quante

### Übersetzung

Petra Kaiser

### Lektorat

Redaktion Kultur und Bildung

### & Gestaltung

[www.redaktion-kultur-bildung.de](http://www.redaktion-kultur-bildung.de)

### Bilder

Michael Scheibel (Umschlag), eliashol (S. 7, 29, 47, 55)

### Druck

Universitäts-Druckerei

### Auflage

7000

### Jahrgang

Sommersemester 2012

## PIASTA

### Interkulturelles Leben und Studieren

Liebe Studierende, liebe Promovierende,

auch im Sommersemester 2012 möchten wir euch wieder mit einem vielfältigen und spannenden Kulturprogramm verwöhnen und euch bei euren Fragen rund ums Studium nicht alleine lassen – nehmt an unseren Seminaren teil und nutzt unser Informations- und Beratungsangebot! Unser Programm steht für die Internationalisierung des Campus, für Austausch und gemeinsames Lernen mit dem Ziel, allen Studierenden ein aktives, internationales und erfolgreiches Studium zu ermöglichen. Wir sind selbstverständlich für alle Studierenden da, für deutsche wie internationale Studierende.

Unser Angebot für euch ...

**Welcome & Kultur Programm:** Mal einen Ausflug machen? Sprachkenntnisse im Tandem auffrischen? Beim Interkulturellen Abend im International House dabei sein? Bei uns könnt ihr Kultur und Vielfalt genießen, Hamburg und die ganze Welt entdecken, Leute kennenlernen und Spaß haben!

**Training & Coaching Programm:** Von Stressbewältigung über PC-Skills bis zur Interkulturellen Kompetenz – wir vermitteln Schlüsselkompetenzen für euer Studium!

**Informationen und Beratung:** Informationen und Beratung rund um euer Studium zu rechtlichen, finanziellen, behördlichen sowie psychologischen Fragen.

Und auch in diesem Semester wieder ...

**Interkultureller PIASTA-Abend:** Jeden Mittwoch im Semester im International House, mit spannenden Themen, musikalischen und kulinarischen Highlights und vielen netten Menschen – kommt vorbei!

**Certificate Intercultural Competence (CIC):** CIC ist eine Anerkennung für interkulturelles Engagement und eine zusätzliche Auszeichnung für Studierende – meldet euch an! ([www.uni-hamburg.de/cic](http://www.uni-hamburg.de/cic))

Ein erfolgreiches und sonniges Sommersemester wünscht euch  
*Euer PIASTA-Team*



## Inhaltsverzeichnis

<b>Kalender</b>	<b>3</b>
<b>Welcome und Kultur</b>	<b>7</b>
Wohnen International	8
Tandem Service Hamburg (Sprachaustausch)	8
Interkultureller PIASTA-Abend	8
Kultur und Freizeit	14
<b>Training und Coaching</b>	<b>29</b>
Arbeits- und Entspannungstechniken	30
Präsentieren im Studium	33
Schlüsselkompetenzen	34
Interkulturelle Kompetenzen	36
PC-Kompetenzen	38
Jobben, Praktika und Berufseinstieg	44
<b>Information und Beratung</b>	<b>47</b>
Informationen zum Aufenthaltsrecht	48
Beratung der Abteilung Internationales	49
Beratung zum Auslandsstudium	49
Rechtsberatung	49
Beratung bei Antragstellungen	49
Allgemeine Beratung	50
Psychologische Beratung	50
Gesundheitliche Beratung	51
Sprachenkompass	52
Leitfaden zur Berufsfindung	52
Leitfaden für (zukünftige) Promovierende	53
<b>Community</b>	<b>56</b>
<b>Wir für euch</b>	<b>57</b>
<b>Lageplan</b>	<b>57</b>
<b>Kooperationen</b>	<b>58</b>

## Kalender

### Welcome und Kultur

<b>Wohnen International</b>		
Wohnen International	<a href="http://www.campus-hamburg.de/wohnboerse">www.campus-hamburg.de/wohnboerse</a>	8

<b>Tandem Service Hamburg (Sprachaustausch)</b>		
Tandem Service Hamburg	<a href="http://www.uni-hamburg.de/tandem">www.uni-hamburg.de/tandem</a>	8

<b>Interkultureller PIASTA-Abend</b>		
Hummel, Hummel – Mors, Mors! Ein Abend à la Hamburg!	Mi 04.04.2012	9
Komm in die Gänge – Das Gängeviertel oder alternatives Leben in Hamburg	Mi 11.04.2012	9
Der Mythos FC St. Pauli	Mi 18.04.2012	10
Die Welt des Puppentheaters zu Gast bei PIASTA	Mi 25.04.2012	10
Was ist fair an Fairtrade?	Mi 02.05.2012	11
Japanischer Abend	Mi 09.05.2012	11
Iran – das Land der Widersprüche	Mi 16.05.2012	11
Der Balkan – Patchwork der Kulturen	Mi 23.05.2012	12
EM 2012 – Die Gastgeber Polen und Ukraine laden herzlich ein	Mi 06.06.2012	12
Eine interaktive Hörreise in die faszinierende Welt der Klassik	Mi 13.06.2012	13
Tanz als Form der gesellschaftlichen Revolution	Mi 20.06.2012	13
Eure Reiseerlebnisse bei PIASTA	Mi 27.06.2012	13
6th International Night of Music	Mi 04.07.2012	14

<b>Kultur und Freizeit</b>		
<b>Hamburg entdecken</b>		
Funtastic Minigolf	Sa 14.04.2012	14
Alles im Fluss – ein Panorama der Elbe im Altonaer Museum	Sa 28.04.2012	15
Hamburger Nebenschauplätze: der etwas andere Stadtrundgang	Sa 28.04.2012	15
„Hamburger Unterwelten“ – Besichtigung des Bunkers	Sa 12.05.2012	16
Ein Erlebnis im Planetarium: „Universum der Maya“	Sa 12.05.2012	16
„Heiße Ecke“ – Hamburgs bestes Musical in Schmidts TIVOLI Theater	Di 15.05.2012	17
Stadtpaziergang durch das Karoiviertel	Sa 26.05.2012	17
Hamburg, meine Perle – Fischmarktbesuch	So 17.06.2012	18
Ausflug ins Miniatur Wunderland	Sa 23.06.2012	18
Die Hafentour per Rad	So 01.07.2012	19

**Kultur und Freizeit****Ausflüge und Aktivitäten**

Schwimmen lernen für Frauen Stufe 1: Absolute Einsteiger	jeden Mi 20–21.30 Uhr	19
Schwimmen lernen für Frauen Stufe 2: Einstieg ins Tiefwasser	jeden Mo 10–11.30 Uhr	20
Aqua-Gymnastik für Frauen	jeden Mi 19–19.45 Uhr	21
Ausflug in die Hansestadt Rostock	Sa 21.04.2012	21
Ausflug nach Bremen	So 05.05.2012	22
Ausflug nach Lübeck	Sa 19.05.2012	22
Ausflug zum Klimahaus Bremerhaven	Sa 26.05.2012	23
Ausflug in die Universitätsstadt Göttingen	Sa 02.06.2012	23
Reise nach Helgoland	Fr 15.06.2012	24
Karl-May-Spiele in Bad Segeberg	Sa 30.06.2012	24

**Interkulturelles erleben**

Religiöse Vielfalt Hamburgs	voraussichtlich April 2012*	25
„BEATLEMANIA“ – Besuch des Beatles-Museums	Sa 21.04.2012	25
Völkerkundemuseum – Nomaden in einer sesshaften Welt	Sa 21.04.2012	25
Climate Change – Individual Actions to Meet a Global Challenge	Fr 11.05.2012	26
Vietnamesischer Kochkurs	Sa 12.05.2012	26
Tour durch die Moscheen	Di 29.05.2012	27
Internationales Maritimes Museum	Sa 09.06.2012	27
Ein musikalischer Abend im Schauspielhaus	voraussichtlich Juni 2012*	28

**Training und Coaching****Arbeits- und Entspannungstechniken**

Selbstmanagement – den Alltag besser im Griff	Di 08.05.2012; Di 15.05.2012; Di 22.05.2012; Di 05.06.2012	30
Entspannungstechniken gegen Studienstress	Sa 12.05.2012	30
ACEM-Meditation	Sa 02.06.2012 und So 03.06.2012	31
Autogenes Training – stressfrei und entspannt durch Prüfungen	Sa 16.06.2012 und So 17.06.2012	32
Weniger Stress – mit Hatha Yoga entspannt und aktiv durchs Studium	Sa 07.07.2012	32

**Präsentieren im Studium**

Freies Sprechen – sicher reden vor Gruppen	Sa 28.04.2012 oder Sa 07.07.2012	33
--	----------------------------------	----

**Schlüsselkompetenzen**

Verhandlungen meistern – psychologische Fallen & Chancen kennen und nutzen	Fr 13.04.2012	34
--	---------------	----

**Schlüsselkompetenzen**

Kompetent kommunizieren – effektiv Gespräche führen	Fr 11.05.2012 und Sa 12.05.2012	35
Konfliktmanagement	Fr 01.06.2012 und Sa 02.06.2012	35

**Interkulturelle Kompetenzen**

Infoveranstaltung: Certificate Intercultural Competence	Mi 18.4.2012	36
Climate Change – Individual Actions to Meet a Global Challenge	Fr 11.05.2012	37
Interkulturelle Kompetenzen für Alltag, Studium und Beruf	Fr 22.06.2012 und Sa 23.06.2012	37
Intercultural Competence – Exploring Transcultural Identity	Sa 30.06.2012 und So 01.07.2012	38

**PC-Kompetenzen**

PowerPoint für AnfängerInnen	Sa 05.05.2012	38
PowerPoint für Fortgeschrittene	So 06.05.2012	39
Excel für AnfängerInnen	Kurs A: Sa 12.05. und So 13.05.2012 Kurs B: Sa 14.07. und So 15.07.2012	39
Word für AnfängerInnen	So 10.06.2012	40
Grundlagen von Adobe Photoshop	Sa 23.06.2012 und So 24.06.2012	40
LaTeX for Beginners	Sa 07.07.2012 und So 08.07.2012	41
Erste Schritte mit SPSS	Kurs A: Fr 13.07.2012 Kurs B: Sa 14.07.2012 Kurs C: So 15.07.2012	42
SPSS für Fortgeschrittene	Kurs D: Mo 16.07.2012 Kurs E: Di 17.07.2012	42
Excel für Fortgeschrittene	Sa 21.07.2012 und So 22.07.2012	43

**Jobben, Praktika, Berufseinstieg**

Existenzgründungsseminar für Studierende und AbsolventInnen	Do 26.04.2012 und Fr 27.04.2012 oder Do 14.06.2012 und Fr 15.06.2012	44
Profil zeigen – Stärken entdecken	Di 05.06.2012	45
Sprachen als Potenzial	Fr 15.06.2012	45

**Information und Beratung****Information zum Aufenthaltsrecht**

Infoveranstaltung: Studienabschluss in Hamburg – Und wie geht's weiter?	Mo 07.05.2012	48
Aufenthaltsrecht für internationale Studierende	<a href="http://www.uni-hamburg.de/aufenthalt">www.uni-hamburg.de/aufenthalt</a>	48

**Beratung der Abteilung Internationales**

Beratung zum Auslandsstudium	<a href="http://www.uni-hamburg.de/outgoings">www.uni-hamburg.de/outgoings</a>	49
Rechtsberatung	Mo 02.04.2012; Mo 16.04.2012; Mo 07.05.2012; Mo 21.05.2012; Mo 04.06.2012; Mo 18.06.2012; Mo 02.07.2012; jeweils 17–19 Uhr	49

**Beratung der Abteilung Internationales**

Beratung bei Antragstellungen (Ausländerbehörde, Notfonds etc.)	Do 10–12 Uhr und nach Vereinbarung	49
Allgemeine Beratung	nach Vereinbarung	50
Psychologische Beratung	nach Vereinbarung	50
Gesundheitliche Beratung	nach Vereinbarung	51

**Sprachenkompass**

Sprachenkompass	<a href="http://www.uni-hamburg.de/sprachenkompass">www.uni-hamburg.de/sprachenkompass</a>	52
-----------------	--	----

**Leitfaden zur Berufsfindung**

Leitfaden zur Berufsfindung	<a href="http://www.uni-hamburg.de/careercenter">www.uni-hamburg.de/careercenter</a>	52
-----------------------------	--	----

**Leitfaden für (zukünftige) Promovierende**

Leitfaden für (zukünftige) Promovierende	<a href="http://www.uni-hamburg.de/promotionsleitfaden">www.uni-hamburg.de/promotionsleitfaden</a>	53
--	--	----

\* Termin wird online bekannt gegeben:  
[www.uni-hamburg.de/piasta-programm](http://www.uni-hamburg.de/piasta-programm)

# Welcome und Kultur



## Wohnen International

Das PROFIN-Modellprojekt und PIASTA kooperieren mit Campus Hamburg! Interkulturell gelebt und studiert wird nicht nur an der Uni, sondern auch längst schon in den eigenen vier Wänden. Hier kannst du gezielt nach internationalen Wohngemeinschaften (WGs) suchen oder bei dem eigenen Gesuch zeigen, welche Sprachen du sprichst. Durch internationales Zusammenleben entstehen spannende Kontakte, neue Erfahrungen und vielleicht auch ein gelungener Sprachaustausch. Die internationale Wohnbörse richtet sich gleichermaßen an deutsche und internationale Studierende, die in Hamburg wohnen wollen. Mit den kleinen Flaggen auf der Seite zeigst du, welche Sprachen du sprichst oder welche Kulturen du mitbringst. Viel Spaß und Erfolg auf dem WG-Markt wünschen euch PROFIN, PIASTA und Campus Hamburg.

<b>Info</b>	www.campus-hamburg.de/wohnboerse
<b>In Kooperation</b>	Campus Hamburg

## Tandem Service Hamburg (Sprachaustausch)

Der Tandem Service vermittelt gratis Sprachpartnerschaften, bei denen zwei Studierende mit unterschiedlichen Muttersprachen zusammen arbeiten, um mit- und voneinander zu lernen.

Wie geht das? Du triffst dich mit einem/einer von uns vermittelten Partner/in zum Beispiel zwei Stunden pro Woche und arbeitest jeweils 1 Stunde in jeder Sprache. Wenn du möchtest, bieten wir dir auch die Möglichkeit, eine/n E-Partner/in zu finden, mit der/dem du per E-Mail deine Sprachkenntnisse verbessern kannst.

Wie finde ich eine/n Lernpartner/in? Studierende und Angehörige aller Hamburger Hochschulen, des Studienkollegs Hamburg und des Kontaktstudiums für ältere Erwachsene können sich online anmelden. Das Anmeldeformular findet ihr auf unserer Website:

[www.uni-hamburg.de/tandem](http://www.uni-hamburg.de/tandem)

<b>Sprechzeit</b>	Wird online rechtzeitig bekannt gegeben
<b>Ort</b>	Rothenbaumchaussee 36, Raum 007 (EG)
<b>Beraterin</b>	Asami Tsunoda, Tutorin für die Tandemvermittlung
<b>Koordination</b>	Dr. Magdalène Lévy
<b>Kontakt</b>	tandem@uni-hamburg.de

## Interkultureller PIASTA-Abend

Unser Interkultureller PIASTA-Abend ist für alle Studierenden der Universität Hamburg und Freunde offen. Einmal wöchentlich findet jeden

Mittwoch für alle, die Interesse haben interkulturell zu entdecken und sich auszutauschen, unser interkulturelles Programm in entspannter Atmosphäre mit Getränken, Snacks und Musik statt. Unser Programm ist vielfältig, abwechslungsreich, immer wieder anders. Wir schauen in diesem Semester über Hamburgs Stadtmauern hinweg gen Japan, Iran, Balkan und in die Gastgeberländer der diesjährigen Fußball-Europameisterschaft. Tanz, Musik und Theater dürfen natürlich auch nicht fehlen. Lerne dabei eure Kommilitoninnen und Kommilitonen aus verschiedenen Ländern und Fakultäten kennen.

Vor Ort trifft ihr unser mehrsprachiges Team studentischer Tutorinnen und Tutoren, das ihr bei Fragen rund ums Studium ansprechen könnt.

<b>Termin</b>	Jeden Mi 18–21 Uhr (04.04.2012 bis 04.07.2012)
<b>Ort</b>	Rothenbaumchaussee 36, Raum 08 (EG)
<b>Info</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta">www.uni-hamburg.de/piasta</a>

## Hummel, Hummel – Mors, Mors! Ein Abend à la Hamburg!

„Hummel, Hummel!“ sagt PIASTA zu allen, die Hamburg lieben, die neu in Hamburg sind oder von Hamburg nie genug bekommen können. Lebendig, bunt, weltoffen, vielfältig und dennoch einzigartig – das ist Hamburg! Vom Hafen über die zahlreichsten Brücken Europas bis zum Kiez, von den Franzbrötchen bis zum Astra, von Hans Albers bis zu den ersten Schritten von den „Beatles“, alles, worauf die Hamburger stolz sind, wollen wir an diesem Abend mit euch erleben. Lasst uns zusammen eine Reise durch die Tradition und die Gegenwart Hamburgs unternehmen, Hamburger Leckereien und Musik genießen und den Begriff „typisch Hamburg“ mal anders entdecken.

<b>Termin</b>	Mi 04.04.2012, 18–21 Uhr
<b>Ort</b>	Rothenbaumchaussee 36, Raum 08 (EG)
<b>Leitung</b>	PIASTA Tutoren-Team

## Komm in die Gänge – Das Gängeviertel oder alternatives Leben in Hamburg

Das Gängeviertel ist ein historisches Stadtviertel in der Nähe der Hamburger Neustadt, welches nach einem Verkauf an einen niederländischen Investor am 22. August 2009 von der Künstlerinitiative „Komm in die Gänge“ erfolgreich besetzt wurde. Die Initiative wollte damit ein Zeichen für den Erhalt der historischen Gebäude und gegen die stetige Gentrifizierung des Lebensraums Hamburg setzen. Infolge der Besetzung hat die Stadt Hamburg das Viertel von dem Investor zurückgekauft und mit der Initiative ein Nutzungskonzept vereinbart. Mittlerweile ist das Viertel für rund 200 Künstler Wohn- und Arbeitsbereich, sodass sich dort ein alternativer Lebensraum mitten in der Stadt ent-

wickeln konnte. Im Gängeviertel finden nun regelmäßig Kunstausstellungen, Konzerte, Partys und Lesungen statt, was seitdem zehntausende Besucher aus aller Welt angezogen hat.

Wir möchten euch einen Einblick in die alternative Kultur dieses Viertels geben und mit euch diskutieren, welche Konsequenzen der Prozess der Gentrifizierung für die Stadt Hamburg hat und inwiefern es möglich ist, Freiräume für alternatives Leben in der Stadt zu erhalten.

<b>Termin</b>	Mi 11.04.2012, 18–21 Uhr
<b>Ort</b>	Rothenbaumchaussee 36, Raum 08 (EG)
<b>Leitung</b>	PIASTA Tutoren-Team

### Der Mythos FC St. Pauli! Für alle, die Fußball, Bier, Totenköpfe und AC/DC mögen!

Der FC St. Pauli hat erreicht, wovon andere Vereine nur träumen können: nicht wegen seiner Ergebnisse geliebt zu werden, sondern um seiner selbst willen. Seit der Gründung im Jahre 1910 entwickelte er schnell eine tiefe Verbindung zum wohl berühmtesten Rotlichtbezirk Deutschlands und seinen Bewohnern, für die er zu einem Lebensgefühl geworden ist. Womit erklärt sich der Charme des zweitklassigen Sportvereins? Mit dem sozialen Engagement sowohl innerhalb der Fan-Szene als auch des Vereins selbst (z.B. Viva con Agua)? Mit seinem klaren Widerstand gegen jegliche Diskriminierungsformen wie Sexismus, Rassismus und Homophobie? Freut euch auf einen runden Abend!

<b>Termin</b>	Mi 18.04.2012, 18–21 Uhr
<b>Ort</b>	Rothenbaumchaussee 36, Raum 08 (EG)
<b>Leitung</b>	PIASTA Tutoren-Team

### Die Welt des Puppentheaters zu Gast bei PIASTA

Heute lassen wir die Puppen tanzen und geben euch dabei Einblick in ein echt deutsches Kulturgut: das Puppentheater!

Üblicherweise werden beim Puppentheater oder auch Figurentheater auf einer kleinen Bühne kurze Theaterstücke mit Handpuppen oder Marionetten vorgeführt, welche oft von den Erlebnissen verschiedener bekannter Figuren handeln. Manch deutscher Student wird sich gerne voller Sentimentalität an die kindliche Gespanntheit beim Betrachten eines simplen Kasperletheaters erinnern, bei dem sich der lebenswürdige Kasper stets vor dem bösen Zauberer in Acht nehmen musste. Mittlerweile sind zahlreiche spezialisierte Spielorte entstanden und ein weltumspannendes Netz von Festivals macht Figurentheater zu einem ausdrucksstarken Medium für kulturellen Austausch. Ebenso hat sich in Hamburg das Spektrum der Ausdrucksformen von traditi-

onellen Spieltechniken bis hin zu experimentellen Performances mit Elementen aus Schauspiel, Musik, Tanz, Film und Pantomime erweitert. In Hamburg hat sich das Hamburger Puppentheater etabliert, das erst kürzlich eine drohende Schließung abwenden konnte.

Wir möchten euch die Kultur des Puppenspiels nahebringen und werden euch sicherlich auch mit einer Vorführung überraschen können.

<b>Termin</b>	Mi 25.04.2012, 18–21 Uhr
<b>Ort</b>	Rothenbaumchaussee 36, Raum 08 (EG)
<b>Leitung</b>	PIASTA Tutoren-Team

### Was ist fair an Fairtrade?

Was ist eigentlich fair am Fairen Handel? Wer produziert fair, wer handelt fair und welchen Beitrag können die Konsumenten leisten? Wie setzt sich der Preis zusammen und kann der faire Handel bei der zunehmenden Ausrichtung auf Massenmärkte überhaupt fair bleiben? PIASTA möchte euch herzlich einladen, euch an diesem Abend mit diesen und anderen Fragen auseinanderzusetzen.

<b>Termin</b>	Mi 02.05.2012, 18–21 Uhr
<b>Ort</b>	Rothenbaumchaussee 36, Raum 08 (EG)
<b>Leitung</b>	PIASTA Tutoren-Team

### Japanischer Abend

Im März 2011 schauten alle nach Japan, als dort die Erde bebte und das Land vom Unglück der Atom-Katastrophe in Fukushima überschattet wurde. Wer aber lebt in dem Inselstaat? Welche Geschichte hat die Bevölkerung Japans geprägt? An diesem Abend laden wir euch herzlich ein, euch mit uns dem Inselstaat und seinen Menschen zu nähern, Vorurteile abzubauen und Kuriositäten aufzudecken.

<b>Termin</b>	Mi 09.05.2012, 18–21 Uhr
<b>Ort</b>	Rothenbaumchaussee 36, Raum 08 (EG)
<b>Leitung</b>	PIASTA Tutoren-Team

### Iran – das Land der Widersprüche

Heute möchten wir euch zu einem Abend einladen, der dem schönen Land Iran gewidmet ist. Iran, das 18. größte Land der Welt in Bezug auf die Fläche, hat aufgrund seiner Lage im Nahen Osten eine besondere geopolitische Bedeutung. Als Folge seiner großen Reserven an Erdöl und Erdgas hat es eine wichtige Position innerhalb internationaler



Energiesicherheit und Weltwirtschaft inne. Iran ist außerdem die Heimat einer der ältesten Zivilisationen der Welt (ca. 3000 v. Chr.). Herzlich willkommen zu einer Reise durch die politischen, kulturellen und gesellschaftlichen Höhen und Tiefen Irans.

<b>Termin</b>	Mi 16.05.2012, 18–21 Uhr
<b>Ort</b>	Rothenbaumchaussee 36, Raum 08 (EG)
<b>Leitung</b>	PIASTA Tutoren-Team

### Der Balkan – Patchwork der Kulturen

Die Balkanhalbinsel, nach dem Balkangebirge benannt, ist heute ein Synonym für Südosteuropa und umfasst neben Griechenland, Bulgarien, Rumänien und Serbien auch Albanien, Mazedonien, Kroatien, Bosnien, Montenegro sowie den europäischen Teil der Türkei. Diese Länder sind durch interessante Kulturen, viele Gemeinsamkeiten, aber auch gravierende Unterschiede geprägt. Eine kulturelle Vielfalt, die sich unter den Stichwörtern Temperament, heiße Rhythmen und leckeres würziges Essen doch zusammenfassen lässt.

Lasst uns gemeinsam das Geheimnis der Balkanküche entdecken, die Leidenschaft der Balkantänze erleben und mit dem Balkan-Beat unser Temperament herausfordern!

<b>Termin</b>	Mi 23.05.2012, 18–21 Uhr
<b>Ort</b>	Rothenbaumchaussee 36, Raum 08 (EG)
<b>Leitung</b>	PIASTA Tutoren-Team

### EM 2012 – Die Gastgeber Polen und Ukraine laden herzlich ein

Eins muss man zugeben: Fußball hat das gewisse Etwas, das Menschen nicht nur in Europa, sondern auf der ganzen Welt monatelang verbinden kann. Die Fußball-Europameisterschaft ist mehr oder weniger eine Art Integration. Diesen Anlass zur Integration möchte das PIASTA-Team nutzen, um dir die Gastgeberländer der EM 2012 – Polen und Ukraine – vorzustellen. Welche osteuropäische Tradition wird dieses Jahr die Vuvuzela ersetzen? Lasst uns zusammen eine polnisch-ukrainische Atmosphäre genießen und Tradition, Küche und Mentalität dieser Länder näher kennenlernen. Zum Aufwärmen vor dem ersten Pfiff sind alle herzlich eingeladen!

<b>Termin</b>	Mi 06.06.2012, 18–21 Uhr
<b>Ort</b>	Rothenbaumchaussee 36, Raum 08 (EG)
<b>Leitung</b>	PIASTA Tutoren-Team

### Eine interaktive Hörreise in die faszinierende Welt der Klassik

Klassische Musik. Kunstmusik. Ernste Musik. Sogar langweilige Musik! Egal wie man sie benennen will, sie ist seit eh und je ein wesentlicher Teil der Kultur des Abenlands und darüber hinaus der ganzen Welt. Liebe Musikfreunde und alle, die das werden möchten, lasst uns eine interaktive Hörreise in die faszinierende Welt der Klassik genießen und ihre verschiedenen Facetten gemeinsam erleben!

<b>Termin</b>	Mi 13.06.2012, 18–21 Uhr
<b>Ort</b>	Rothenbaumchaussee 36, Raum 08 (EG)
<b>Leitung</b>	PIASTA Tutoren-Team

### Tanz als Form der gesellschaftlichen Revolution

Wusstest du, dass Walzer, Breakdance und Tango die Tanzarten sind, die in verschiedenen Ländern zu verschiedenen Zeitpunkten verboten waren und später gesellschaftliche Revolutionen verursacht haben? Wenn du mehr darüber erfahren möchtest, dann lass dich durch PIASTA in die Welt dieser aufregenden Tänze entführen und ihre Geschichte näher kennenlernen. Wie freuen uns auf dich!

<b>Termin</b>	Mi 20.06.2012, 18–21 Uhr
<b>Ort</b>	Rothenbaumchaussee 36, Raum 08 (EG)
<b>Leitung</b>	PIASTA Tutoren-Team

### Eure Reiseerlebnisse bei PIASTA

An diesem Abend brauchen wir euch! Wir möchten euch die Gelegenheit bieten, eure persönlichen Reiseerfahrungen bei uns zu präsentieren, euch untereinander auszutauschen und vielleicht sogar neue Reiseziele und Länder kennenzulernen.

Wer ist mit dem Rucksack durch die Anden gereist? Wer hat einen Monat bei den Hindus gelebt oder hat ein Semester in Singapur studiert? Eure Erfahrungen müssen nicht alle so exotisch sein – wichtig ist, dass ihr etwas zu berichten habt und es gerne mit uns teilen wollt. Souvenirs und traditionelle Gegenstände aus den Ländern sind ebenso willkommen.

Wer von euch gerne mitmachen möchte, wendet sich vorab an uns unter: [piasta@uni-hamburg.de](mailto:piasta@uni-hamburg.de). Alle, die einfach mal Reiseluft schnuppern wollen, sind selbstverständlich herzlich dazu eingeladen, einfach vorbeizukommen.

<b>Termin</b>	Mi 27.06.2012, 18–21 Uhr
<b>Ort</b>	Rothenbaumchaussee 36, Raum 08 (EG)
<b>Leitung</b>	PIASTA Tutoren-Team

## 6th International Night of Music

Musik ist die universelle Sprache der Menschheit, die Kulturen verbindet. Darum geht es beim Internationalen Musikabend der International Night of Music. PIASTA bietet zum sechsten Mal allen Studierenden die Möglichkeit, ihre musikalischen Talente in Form von Singen oder Spielen von Instrumenten darzustellen.

Mit unserem Projekt „International Night of Music“ möchten wir Kulturen und neue Menschen aus aller Welt in Hamburg kennenlernen, gemeinsam musizieren und Abwechslung in euren Studienalltag bringen. Falls ihr Spaß daran habt zu singen oder ein Musikinstrument zu spielen, dann zögert nicht uns zu kontaktieren. Alle Teilnehmer treffen sich regelmäßig, um gemeinsam Spaß an der Musik zu haben und sich auf den Auftritt vorzubereiten. Alle sind willkommen, egal ob ihr Professionelle oder Amateure seid. Zu unserem Auftritt im PIASTA-Café laden wir unsere Freunde und Kommilitonen ein. Bei anregenden Gesprächen hören wir akustischen Jazz, Pop, Klassik, alternative oder traditionelle Musik von Talenten aus der ganzen Welt – alles live! Wir freuen uns darauf, einem Publikum aus verschiedenen Nationalitäten und Kulturen einen Abend mit diversen musikalischen Beiträgen präsentieren zu können.

Kontakt zum Mitmachen: piastamusikio@yahoo.com

<b>Konzerttermin</b>	Mi 04.07.2012, 18–21 Uhr
<b>Ort</b>	Rothenbaumchaussee 36, Raum 08 (EG)
<b>Leitung</b>	PIASTA Tutoren-Team

## Kultur und Freizeit

### Hamburg entdecken

#### Funtastic Minigolf

Wir freuen uns, euch zu einem besonderen Minigolferlebnis einzuladen! 18 Bahnen Minigolf in drei verschiedenen Themenwelten bei Schwarzlicht, das heißt, mit vielen Effekten, die das Minigolfen einzigartig machen.

Neben diesem Erlebnis bei spektakulärem Licht wartet auch eine abenteuerliche Welt mit vielen Überraschungen auf euch. Auf einer Entdeckungsreise auf einem versunkenen Kontinent stellt man sich Herausforderungen im Maya-Tempel oder man erkämpft sich seine Bahn durch das Herz des Dschungels! Geschicklichkeit und Freude an Herausforderungen sind gefragt, um sich an Laserstrahlen vorbei zu bewegen oder sich auch durch das Dunkle führen zu lassen. Ein spannendes Erlebnis für die Sinne und viel Spaß und Unterhaltung für alle!

<b>Termin</b>	Sa 14.04.2012, 17:15 Uhr
<b>Treffpunkt</b>	Bei der Bushaltestelle der Linie 281 an der Haltestelle U2 Hagenbecks Tierpark
<b>Leitung</b>	Sebahat Polat, Vera Melinda Galfi
<b>Selbstbeteiligung</b>	4 € (inkl. Snack oder Getränk bis zu 5 €)
<b>Anmeldung</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-programm">www.uni-hamburg.de/piasta-programm</a>

### Alles im Fluss – Ein Panorama der Elbe im Altonaer Museum

Wir leben an einem Fluss, aber kennen wir ihn auch? Das Altonaer Museum bietet uns die Möglichkeit, die Elbe und das Leben im Fluss und am Fluss neu zu entdecken. Ihr seid herzlich dazu eingeladen!

In dieser Veranstaltung werden wir gemeinsam die Ausstellung „Alles im Fluss – Ein Panorama der Elbe“ im Altonaer Museum besuchen und die Gelegenheit bekommen, mehr über die Schifffahrt und die Geschichte Altonas zu erfahren. Im Anschluss daran haben wir die Gelegenheit, uns bei Kaffee und Kuchen und im wunderschönen Ambiente der original erhaltenen Vierländer Kate von 1745 über das Gesehene auszutauschen.

<b>Termin</b>	Sa 28.04.2012, Uhrzeit wird rechtzeitig online bekannt gegeben
<b>Treffpunkt</b>	Vor dem Altonaer Museum
<b>Leitung</b>	Elena Kireva
<b>Selbstbeteiligung</b>	3,50 € (inkl. Snack oder Getränk bis zu 5 €)
<b>Anmeldung</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-programm">www.uni-hamburg.de/piasta-programm</a>

### Hamburger Nebenschauplätze: der etwas andere Stadtrundgang

Habt ihr Lust, Hamburg aus einer ungewohnten Perspektive zu sehen? Nur einige kennen Hamburg von dieser Seite, nur wenige können sie sich konkret vorstellen.

Dies ist ein spezieller Stadtrundgang. Er zeigt Plätze und Orte, die genauso zu Hamburg gehören wie das Rathaus und die Speicherstadt. Es sind die Plätze der Obdachlosen, wie sie kaum einer kennt: Anlaufstellen, Schlafplätze und gefährliche Orte. Die Führungen leiten zwei Verkäufer des Hamburger Straßenmagazins „Hinz&Kunzt“, das ein Sprachrohr des gleichnamigen Projekts zur Unterstützung von wohnungs- und obdachlosen Menschen in Hamburg ist. „Es geht uns nicht darum, Sensationslust zu befriedigen. Wir wollen Verständnis für die Welt der Betroffenen wecken. Und zeigen, dass die Stadt für alle offen bleiben muss“, erläutern die Stadtführer ihre Intention.

Nach der Führung laden wir euch zu einer kleinen Runde in einem gemütlichen Café ein, um Eindrücke austauschen.

<b>Termin</b>	Sa 28.04.2012, 11.30–15 Uhr
<b>Treffpunkt</b>	U-Bahn Station Mönckebergstraße, Ausgang in Richtung Jakobikirche
<b>Leitung</b>	Tatyana Sheina, Lena Sheynfeld
<b>Selbstbeteiligung</b>	Ca. 4 € (inkl. Snack oder Getränk bis zu 5 €)
<b>Anmeldung</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-programm">www.uni-hamburg.de/piasta-programm</a>

## „Hamburger Unterwelten“

### Besichtigung des Bunkers am Hauptbahnhof Hamburg

Erlebt mit uns eine ungewöhnliche Führung durch den Bunker am Hauptbahnhof, der in den Jahren 1941–1944 als Luftschutzbunker hauptsächlich für durchreisende Bahngäste diente. Der Bunker sollte damals für 2460 Menschen Schutz vor Luftangriffen bieten. Während des Kalten Krieges wurde er mit der damals modernen Technik erneuert und als Zivilschutzanlage genutzt.

Durch die Führung in dem Bunker mit seinen 150 Räumen und 2700 m<sup>2</sup> Fläche könnt ihr mehr über die Geschichte der Stadt Hamburg, des Zweiten Weltkriegs und des Kalten Krieges erfahren.

Nach der Führung seid ihr in ein Café eingeladen, wo wir Eindrücke miteinander teilen und uns austauschen können.

<b>Termin</b>	Sa 12.05.2012, 11 Uhr
<b>Treffpunkt</b>	Wird rechtzeitig bekannt gegeben
<b>Leitung</b>	Lena Sheynfeld, Tatyana Sheina
<b>Selbstbeteiligung</b>	Ca. 5 € (inkl. Snack oder Getränk bis zu 8 €)
<b>Anmeldung</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-programm">www.uni-hamburg.de/piasta-programm</a>

## Ein Erlebnis im Planetarium: „Universum der Maya“

Habt ihr Lust, mit uns die Welt der Maya zu erleben? Seit langer Zeit beschäftigen astronomische Geschehnisse wie Planetenbewegungen, Finsternisse und Sonnenwenden die Menschheit. Hochkulturen wie die der Maya zeichneten diese Phänomene auf und beschrieben die unterschiedlichen Sternzyklen. Sie errichteten sogar ihre Tempel und Städte im Einklang mit der Bewegung der Gestirne. Bei diesem Planetariumsbesuch werden wir einen Einblick in diese faszinierende Welt bekommen und uns von den Erkenntnissen der Maya verzaubern lassen. Im Anschluss seid ihr eingeladen, die gewonnenen Eindrücke beim Kaffee und Kuchen auszutauschen.

<b>Termin</b>	Sa 12.05.2012, Uhrzeit wird rechtzeitig online bekannt gegeben
<b>Treffpunkt</b>	Vor dem Eingang des Planetariums
<b>Leitung</b>	Elena Kireva
<b>Selbstbeteiligung</b>	Ca. 3,50 € (inkl. Snack oder Getränk bis zu 5 €)
<b>Anmeldung</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-programm">www.uni-hamburg.de/piasta-programm</a>

## „Heiße Ecke“

### Hamburgs bestes Musical in Schmidts TIVOLI Theater

Wir laden euch ins Schmidts TIVOLI Theater zu einem seiner erfolgreichsten Stücke ein. Seit mehr als 8 Jahren und 1500 Vorstellungen begeistert „Heiße Ecke“, das St. Pauli Musical, ihre Gäste, deren Zahl bereits eine Million überschritt. Damit ist das Stück die aktuell erfolgreichste deutschsprachige Musiktheater-Produktion. Publikum und Kritiker sind einer Meinung: Dieses Stück ist fabelhaft!

Während der zweistündigen Vorstellung erleben die Zuschauer alle möglichen Höhen und Tiefen des Lebens: Freude und Trauer, Lachen und Weinen, Glück, Tod und natürlich die Liebe. Die neun Darstellerinnen und Darsteller stehen jeden Abend in über fünfzig Rollen und Kostümen auf der Bühne.

Das ist ihre eigene Liebeserklärung an St. Pauli, die Theatermacher aus Schmidts TIVOLI geschaffen haben, und die man, wenn man in Hamburg lebt und in die Stadt verliebt ist, auf keinen Fall verpassen darf.

<b>Termin</b>	Di 15.05.2012, 19.30–22 Uhr
<b>Treffpunkt</b>	Im Foyer des Theaters
<b>Leitung</b>	Lena Sheynfeld
<b>Selbstbeteiligung</b>	7,50 € (inkl. Snack oder Getränk bis zu 5 €)
<b>Anmeldung</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-programm">www.uni-hamburg.de/piasta-programm</a>

## Stadtspaziergang durch das Karoiviertel

Bei einem gemütlichen Spaziergang werden wir von einem Reiseführer durch das Karoiviertel geführt. Dabei erzählt er uns von den Veränderungen des Stadtteils, dem Wandel von damals zu heute. Besonderheiten sind z.B. der alte Schlachthof, die Markstraße, der Bunker sowie die einmaligen Hinterhöfe und Terrassen.

Was ist das Karoiviertel? Vor den ehemaligen Stadttoren entstanden zur Zeit der Industrialisierung enge Hinterhofbebauungen, aber auch bürgerliche Stadtviellen. Mittlerweile hat sich in diesen alten Quartieren zwischen Messe, Schlachthof, Dom und Rotlichtviertel eine lebendige neue Geschäftsszene etabliert, und Wohnen in dieser Gegend ist begehrt. Seid dabei, wir freuen uns auf euch!

<b>Termin</b>	Sa 26.05.2012, Uhrzeit wird rechtzeitig online bekannt gegeben
<b>Treffpunkt</b>	U2-Bahnstation Messehallen, Ausgang Karolinestraße
<b>Leitung</b>	Oscar Lino Delgado
<b>Selbstbeteiligung</b>	Ca. 5 € (inkl. Snack oder Getränk bis zu 8 €)
<b>Anmeldung</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-programm">www.uni-hamburg.de/piasta-programm</a>

## Hamburg, meine Perle – Fischmarktbesuch

Schon seit mehr als 100 Jahren ist der Fischmarkt eine der berühmten Hamburger Sehenswürdigkeiten. Er ist nicht nur ein Verkaufsort an sich, der eine wichtige wirtschaftliche und soziale Funktion für einheimische Kunden und Händler erfüllt, sondern auch eine Attraktion, die jeden Sonntag neben Touristen auch Nachtschwärmer anzieht. Das Sortiment begrenzt sich nicht nur auf Fischprodukte. Das Vorstellungsvermögen wird mit der Vielfalt angebotener Produkte überrascht: Heute gibt es sogar Handtaschen oder brasilianische Fahnen zu kaufen. Zur großen Verwunderung der Touristen kaufen auch mitteleuropäische Großstädter auf diesem Markt lebende Hühner, Brieftauben und Kaninchen. An manchen Ständen lässt sich die Kundschaft anpöbeln wie ein Ladendieb: Geld her! Diese Atmosphäre sorgt dafür, dass das Auftreten von Marktschreibern in anderen Städten als Kuriosität des Hamburger Fischmarkts vermarktet wird. Das ist das echte und reine Leben der Stadt, was für internationale Studierende von besonderem Interesse ist. Dabei könnt ihr nicht nur einkaufen, sondern auch richtig viel Spaß haben!

Der sonntägliche Fischmarkt ist ab 5 bis 9.30 Uhr (im Winter ab 7 Uhr) mit Verkaufsständen unter freiem Himmel auf der Großen Elbstraße in Altona geöffnet.

<b>Termin</b>	So 17.06.2012, 8–10 Uhr
<b>Treffpunkt</b>	S-Bahnstation Reeperbahn, an der Kreuzung von der Königstraße und Repermölenbeck
<b>Leitung</b>	Lena Sheynfeld
<b>Selbstbeteiligung</b>	1,50 € (inkl. Snack oder Getränk bis zu max. 5 €)
<b>Anmeldung</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-programm">www.uni-hamburg.de/piasta-programm</a>

## Ausflug ins Miniatur Wunderland

Ihr seid eingeladen, Sehenswürdigkeiten aus der ganzen Welt an einem Ort, im Miniatur Wunderland, zu entdecken!

Das Miniatur Wunderland ist die größte Modelleisenbahnanlage der Welt. 13 km Gleise und ca. 930 digital gesteuerte Züge auf über 1150 m<sup>2</sup> verzaubern nicht nur Modellbahnfreunde. Die Besucher können neben miniaturisiertem Deutschland auch Österreich, Schweiz Skandinavien und Amerika in Klein bewundern. Eins der Highlights der Anlage ist der fiktive Flughafen von Knuffingen. Zu den Besonderheiten gehört ein simulierter Tagesablauf, bei dem sich alle 15 Minuten Dämmerung, Nacht und Tag wiederholen.

Ein Besuch des Miniatur Wunderlandes ist ein großartiges Erlebnis und lohnt sich auf jeden Fall. Wir freuen uns auf euch!

<b>Termin</b>	Sa 23.06.2012, Uhrzeit wird rechtzeitig bekannt gegeben
<b>Treffpunkt</b>	Miniatur Wunderland Hamburg, Kehrvieler 2–4 (Speicherstadt)

<b>Leitung</b>	Vera Melinda Galfi, Sebahat Polat
<b>Selbstbeteiligung</b>	Ca. 4,50 € (inkl. Snack oder Getränk bis zu 5 €)
<b>Anmeldung</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-programm">www.uni-hamburg.de/piasta-programm</a>

## Die Hafentour per Rad

Hast du Lust, den Hafen mit dem Fahrrad zu erkunden? Du bist herzlich eingeladen zu einer spannenden Radtour in Begleitung eines erfahrenen Guides.

Der Hafen bietet mit seinen Kaianlagen, Brücken und Kanälen überraschende Kleinode und eröffnet ungewöhnliche Ausblicke auf die Stadt. Nach Passage des Elbtunnels fahren wir durch den fast menschenleeren Freihafen mit seinen Hafenbecken, Bahngleisen, Kränen und Schuppen. Über die Elbbrücken geht es zurück bis zur Hafencity. Wir freuen uns mit euch auf einen netten Ausflug! Achtung: Unbedingt eigenes Fahrrad mitbringen!

<b>Termin</b>	So 01.07.2012, 10.45 Uhr
<b>Treffpunkt</b>	Landungsbrücken/Alter Elbtunnel
<b>Leitung</b>	Oscar Lino Delgado
<b>Selbstbeteiligung</b>	5 € (inkl. Snack oder Getränk bis zu max. 5 €)
<b>Anmeldung</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-programm">www.uni-hamburg.de/piasta-programm</a>

## Ausflug und Aktivitäten

### Schwimmen lernen für Frauen Stufe 1: Absolute Einsteiger

Dieser Kurs vermittelt erwachsenen Frauen die Fähigkeit, sich angstfrei und sicher schwimmend im Wasser zu bewegen. Ein wesentlicher Bestandteil ist dabei die Wassergewöhnung, das Gleiten und Treiben im ca. 130 cm tiefen und 30° C warmen Bewegungsbad.

Dieser Kurs richtet sich ausdrücklich nur an Frauen. Wir sichern einen geschützten Rahmen für dieses Kursangebot. Männer haben keinen Zugang. Männern bieten wir die Möglichkeit zum Schwimmenlernen in einem gemischten Kurs am Dienstag.

#### Wir unterscheiden:

- Schwimmen lernen Stufe 1: Absolute Einsteiger
- Schwimmen lernen Stufe 2: Einsteiger mit Einstieg ins Tiefwasser

<b>Termin</b>	Jeden Mittwoch 20–21.30 Uhr, in der Zeit vom 18.04.2012 bis 13.06.2012
<b>Ort</b>	Schule Turmweg/Turmweg, Bewegungsbad
<b>Leitung</b>	Evi Petersen, BA Sportwissenschaft, Kursleiterin des Hochschulsports
<b>Kontakt</b>	Hochschulsport Hamburg +49-40-42838-7200 <a href="mailto:hochschulsport@sport.uni-hamburg.de">hochschulsport@sport.uni-hamburg.de</a>

<b>Zielgruppe</b>	Studierende
<b>Selbstbeteiligung</b>	Studierende 61 € Alumnis MA UNI HH 67 € Alumnis Gäste/Externe 92 €
<b>Anmeldung</b>	Anmeldung direkt über den Hochschulsport unter: <a href="http://www.hochschulsport-hamburg.de">www.hochschulsport-hamburg.de</a>
<b>In Kooperation</b>	Hochschulsport Hamburg

### Schwimmen lernen für Frauen Stufe 2: Einstieg ins Tiefwasser

Schwimmen lernen Stufe 2 richtet sich an Frauen, die ihre Schwimmfähigkeiten im tiefen Wasser weiter ausbauen und üben möchten.

#### Ziel:

- Sicheres und angstfreies Bewegen im Wasser
- Angstabbau durch spezielle Gleichgewichtsübungen im Wasser
- Wassergewöhnung mit Auftriebserfahrungen
- Gleiten und Schweben
- Gleichgewichtskontrolle des Körpers im Wasser
- Beinschlag und Armzug für das Brustschwimmen lernen
- Koordination von Arm- und Beinbewegungen beim Brustschwimmen
- Rückenschwimmen mit Gleichzugbewegungen
- Die Atmung auf einer gesicherten Bewegungsbasis

Dieser Kurs richtet sich ausdrücklich nur an Frauen. Wir sichern einen geschützten Rahmen für dieses Kursangebot. Männer haben keinen Zugang. Männern, die sich für den Einstieg ins Tiefwasser interessieren, empfehlen wir unsere gemischten Kurse am Samstag.

#### Wir unterscheiden:

- Schwimmen lernen Stufe 1: Absolute Einsteiger
- Schwimmen lernen Stufe 2: Einsteiger mit Einstieg ins Tiefwasser

<b>Termin</b>	Jeden Montag 10–11.30 Uhr, in der Zeit vom 16.04.2012 bis 09.07.2012
<b>Ort</b>	Batholomäus Schwimmbad, Bachstraße 95,
<b>Leitung</b>	Anna Maciejewski, Kursleiterin des Hochschulsports
<b>Kontakt</b>	Hochschulsport Hamburg +49-40-42838-7200 <a href="mailto:hochschulsport@sport.uni-hamburg.de">hochschulsport@sport.uni-hamburg.de</a>
<b>Zielgruppe</b>	Studierende
<b>Selbstbeteiligung</b>	Studierende 61 € Alumnis MA UNI HH 67 € Alumnis Gäste/Externe 92 €
<b>Anmeldung</b>	<a href="http://www.hochschulsport-hamburg.de">www.hochschulsport-hamburg.de</a>
<b>In Kooperation</b>	Hochschulsport Hamburg

### Aqua-Gymnastik für Frauen

Aqua-Gymnastik trainiert mit speziellen Bewegungsprogrammen vor allem die Rumpfmuskulatur sowie Arm- und Beinmuskeln. Die Bewegung im Wasser trainiert die Koordination und in gewissem Maße auch die Kondition. Dabei werden vielfach Kleingeräte eingesetzt.

#### Ziel:

- Verbesserung der Muskelkraft und Steigerung der Gelenkbeweglichkeit mit sehr geringer Gelenkbelastung
- Gleichgewicht und Koordination
- Herz-Kreislauf-Training

Der Eintritt für das Bad ist im Kurspreis enthalten. Dieser Kurs ist entsprechend der Kriterien der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20 SGB 5 bezuschungsfähig. Der Zuschuss beträgt pro Maßnahme 80 % der Teilnahmegebühren, höchstens 75 €. Eine regelmäßige Teilnahme ist Voraussetzung für eine Kostenbeteiligung.

<b>Termin</b>	Jeden Mittwoch 19–19.45 Uhr, in der Zeit vom 18.04.2012 bis 13.06.2012
<b>Ort</b>	Schule Turmweg Bewegungsbad
<b>Leitung</b>	Evi Petersen, BA Sportwissenschaft, Kursleiterin des Hochschulsports
<b>Kontakt</b>	Hochschulsport Hamburg +49-40-42838-7200 <a href="mailto:hochschulsport@sport.uni-hamburg.de">hochschulsport@sport.uni-hamburg.de</a>
<b>Zielgruppe</b>	Studierende
<b>Selbstbeteiligung</b>	Studierende 64 € Alumnis MA UNI HH 70 € Alumnis Gäste/Externe 94 €
<b>Anmeldung</b>	<a href="http://www.hochschulsport-hamburg.de">www.hochschulsport-hamburg.de</a>
<b>In Kooperation</b>	Hochschulsport Hamburg

### Ausflug in die Hansestadt Rostock

Ihr seid eingeladen zu einem Tagesausflug in die Hansestadt Rostock! Die Stadt Rostock und ihr Ortsteil Warnemünde, der direkt an der Ostseeküste liegt, bilden zusammen ein attraktives Ausflugsziel, das besonders im Frühling und im Sommer wunderschön ist.

Rostock zählt heute etwa 200000 Einwohner und ist, gemessen an seiner Einwohnerzahl und Fläche, die größte Stadt des Landes Mecklenburg-Vorpommern. Kulturell wie wirtschaftlich gilt sie als die wichtigste Stadt in diesem Bundesland. Seit knapp 800 Jahren wird hier Stadtgeschichte geschrieben. Einst angesehenes Mitglied des Hanse Städtebundes, hat die Stadt viel von ihrem ursprünglichen Charme erhalten, sich aber Neuem nie verschlossen.

Unser Weg geht durch die Innenstadt mit ihren bedeutsamen Sehenswürdigkeiten: Historische Altstadt, Steintor, Rathaus, St.-Marien-Kirche, Kröpeliner Straße und Kröpeliner Tor, Universitätsplatz. Und am

Ende landen wir natürlich am Ostseestrand in Warnemünde, wo wir norddeutsche Spezialitäten in einem Café genießen können.

<b>Termin</b>	Sa 21.04.2012, 8.15 Uhr
<b>Treffpunkt</b>	Hamburg Hauptbahnhof Süd, vor dem DB Reisezentrum
<b>Leitung</b>	Elena Sheynfeld
<b>Selbstbeteiligung</b>	6,50 € (inkl. Mittagessen bis zu max. 12 €)
<b>Anmeldung</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-programm">www.uni-hamburg.de/piasta-programm</a>

## Ausflug nach Bremen

Am 5. Mai 2012 lädt PIASTA euch herzlich zum Ausflug nach Bremen ein! Wir werden die schöne norddeutsche Stadt erkunden, uns von ihrer wunderbaren Atmosphäre bezaubern lassen und ihre Geschichte kennenlernen. Wir besichtigen zum Beispiel das Bremer Rathaus, die Bremer Stadtmusikanten und den Bremer Roland, die zu den besonderen Sehenswürdigkeiten Bremens gehören. Die organisierte Führung dauert ca. zwei Stunden, im Anschluss besteht die Möglichkeit, die Stadt auf unsere eigene Weise zu erforschen. Wir freuen uns sehr, zusammen mit euch diese interessante Reise unternehmen zu dürfen!

<b>Termin</b>	Sa 05.05.2012, Uhrzeit wird rechtzeitig online bekannt gegeben
<b>Treffpunkt</b>	Hamburg Hauptbahnhof Süd, vor dem DB Reisezentrum
<b>Leitung</b>	Zuzana Straková
<b>Selbstbeteiligung</b>	Ca. 7 € (inkl. Mittagessen bis zu max. 12 €)
<b>Anmeldung</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-programm">www.uni-hamburg.de/piasta-programm</a>

## Ausflug nach Lübeck

Wir laden euch herzlich zu einer Reise in die außergewöhnliche Hansestadt Lübeck ein. Denn sie ist die einzige der europäischen Städte, deren gesamtes historisches Zentrum mit seiner einzigartigen Architektur (Marienkirche, Dom zu Lübeck, Petrikirche und Jakobikirche, Rathaus etc.), seinen engen Gassen und verwinkelten Gängen von der UNESCO zum Weltkulturerbe erklärt wurde. Nach einem Rundgang in der prächtigen Altstadt werden wir im Rahmen dieser Reise auch das Holstentor („Holstein-Tor“) – das wohl bekannteste und bedeutendste erhaltene Stadttor des Spätmittelalters in Deutschland – besuchen. Die Führung durch das Holstentormuseum wird uns die Möglichkeit bieten, mehr über die Geschichte der Stadt zu erfahren.

Lübeck ist auch für seine Marzipan-Leckereien bekannt. Der Niedereger Marzipansalon nimmt uns mit auf eine Zeitreise durch die Geschichte der Herstellung dieser Lübecker Mandelspezialität. Kommt mit und erlebt mit uns die wunderschöne Stadt Lübeck!

<b>Termin</b>	Sa 19.05.2012, 9.45 bis ca. 20 Uhr
<b>Treffpunkt</b>	Hamburg Hauptbahnhof Süd, vor dem DB Reisezentrum
<b>Leitung</b>	Anna Kornienko, Elena Kireva
<b>Selbstbeteiligung</b>	6,30 € (inkl. Mittagessen bis zu max. 12 €)
<b>Anmeldung</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-programm">www.uni-hamburg.de/piasta-programm</a>

## Ausflug zum Klimahaus Bremerhaven

In diesem Semester wollen wir gemeinsam eine faszinierende Reise durch alle Klimaregionen der Welt im Klimahaus Bremerhaven erleben. Dazu lädt PIASTA euch herzlich ein!

Das Klimahaus ermöglicht seinen Besuchern eine außergewöhnliche Reise um die Welt: vom Hochgebirge der Schweizer Alpen, durch die Wüste der Sahelzone bis hin zum Packeis der Antarktis.

In verschiedenen Ausstellungsbereichen dürfen die Besucher Klimaexperimente zu Feuer, Erde, Wasser und Luft selbst durchführen. Darüber hinaus kann in Themenkammern spielerisch getestet werden, wie im Alltag ein persönlicher Beitrag zum Klimaschutz geleistet werden kann. Seid dabei, es wird sich lohnen!

<b>Termin</b>	Sa 26.05.2012, Uhrzeit wird rechtzeitig online bekannt gegeben
<b>Treffpunkt</b>	Wird rechtzeitig bekannt gegeben
<b>Leitung</b>	Natalia Tskhovrebashvili, Zuzana Strakova
<b>Selbstbeteiligung</b>	Ca. 7 € (inkl. Mittagessen bis zu max. 12 €)
<b>Anmeldung</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-programm">www.uni-hamburg.de/piasta-programm</a>

## Ausflug in die Universitätsstadt Göttingen

Göttingen ist eine bedeutende Universitätsstadt mit langer Bildungstradition. Die Gründung der Georg-August-Universität erfolgte zur Zeit der Aufklärung im Jahr 1737.

2007 erhielt die Universität Göttingen im Rahmen der Exzellenzinitiative als eine von insgesamt 9 Universitäten in Deutschland den Status einer Elite-Universität. Auch die Universitätsbibliothek lässt nichts zu wünschen übrig. Darüber hinaus verfügt die Stadt Göttingen über zahlreiche Kultur- und Kneipenszenen und über viele Möglichkeiten der Freizeitgestaltung. Lasst uns gemeinsam auf eine Entdeckungsreise dieser Universitätsstadt gehen!

<b>Termin</b>	Sa 02.06.2012, Uhrzeit wird rechtzeitig online bekannt gegeben
<b>Treffpunkt</b>	Hamburg Hauptbahnhof, vor der Deutschen Post
<b>Leitung</b>	Agnieszka Soltysiak
<b>Selbstbeteiligung</b>	Ca. 6 € (inkl. Mittagessen bis zu max. 8 €)
<b>Anmeldung</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-programm">www.uni-hamburg.de/piasta-programm</a>

## Reise nach Helgoland

### Auf den Spuren einer wechselvollen Geschichte

Habt ihr Lust auf eine Entdeckungsreise nach Helgoland? Helgoland wird auch als die „Insel der Geschichte“ bezeichnet. Sie blickt auf eine bewegende Geschichte voller denkwürdiger Ereignisse zurück: Die Insel war Seefestung, Seeräubernest, bedeutender Stützpunkt der Seelotsen und zu Beginn des 18. Jahrhunderts sogar größtes Warenumschlagszentrum Europas. Um diese aufregenden historischen Ereignisse zu entdecken, laden wir euch zu einer Reise auf die Insel der Geschichte ein.

Auch für Naturfreunde gibt es einiges zu entdecken: Rund 70 km vom Festland entfernt erhebt sich der mächtige, rote Buntsandsteinfelsen mit grünem Land aus dem Wasser und präsentiert sich mit einer einmaligen Flora und Fauna und einem milden, vom nahen Golfstrom begünstigten Hochseeklima. Wir freuen uns mit euch auf diese tolle Reise!

<b>Termin</b>	Fr 15.06.2012
<b>Treffpunkt</b>	Treffpunkt, Uhrzeit und Ablauf werden rechtzeitig online bekannt gegeben
<b>Leitung</b>	Natalia Tskhovrebashvili
<b>Selbstbeteiligung</b>	Ca. 20 € (inkl. Hin- und Rückfahrt und Verpflegung)
<b>Anmeldung</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-programm">www.uni-hamburg.de/piasta-programm</a>

## Karl-May-Spiele in Bad Segeberg

Träumst du vom Wilden Westen in den 1870ern? Würdest du dir gerne das Leben der Indianer live und nicht im Fernsehen anschauen? Du glaubst aber, dass dies nicht mehr möglich ist? Doch! Seit 1952 ist es dank der Karl-May-Spiele in Bad Segeberg möglich. Inmitten knallender Colts, großer Explosionen und packender Zweikämpfe erleben wir zusammen nicht nur das Leben der Indianer, sondern auch jede Menge Spannung, Romantik und Feuerzauber. Wir laden euch ein, die Vorstellung „Winnetou II“ mit uns gemeinsam zu erleben!

<b>Termin</b>	Sa 30.06.2012, Uhrzeit wird rechtzeitig online bekannt gegeben
<b>Treffpunkt</b>	Hamburg Hauptbahnhof, vor der Deutschen Post
<b>Leitung</b>	Agnieszka Soltysiak
<b>Selbstbeteiligung</b>	Ca. 10 € (inkl. Mittagessen bis zu max. 8 €)
<b>Anmeldung</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-programm">www.uni-hamburg.de/piasta-programm</a>

## Interkulturelles erleben

### Religiöse Vielfalt Hamburgs

Hamburg ist nicht nur reich an Kirchen, sondern auch an Moscheen, Synagogen und Tempeln. Sie schmücken Hamburgs Erscheinungsbild und bereichern die Stadt in ihrer kulturellen Vielfalt. Ihr seid herzlich zu einem Ausflug mit uns eingeladen. Wir möchten mit euch einige dieser Bauten auch mal von innen anschauen ...

<b>Termin</b>	Voraussichtlich April 2012, Uhrzeit wird rechtzeitig bekannt gegeben
<b>Treffpunkt</b>	Edmund-Siemers-Allee 1, vor dem Hauptgebäude
<b>Leitung</b>	Sevgi Ünver
<b>Selbstbeteiligung</b>	5 € (inkl. Snack und Getränk bis zu max. 8 €)
<b>Anmeldung</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-programm">www.uni-hamburg.de/piasta-programm</a>

### „BEATLEMANIA“ – Besuch des Beatles-Museums

Ein halbes Jahrhundert nach ihrem ersten Auftritt in Hamburg haben die Beatles wieder eine feste Adresse in der Hansestadt: BEATLEMANIA! Mitten auf der Reeperbahn, dort, wo die Karriere der Beatles begann, befindet sich ein Museum, in dem die Welt der Liverpooles Jungs und ihre Musik erlebt werden können. Über fünf Stockwerke werden viele einmalige, weltweit gesuchte und noch nie gezeigte Exponate sowie zahlreiche Zeitzeugen-Interviews präsentiert und greifbar gemacht. Ihr seid herzlich eingeladen, mit uns das Beatles-Erlebnis in Hamburg St. Pauli zu genießen!

<b>Termin</b>	Sa 21.04.2012, 13 Uhr
<b>Treffpunkt</b>	Wird rechtzeitig bekannt gegeben
<b>Leitung</b>	Agnieszka Soltysiak
<b>Selbstbeteiligung</b>	Ca. 5 € (inkl. Snack oder Getränk bis zu max. 5 €)
<b>Anmeldung</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-programm">www.uni-hamburg.de/piasta-programm</a>

### Völkerkundemuseum – Nomaden in einer sesshaften Welt

Erfahre mehr über die geheimnisvolle Welt der Nomaden, die eine 5000-jährige Geschichte in einer regionalen Breite von Marokko bis Tibet und Sibirien haben.

Die Ausstellung erzählt von vielfältigen Unterschieden zwischen nomadischen und sesshaften Menschen, sie stellt die Kulturen und politischen Ansichten von beiden Seiten dar.

Die Ausstellung ist im ganzen Museum verteilt, dadurch bekommt man das Gefühl, dass die BesucherInnen selbst Nomaden sind. In einer ungewöhnlichen Atmosphäre vergisst man die reale Welt und verweist in die Welt der Nomaden von Marokko nach Sibirien.

Anschließend haben wir die Möglichkeit, uns in einem Café über das Gesehene auszutauschen und Eindrücke miteinander zu teilen.

<b>Termin</b>	Sa 21.04.2012, die Uhrzeit wird rechtzeitig online bekannt gegeben
<b>Treffpunkt</b>	Museum für Völkerkunde Hamburg, Rothenbaumchaussee 64
<b>Leitung</b>	Tatyana Sheina, Vera Melinda Galfi
<b>Selbstbeteiligung</b>	Ca. 3,70 € (inkl. Snack oder Getränk bis zu 5 €)
<b>Anmeldung</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-programm">www.uni-hamburg.de/piasta-programm</a>

### Climate Change – Individual Actions to Meet a Global Challenge

Even though the climate change is a daily topic in the media, the information thus available is highly heterogeneous resp. unclear. The aim of this seminar is to provide a scientific and multi-disciplinary perspective on the foreseen global warming in an understandable way. The physical and biological basis, social aspects and the current political situation will be analyzed. Emphasis will be given to possible individual actions against climate change. Furthermore, after a screening of the documentary „Home“, a colloquium will take place. The documentary chronicles the present-day state of the earth, its climate and how we, as the dominant species, have long-term repercussions on its future. The colloquium will be the perfect occasion to bring together different ideas and impressions regarding this matter. Global warming is a challenge for humankind, therefore a good understanding of the underlying causes as well as those between different cultures is essential.

<b>Termin</b>	Fr 11.05.2012, 9–17 Uhr
<b>Treffpunkt</b>	Wird rechtzeitig online bekannt gegeben
<b>Leitung</b>	Miriam Ferrer González, Studienfach - Integrated Climate System Sciences (M.A.)
<b>Sprache</b>	Englisch
<b>Anmeldung</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-programm">www.uni-hamburg.de/piasta-programm</a>

### Vietnamesischer Kochkurs Original vietnamesische Frühlingsrollen!

Bekannt ist Vietnam unter anderem für seine Frühlingsrollen. Sie werden aus frischen, rohen Zutaten zubereitet und frittiert gegessen. Diese köstlichen vietnamesischen Frühlingsrollen sind nicht mit den chinesischen Pfannkuchenrollen zu verwechseln, denn die vietnamesischen Frühlingsrollen werden traditionell in Reispapier eingewickelt. Das Ergebnis ist der Mühe wert. Allein das Wort Reispapier macht viele neugierig und die Rollen knusprig sowie geschmackvoll.

Ich als Südvietnamesin freue mich, euch das originale und leckere Rezept der vietnamesischen Frühlingsrollen vorzustellen und sie in gemütlicher Atmosphäre mit euch zuzubereiten und anschließend

gemeinsam zu genießen. Lernt also die eigenständige und vielseitige Kochtradition von Vietnam kennen und lasst euch dieses besondere Geschmackserlebnis nicht entgehen!

<b>Termin</b>	Sa 12.05.2012, die Uhrzeit wird rechtzeitig online bekannt gegeben
<b>Treffpunkt</b>	Gekreuzte Möhrchen, Bernstorffstraße 89
<b>Leitung</b>	Tuong-Van Nguyen
<b>Selbstbeteiligung</b>	Ca. 7 €
<b>Anmeldung</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-programm">www.uni-hamburg.de/piasta-programm</a>

### Tour durch die Moscheen

Habt ihr mal Lust auf etwas anders als die Wissenschaft? Dann kommt mit uns! Ob ihr aus einem islamischen Land seid oder nicht, eine Tour durch die Moscheen in Hamburg kann sehr spannend für euch werden. Mit uns werdet ihr die Architektur von drei unterschiedlichen Moscheen sehen und viel über die islamische Kultur in Hamburg lernen. Wenn ihr Fragen zum Islam habt, dann ist diese die beste Gelegenheit, Antworten darauf zu bekommen. Zum Abschluss lassen wir den Nachmittag gemeinsam in einem Café ausklingen.

<b>Termin</b>	Di 29.5.2012, 11.30–ca. 15.30 Uhr
<b>Treffpunkt</b>	Wird rechtzeitig bekannt gegeben
<b>Leitung</b>	Zakia Akasbi
<b>Sprache</b>	Deutsch
<b>Selbstbeteiligung</b>	2,50 € (inkl. Snack und Getränk bis zu 8 €)
<b>Anmeldung</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-programm">www.uni-hamburg.de/piasta-programm</a> (spätestens bis zum 22.05.2012)

### Internationales Maritimes Museum 3000 Jahre Seefahrtsgeschichte

Das Internationale Maritime Museum Hamburg erzählt von Entdeckern und Eroberern, von Kapitänen und Seeleuten und bietet eine Expedition durch 3000 Jahre Menschheitsgeschichte. Auf zehn Stockwerken und mehr als 11000 m<sup>2</sup> Ausstellungsfläche lernen die BesucherInnen Schifffahrts- und Marinegeschichte kennen und können wertvolle Exponate, Schiffsmodelle und Gemälde bewundern. Seid ihr interessiert? Dann meldet euch an! Wir freuen uns auf euch!

<b>Termin</b>	Sa 09.06.2012, Uhrzeit wird rechtzeitig online bekannt gegeben
<b>Treffpunkt</b>	Internationales Maritimes Museum Hamburg, Koreastraße 1 (Speicherstadt)
<b>Leitung</b>	Vera Melinda Galfi
<b>Selbstbeteiligung</b>	Ca. 5 € (inkl. Snack oder Getränk bis zu 5 €)
<b>Anmeldung</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-programm">www.uni-hamburg.de/piasta-programm</a>



## Ein musikalischer Abend im Schauspielhaus

Mit seiner über hundertjährigen Geschichte und 1192 Zuschauerplätzen ist das Deutsche Schauspielhaus das größte und eins der renommiertesten Sprechtheatern in Hamburg.

Die Vorstellung „Zigeuner Junge“ wird schon seit ihrer Uraufführung im Jahre 2008 mit einem großen Erfolg gespielt. Das ist ein musikalischer Liederabend, bei dem das Publikum die unverbrauchte Balkan Pop- und Volksmusik genießt. Dem Regisseur und den großartigen Schauspielern gelingt es, ein absolut witziges, tolles und unterhaltsames Theaterstück zu inszenieren. Das Publikum ist immer begeistert! Wir freuen uns auf diesen Abend mit euch!

<b>Termin</b>	Voraussichtlich Juni, Uhrzeit wird rechtzeitig online bekannt gegeben
<b>Treffpunkt</b>	Vor dem Deutschen Schauspielhaus, Kirchenallee 39
<b>Leitung</b>	Elena Sheynfeld
<b>Selbstbeteiligung</b>	Ca. 4,60 € (inkl. Snack oder Getränk bis zu max. 5 €)
<b>Anmeldung</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-programm">www.uni-hamburg.de/piasta-programm</a>

# Training und Coaching



## Arbeits- und Entspannungstechniken

### Selbstmanagement – den Alltag besser im Griff

In den Workshops geht es darum, wie man sein Leben stressfreier organisiert, seine Ziele besser erreicht und zufriedener mit seinem Alltag wird. Es werden in vier Blöcken die Themen Selbstmanagement, Zeitmanagement, Stressmanagement und Zielmanagement beleuchtet.

#### Lernziele:

- Sich selbst besser verstehen, die eigenen Probleme und Wünsche entdecken
- Neue Pläne umsetzen, um etwas zum Positiven zu verändern
- Methoden zur Selbstdisziplin und eigenen Balance kennenlernen

#### Lerninhalte:

- Selbstmanagement, Zeitmanagement, Stressmanagement und Zielmanagement
- Verschiedene Methoden wie Tests, Gruppenspiele und Übungen ausprobieren
- Ergebnisse erzielen und Alltagshilfen bekommen

<b>Termin</b>	Di 08.05.2012, 16.30–19.30 Uhr Di 15.05.2012, 16.30–19.30 Uhr Di 22.05.2012, 16.30–19.30 Uhr Di 05.06.2012, 16.30–19.30 Uhr
<b>Ort</b>	Rothenbaumchaussee 36, Raum 08 (EG)
<b>Leitung</b>	Esther Kaufmann, B.A. Medien- und Kommunikationswissenschaften
<b>Sprache</b>	Deutsch
<b>Anmeldung</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-programm">www.uni-hamburg.de/piasta-programm</a>

### Entspannungstechniken gegen Studienstress

In Zeiten besonderer Herausforderungen, zur Klausurenzeit oder anderen Stresszeiten ist es besonders wichtig, seine innere Ruhe zu bewahren, um einen klaren Kopf zu behalten. Dabei können Entspannungstechniken sehr gute Hilfe leisten. Nach einer bewussten Entspannung kann man sich frischer und leistungsfähiger fühlen. Verschiedene Entspannungsformen können in unterschiedlichen Lebenssituationen sinnvoll sein. In diesem Workshop werden verschiedene Entspannungsverfahren in Theorie und Praxis vorgestellt und geübt.

#### Seminarinhalte:

- Progressive Muskelentspannung nach Jacobson: Eine relativ aktive Form der Entspannung mit einem Wechselrhythmus zwischen Anspannung und Entspannung von Muskeln. Dabei entsteht eine fortschreitende Entspannung.
- Autogenes Training: Eine ruhige und unauffällige Form der Entspannung, die weniger aktiv ist. Man konzentriert sich auf festgelegte beruhigende Sätze. Diese rufen Gefühle und körperliche Entspannung hervor.

- Atemübungen: Training der Atembeobachtung und des bewussten Einsatzes der Atmung zur Entspannung.
- Übungen aus dem „Sounder Sleep System“: Tages-Entspannungsübungen und Übungen zum Einschlafen.

Jeder Teilnehmer erhält eine CD zur Information und zur Nachbereitung dieses Workshops. Das eigenständige Weiterüben wird dadurch leichter.

#### Lernziele:

- Unterschiedliche Möglichkeiten zur Entspannung kennenlernen
- Aktivierung und Entspannung bewusst erleben
- Möglichkeiten kennenlernen, mit Stress umzugehen

#### Lerninhalte:

- Praxis der Entspannungstechniken kennenlernen
- Reflexion der eigenen Stressreaktionen
- Welche Entspannungstechnik ist für wen geeignet?

<b>Termin</b>	Sa 12.05.2012, 10–17 Uhr
<b>Ort</b>	Sportpark der Universität, Mollerstraße 10 (alte Villa, linker Eingang, Lesesaal, Raum 16, EG)
<b>Leitung</b>	Marina Primas, Diplom Psychologin, Kursleiterin des Hochschulsports
<b>Kontakt</b>	Hochschulsport Hamburg +49-40-42838-7200 <a href="mailto:hochschulsport@sport.uni-hamburg.de">hochschulsport@sport.uni-hamburg.de</a>
<b>Sprache</b>	Deutsch
<b>Zielgruppe</b>	Studierende
<b>Selbstbeteiligung</b>	12 € (inklusive einer begleitenden CD)
<b>Anmeldung</b>	<a href="http://www.hochschulsport-hamburg.de">www.hochschulsport-hamburg.de</a>
<b>In Kooperation</b>	Hochschulsport Hamburg

### ACEM-Meditation

Die skandinavische Meditationsmethode ACEM vermittelt den Teilnehmenden Übungen zur Tiefenentspannung. ACEM löst nicht nur körperliche und seelische Anspannungen, sondern reduziert nachgewiesenermaßen Stress, Nervosität und Schlafstörungen. Mit dieser Form der Meditation kommt Gelassenheit in den Studienalltag und in Prüfungszeiten. ACEM-Meditation ist einfach zu erlernen und lässt sich problemlos in den Alltag übertragen.

#### Lernziele:

- Freisetzung eigener Energiereserven
- Verbesserung des allgemeinen Wohlbefindens
- Steigerung der Leistungsfähigkeit

<b>Termin</b>	Sa/So 02./03.06.2012, jeweils 13–16.30 Uhr
<b>Ort</b>	Sportpark der Universität, Mollerstraße 10 (alte Villa, linker Eingang, Lesesaal, Raum 16, EG)

<b>Leitung</b>	Prof. Runar Mathisen, ACEM Instruktor, Kursleiter des Hochschulsports
<b>Kontakt</b>	Hochschulsport Hamburg +49-40-42838-7200 hochschulsport@sport.uni-hamburg.de
<b>Sprache</b>	Deutsch
<b>Zielgruppe</b>	Studierende
<b>Anmeldung</b>	www.hochschulsport-hamburg.de
<b>In Kooperation</b>	Hochschulsport Hamburg

### Autogenes Training – stressfrei und entspannt durch Prüfungen

Autogenes Training ist eine auf Autosuggestion basierende Entspannungstechnik. Die Anwendungsbereiche dieser Technik zur Vorbeugung des Burnout-Syndroms und im Bereich des Lernens sind sehr wirksam. Bei regelmäßiger Anwendung kann vermieden werden, dass negativer Stress zu Lernblockaden führt. Der Teufelskreis in Prüfungssituationen kann so durchbrochen werden. Die Suggestionen erfolgen in einfachen, kurzen Sätzen. Die einzelnen Übungen dauern zwischen 3 und 15 Minuten.

#### Lernziele:

- Entspannung des Körpers ohne Hilfsperson oder technische Hilfsmittel mit den Mitteln der Vorstellungskraft
- Verbesserung des allgemeinen Wohlbefindens
- Steigerung der Leistungs- und Entspannungsfähigkeit

<b>Termin</b>	Sa/So 16./17.06.2012, jeweils 13–16.30 Uhr
<b>Ort</b>	Sportpark der Universität, Mollerstraße 10 (alte Villa, linker Eingang, Lesesaal, Raum 16, EG)
<b>Leitung</b>	Holger Hagen, Psychotherapeut, Trainer und Coach, Kursleiter des Hochschulsports
<b>Kontakt</b>	Hochschulsport Hamburg +49-40-42838-7200 hochschulsport@sport.uni-hamburg.de
<b>Sprache</b>	Deutsch
<b>Zielgruppe</b>	Studierende
<b>Anmeldung</b>	www.hochschulsport-hamburg.de
<b>In Kooperation</b>	Hochschulsport Hamburg

### Weniger Stress – mit Hatha Yoga entspannt und aktiv durchs Studium

Die zunehmend hohen Anforderungen des Studiums erzeugen Stress. Ob diese Anforderungen negative oder positive Gefühle erzeugen, hängt stark von uns selber ab. Es ist deshalb erforderlich, ein Bewusstsein über Gedanken, Gefühle und Situationen zu entwickeln.

Die Techniken des Yoga können einen Weg darstellen, einen Raum der Ruhe innerhalb der Gefühlswelt zu finden. Dies ist ein Ausweg aus

dem destruktiven negativen Stress. Jeder Mensch hat die Fähigkeit, ein ausgeglichenes Leben zu führen. Bewegung spielt dabei eine wichtige Rolle.

Dieser Workshop bietet die Möglichkeit, mit den Techniken des Hatha Yoga sich vertiefend und intensiv mit persönlichen stressenden Gedanken und Gefühlen auseinanderzusetzen. Es werden ausgesuchte Übungen erprobt, die den Körper entspannen und auch aktivieren können. Es gibt Raum für Erklärungen und den erforderlichen theoretischen Hintergrund.

#### Lernziele:

- Was ist Stress?
- Positiver und negativer Stress
- Stress und Gefühle – wie hängen sie zusammen?
- Aktivierung und Entspannung zur Stressreduktion
- Möglichkeiten, mit Stress umzugehen

#### Lerninhalte:

- Praxis der Yogaübungen
- Reflexion der eigenen Gefühlsreaktionen

<b>Termin</b>	Sa 07.07.2012, 13–18 Uhr
<b>Ort</b>	Sportpark der Universität, Mollerstraße 10 (alte Villa, linker Eingang, Lesesaal, Raum 16, EG)
<b>Leitung</b>	Vera Vorreiter, Gesundheitstrainerin, Yogalehrerin, Kursleiterin des Hochschulsports
<b>Kontakt</b>	Hochschulsport Hamburg +49-40-42838-7200 hochschulsport@sport.uni-hamburg.de
<b>Sprache</b>	Deutsch
<b>Zielgruppe</b>	Studierende
<b>Anmeldung</b>	www.hochschulsport-hamburg.de
<b>In Kooperation</b>	Hochschulsport Hamburg

## Präsentieren im Studium

### Freies Sprechen – sicher reden vor Gruppen

Viele Situationen im Studium und Beruf erfordern ein sicheres Auftreten. Dieses Seminar soll dabei helfen, bei Präsentationen, z.B. Referaten, Vorträgen, mündlichen Prüfungen oder Vorstellungsgesprächen, mehr Sicherheit zu gewinnen, sodass die Inhalte bei den ZuhörerInnen gut ankommen.

#### Lernziele:

- Die eigene Vortragsweise reflektieren
- Techniken für gelungenes Vortragen kennenlernen und ausprobieren
- Mehr Sicherheit und Selbstbewusstsein für das freie Sprechen gewinnen

**Lerninhalte:**

- Es wird ein kurzer Überblick darüber gegeben, wovon das Sprechverhalten beeinflusst wird und wie Stimme und Atmung zusammenhängen.
- Es werden Sprechtechniken, Körpersprache, Gestik und Mimik geübt.
- Auf dieser Grundlage wird eine eigene Rede geplant und gehalten.

<b>Achtung</b>	Die Inhalte der Kurse A und B sind identisch, bitte melde dich nur für einen der beiden Termine an
<b>Termine</b>	Kurs A: Sa 28.04.2012, 10–18 Uhr, Kurs B: Sa 07.07.2012, 10–18 Uhr
<b>Ort</b>	Rothenbaumchaussee 36, Raum 08 (EG)
<b>Leitung</b>	Soheila Safari, Diplom-Psychologin und ausgebildete Konfliktmanagerin
<b>Sprache</b>	Deutsch
<b>Anmeldung</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-programm">www.uni-hamburg.de/piasta-programm</a>

**Schlüsselkompetenzen****Verhandlungen meistern – psychologische Fallen & Chancen kennen und nutzen**

Absprachen zu treffen und diese zu verhandeln gehört zum Alltag dazu. Viele Verhandlungsspielräume bleiben jedoch ungenutzt, weil sie nicht erkannt werden oder der Mut fehlt, sie auszuloten. Was lässt sich eigentlich alles verhandeln? Wie gehe ich mit einem schwierigen Gegenüber um? Was muss ich bei VerhandlungspartnerInnen aus unterschiedlichen Kulturen beachten? Welche psychologischen Mechanismen spielen bei Verhandlungen eine Rolle? Und wie kann ich es schaffen, den eigenen Standpunkt fest zu vertreten, ohne die Beziehung zu meinen VerhandlungspartnerInnen zu gefährden? Diesen und anderen Fragen soll nachgegangen werden. Anhand von Fallbeispielen und eigenem Ausprobieren wird der Grundstein für die spielerische Weiterentwicklung der eigenen Verhandlungskompetenz gelegt.

**Lerninhalte:**

- Eigene Verhandlungsspielräume erkennen
- Gestaltung des optimalen Ablaufs: Vorbereitung, Verhandlung, Nachbereitung
- Umgang mit Emotionen, Druck und unfairen VerhandlungspartnerInnen
- Kennenlernen wichtiger Einflussgrößen, wie z.B. Kultur und Gender

<b>Termin</b>	Fr 13.04.12, 10–18 Uhr
<b>Ort</b>	Rothenbaumchaussee 36, Raum 08 (EG)

<b>Leitung</b>	Corinna Mertz, Diplom-Psychologin und ausgebildete Problem- und Konfliktberaterin, und Moritz Meyer, Diplom-Psychologe und ausgebildete Problem- und Konfliktberater
<b>Sprache</b>	Deutsch
<b>Anmeldung</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-programm">www.uni-hamburg.de/piasta-programm</a>

**Kompetent Kommunizieren – effektiv Gespräche führen**

Kommunikative Kompetenzen gelten heutzutage als Basisqualifikationen im universitären und beruflichen Kontext und sind Voraussetzung für erfolgreiche Gesprächsführung und Zusammenarbeit. In diesem Seminar geht es darum, die eigene Kommunikationskompetenz zu erweitern, sein Sprech- und Verhaltensrepertoire flexibel an unterschiedliche GesprächspartnerInnen und -situationen anzupassen und dabei trotzdem authentisch zu bleiben.

**Lernziele:**

- Reflexion über das eigene Kommunikationsverhalten
- Schulung der eigenen Gesprächskompetenz durch Aneignung von hilfreichen Instrumenten und Gesprächstechniken
- Kenntnisse über Hilfsmittel für schwierige Gesprächssituationen

**Lerninhalte:**

- Konstruktive Kritik an anderen üben; Feedback geben und annehmen
- Vermittlung von verschiedenen Kommunikationsmodellen (u.a. von Watzlawick und Schulz v. Thun)
- Praktische Übungen und Rollenspiele

<b>Achtung</b>	Blockveranstaltung, Teilnahme an beiden Terminen ist obligatorisch!
<b>Termin</b>	Fr 11.05.2012, 14–17 Uhr, und Sa 12.05.2012, 10–18 Uhr
<b>Ort</b>	Rothenbaumchaussee 36, Raum 08 (EG)
<b>Leitung</b>	Lea Kühne, Diplom-Pädagogin und ausgebildete Problem- und Konfliktberaterin
<b>Sprache</b>	Deutsch
<b>Anmeldung</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-programm">www.uni-hamburg.de/piasta-programm</a>

**Konfliktmanagement**

Konflikte sind im Leben unvermeidbar. Ein konstruktiver Umgang mit Konflikten ist erlernbar. Dieses Seminar richtet sich an alle, die lernen möchten, Konflikte klarer zu sehen und sie als Chance zu nutzen. Es empfiehlt sich, vorher den Kurs „Kompetent kommunizieren“ zu besuchen!

**Lernziele:**

- Eigenes Konfliktverhalten reflektieren
- Kommunikationsfähigkeit und Wahrnehmung der eigenen und fremden Verhaltensweisen trainieren

- Konfliktlösungsstrategien kennenlernen und eigene Umgangsweisen damit entwickeln

#### Lerninhalte:

- Theoretische Modelle
- Praktische Übungen und Rollenspiele

<b>Achtung</b>	Blockveranstaltung, Teilnahme an beiden Terminen ist obligatorisch!
<b>Termin</b>	Fr 01.06.2012, 14–17 Uhr, und Sa 02.06.2012, 10–18 Uhr
<b>Ort</b>	Rothenbaumchaussee 36, Raum 08 (EG)
<b>Leitung</b>	Soheila Safari, Diplom-Psychologin und ausgebildete Konfliktmanagerin, Lea Kühne, Diplom-Pädagogin und ausgebildete Problem- und Konfliktberaterin
<b>Sprache</b>	Deutsch
<b>Anmeldung</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-programm">www.uni-hamburg.de/piasta-programm</a>

## Interkulturelle Kompetenzen

### Infoveranstaltung: Certificate Intercultural Competence

Das Certificate Intercultural Competence (CIC) ist ein extracurriculares Angebot der Universität Hamburg. Das Zertifikat wird Studierenden der Universität Hamburg ausgestellt, die sich in besonderem Maße mit interkulturellen Themen beschäftigen.

Es ist eine Anerkennung für interkulturelles Engagement und eine zusätzliche Auszeichnung für Studierende. Die erfolgreiche Teilnahme an drei von vier Bausteinen berechtigt zum Erwerb des Zertifikats.

Das Certificate Intercultural Competence umfasst ein interkulturelles Training als Pflichtbaustein sowie Sprachkurse, international ausgerichtete Lehrveranstaltungen, internationale Erfahrung und interkulturelles Engagement als Wahlbausteine.

Das Zertifikat kann in beliebig vielen Semestern innerhalb der Studienzzeit an der Universität Hamburg abgeschlossen werden.

<b>Termin</b>	Mi 18.4.2012, 18 Uhr
<b>Ort</b>	Raum 221, ESA 1 West
<b>Info</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/cic">www.uni-hamburg.de/cic</a>
<b>Kontakt</b>	<a href="mailto:Julia.Quante@verw.uni-hamburg.de">Julia.Quante@verw.uni-hamburg.de</a>
<b>Sprache</b>	Deutsch

### Climate Change – Individual Actions to Meet a Global Challenge

Even though the climate change is a daily topic in the media, the information thus available is highly heterogeneous resp. unclear. The aim of this seminar is to provide a scientific and multi-disciplinary perspective on the foreseen global warming in an understandable way. The physical and biological basis, social aspects and the current political situation will be analyzed. Emphasis will be given to possible individual actions against climate change. Furthermore, after a screening of the documentary „Home“, a colloquium will take place. The documentary chronicles the present-day state of the earth, its climate and how we, as the dominant species, have long-term repercussions on its future. The colloquium will be the perfect occasion to bring together different ideas and impressions regarding this matter. Global warming is a challenge for humankind, therefore a good understanding of the underlying causes as well as those between different cultures is essential.

<b>Termin</b>	Fr 11.05.2012, 9–17 Uhr
<b>Ort</b>	Wird rechtzeitig online bekannt gegeben
<b>Leitung</b>	Miriam Ferrer González, Studienfach - Integrated Climate System Sciences (M.A.)
<b>Sprache</b>	Englisch
<b>Anmeldung</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-programm">www.uni-hamburg.de/piasta-programm</a>

### Interkulturelle Kompetenzen für Alltag, Studium und Beruf

Wozu braucht man interkulturelle Kompetenz eigentlich? Durch die Globalisierung wird in Zukunft das Arbeiten in interkulturell zusammengesetzten Teams zunehmen. Interkulturelle Kompetenz wird als Schlüsselqualifikation von Arbeitgebern vorausgesetzt. In diesem Seminar wird geklärt, was überhaupt unter dem Begriff Kultur zu verstehen ist und wie man interkulturell kompetent agieren kann.

#### Lernziele:

- Reflexion über die eigene Kultur und die damit verbundenen Werte, Verhaltens- und Denkweisen
- Erkennen und Nutzen von kulturell bedingten Unterschieden in der Kommunikation

#### Lerninhalte:

- Theoretische und praktische Auseinandersetzung mit der deutschen Kultur
- Kenntnisse über Kulturkonzepte und Eigenschaften verschiedener Kulturen
- Praktische Übungen zu kulturellen Aspekten in verschiedenen Kommunikationssituationen

<b>Achtung</b>	Blockveranstaltung, Teilnahme an beiden Terminen ist obligatorisch!
<b>Termin</b>	Fr 22.06.12, 14–17 Uhr, und Sa 23.06.12, 10–18 Uhr
<b>Ort</b>	Rothenbaumchaussee 36, Raum 08 (EG)

<b>Leitung</b>	Soheila Safari, Diplom-Psychologin und ausgebildete Konfliktmanagerin, Lea Kühne, Diplom-Pädagogin und ausgebildete Problem- und Konfliktberaterin
<b>Sprache</b>	Deutsch
<b>Anmeldung</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-programm">www.uni-hamburg.de/piasta-programm</a>

## Intercultural Competence – Exploring Transcultural Identity

Apart from foreign language skills and knowledge about the target culture, recognizing and living cultural differences is still a source of misunderstanding and instinctive assumptions. Between nations and countries but also within companies, institutions, and families, concepts of, for example, time, success, relationships or negotiations differ widely. Acting with intercultural competence means turning unknown differences into known ones and revealing the assets needed to act under the conditions of globalized society.

The workshop provides a systemic and process-oriented view on intercultural competence as a general one. It starts with analyzing one's own perception and interpretation of cultural specifics, especially in German society. Based on case studies, the training explores options to interact and communicate.

<b>Achtung</b>	Teilnahme an beiden Terminen ist obligatorisch!
<b>Termin</b>	Sa 30.06.2012 und So 01.07.2012, jeweils 9–17 Uhr (Blockveranstaltung)
<b>Ort</b>	Universität Hamburg, Career Center, Monetastraße 4
<b>Leitung</b>	Claudia Heinrich, M. A. Phil.
<b>Sprache</b>	Englisch
<b>Anmeldung</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/careercenter">www.uni-hamburg.de/careercenter</a>
<b>In Kooperation</b>	Career Center der Universität Hamburg

- Arbeiten mit Vorlagen
- Erstellung von Folienmastern
- Erzeugung und Gestaltung von Zeichenobjekten und Grafiken

<b>Termin</b>	Sa 05.05.2012, 10–16 Uhr
<b>Ort</b>	Wird rechtzeitig bekannt gegeben
<b>Leitung</b>	Blendi Ramaj, Dipl.-Kaufmann
<b>Sprache</b>	Deutsch
<b>Anmeldung</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-programm">www.uni-hamburg.de/piasta-programm</a>

## PowerPoint für Fortgeschrittene

Dieser Kurs ist die Fortsetzung des Kurses „PowerPoint für AnfängerInnen“.

### Lernziele:

- Vertiefung der Kenntnisse in PowerPoint
- Sicherer Umgang mit Folienmastern sowie Einfügen verschiedener Multimedia-Elemente
- Anwendung der erworbenen Kenntnisse auf praxisnahe Fälle

### Lerninhalte:

- Grundlegendes zur Gestaltung von Präsentationen
- Gestaltung von Vorlagen und Folienmastern
- Erstellung und Gestaltung von Organigrammen und Diagrammen
- Einfügen und Bearbeiten verschiedener Multimedia-Elemente
- Wirkungsvoller Einsatz von Animationen
- Professionelle Vorführung von Präsentationen

<b>Termin</b>	So 06.05.2012, 10–16 Uhr
<b>Ort</b>	Wird rechtzeitig bekannt gegeben
<b>Leitung</b>	Blendi Ramaj, Dipl.-Kaufmann
<b>Sprache</b>	Deutsch
<b>Anmeldung</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-programm">www.uni-hamburg.de/piasta-programm</a>

## PC-Kompetenzen

### PowerPoint für AnfängerInnen

PowerPoint gehört zu den meistverbreiteten Microsoft-Office-Programmen. In diesem Kurs wird beim Einstieg in die Welt von PowerPoint geholfen. Schwerpunkte im Kurs sind praktische Übungen am PC.

#### Lernziele:

- Grundlegender Umgang mit PowerPoint
- Erstellen von typischen PowerPoint-Präsentationen

#### Lerninhalte:

- Grundlagen zum Arbeiten mit Präsentationen
- Grundlegende Textgestaltung
- Arbeiten mit verschiedenen Folienelementen

### Excel für AnfängerInnen

Excel gehört zu den meistverbreiteten Microsoft-Office-Programmen. In diesem Kurs wird beim Einstieg in die Welt von Excel geholfen. Schwerpunkte im Kurs sind praktische Übungen am PC.

#### Lernziele:

- Grundlegender Umgang mit Excel
- Durchführen und Verstehen von grundlegenden Funktionen in Excel
- Sicherer Umgang mit erlernten Optionen durch praktische Übungsbeispiele

#### Lerninhalte:

- Grundlegende Tabellenbearbeitung (Ausfüllen, Verschieben und Kopieren)

- Mit Formeln und Funktionen arbeiten
- Relative, absolute und gemischte Feldbezüge verwenden
- Diagramme erstellen und schnell gestalten
- Gestaltung von Tabellen, Verknüpfung von Blättern und Dateien
- Tipps und Tricks für das Arbeiten mit Excel

<b>Achtung</b>	Die Inhalte der Wochenendkurse A und B sind identisch, bitte melde dich nur für einen der beiden Wochenendtermine an
<b>Termin</b>	Kurs A: Sa/So 12./13.05.2012, jeweils 10–16 Uhr Kurs B: Sa/So 14./15.07.2012, jeweils 10–16 Uhr
<b>Ort</b>	Wird rechtzeitig bekannt gegeben
<b>Leitung</b>	Blendi Ramaj, Dipl.-Kaufmann
<b>Sprache</b>	Deutsch
<b>Anmeldung</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-programm">www.uni-hamburg.de/piasta-programm</a>

### Word für AnfängerInnen

Microsoft Word wird heutzutage sehr oft benutzt – im Studium, bei der Arbeit, privat. Außerdem gibt es viele Schreibprogramme, die sehr ähnlich wie Microsoft Word aufgebaut sind. Daher ist es äußerst hilfreich, gute bis fundierte Microsoft Word-Kenntnisse zu besitzen.

#### Lernziele:

- Grundkenntnisse der Standard-Word-Tools
- Effizientes, strukturiertes und zeitsparendes Arbeiten mit Word
- Sicherer Umgang mit erlernten Funktionen durch praktische Übungsbeispiele

#### Lerninhalte:

- Grundlagen der Formatierung eines Dokuments: Seiteneinrichtung, Absatzformatierung, Kopf- und Fußzeile, Textformatierung, Aufzählungen
- Arbeiten mit Grafiken, Tabellen und Verzeichnissen
- Erstellen einer Formatvorlage und sichere Anwendung von Formatvorlagen
- Tipps und Tricks für die Formatierung von wissenschaftlichen Texten

<b>Termin</b>	So 10.06.2012, 10–18 Uhr
<b>Ort</b>	Rothenbaumchaussee 36, Raum 311 (3. Stock)
<b>Leitung</b>	Jurate Petrikina, Bachelor Wirtschaftsinformatik
<b>Sprache</b>	Deutsch
<b>Anmeldung</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-programm">www.uni-hamburg.de/piasta-programm</a>

### Grundlagen von Adobe Photoshop

Adobe Photoshop wird generell als eines der funktionsreichsten Bildbearbeitungsprogramme angesehen. In diesem Kurs wird beim Einstieg in die Welt von Adobe Photoshop geholfen. Schwerpunkte im Kurs sind praktische Übungen am PC.

#### Lernziele:

- Grundlegende Programmfunktionen beherrschen
- Anwendung der erworbenen Kenntnisse auf praxisnahe Fälle

#### Lerninhalte:

- Grundlegende Programmfunktionen
- Einfache und fortgeschrittene Auswahltechniken (Auswahlwerkzeuge, Masken)
- Mit Farben arbeiten
- Mit Ebenen arbeiten
- Bilder retuschieren und künstlerisch bearbeiten

<b>Achtung</b>	Blockveranstaltung, Teilnahme an beiden Terminen ist obligatorisch!
<b>Termin</b>	Sa/So 23./24.06.2012, jeweils 10–17 Uhr
<b>Ort</b>	Regionales Rechenzentrum (RRZ), Schlüterstr. 70, Mac-Pool 14d
<b>Leitung</b>	Blendi Ramaj, Dipl.-Kaufmann
<b>Sprache</b>	Deutsch
<b>Anmeldung</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-programm">www.uni-hamburg.de/piasta-programm</a>

### LaTeX for Beginners

LaTeX is a professional typesetting program that is especially used in natural sciences. But the use of this free program is also very helpful for students of other courses of study.

#### Learning goals:

- Get to know the structure of a LaTeX document;
- Get your first practical experience with LaTeX and associated software packages;
- Be able to understand LaTeX and continue to work with it on your own after the seminar.

#### Topics:

- Basics of LaTeX (<http://www.latex-project.org>) and associated software packages (MikTeX, TexnicCenter, JabRef);
- Structure of a LaTeX document;
- Completion of an academic article using LaTeX.

<b>Achtung</b>	Blockveranstaltung, Teilnahme an beiden Terminen ist obligatorisch!
<b>Termin</b>	Sa/So 07./08.07.2012, jeweils 10–14.30 Uhr
<b>Ort</b>	Regionales Rechenzentrum, Schlüterstr. 70, Raum 118 links
<b>Leitung</b>	Niels Beuck, Diplom-Informatiker
<b>Sprache</b>	Englisch
<b>Zielgruppe</b>	Studierende aller Fächer
<b>Anmeldung</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-programm">www.uni-hamburg.de/piasta-programm</a> (max. Teilnehmerzahl 12, min. Teilnehmerzahl 5)

## Erste Schritte mit SPSS

SPSS ist ein statistisches Auswertungsprogramm, das für viele Studiengänge von Bedeutung ist. SPSS-Kenntnisse spielen eine große Rolle für die empirische Forschung und sind häufig sowohl für das Studium als auch am Arbeitsplatz notwendig.

### Lernziele:

- Den Aufbau und die wichtigsten Funktionen des Programms kennenlernen
- Erste praktische Erfahrungen mit SPSS sammeln
- Nach dem Tutorium in der Lage sein, sich selbstständig mit SPSS auseinanderzusetzen und auf individuelle Fragestellung anzuwenden

### Lerninhalte:

- Allgemeine Grundlagen: Erstellung eines Datensatzes, Dateneingabe
- Deskriptive Auswertung und inhaltliche Interpretation der Ergebnisse
- Allgemeine Tipps für das Arbeiten mit SPSS

<b>Achtung</b>	Die drei Kurse sind identisch, bitte melde dich nur für einen Kurs an!
<b>Termin</b>	Kurs A: Fr 13.07.2012, 10–16 Uhr Kurs B: Sa 14.07.2012, 10–16 Uhr Kurs C: So 15.07.2012, 10–16 Uhr
<b>Ort</b>	Regionales Rechenzentrum der Universität Hamburg, Schlüterstraße 70, Raum 118 links
<b>Leitung</b>	Olga Breyemeyer
<b>Sprache</b>	Deutsch
<b>Zielgruppe</b>	Studierende aller Fächer; keine SPSS-Vorkenntnisse nötig, Statistik-Kenntnisse erwünscht
<b>Anmeldung</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-programm">www.uni-hamburg.de/piasta-programm</a>

## SPSS für Fortgeschrittene

SPSS ist ein statistisches Auswertungsprogramm, das für viele Studiengänge von Bedeutung ist. SPSS-Kenntnisse spielen eine große Rolle für die empirische Forschung und sind häufig sowohl für das Studium als auch am Arbeitsplatz notwendig.

Dieser Kurs richtet sich an Studierende, die bereits erste Erfahrungen im Umgang mit dem Programm gesammelt und/oder den Kurs „Erste Schritte mit SPSS“ erfolgreich besucht haben.

### Lernziele:

- Fortgeschrittene Funktionen des Programms kennenlernen
- Vorhandene Fertigkeiten im Umgang mit SPSS festigen und erweitern
- Nach dem Tutorium in der Lage sein, sich selbstständig mit SPSS auseinanderzusetzen und auf individuelle Fragestellungen anzuwenden

### Lerninhalte:

- Statistische Verfahren wie Mittelwertvergleiche (t-Test, U-Test, Varianzanalyse), Regression, Faktorenanalyse, nichtparametrische Tests

- Arbeit mit dem Datensatz (z.B. Dateien zusammenfügen, Mehrfachantworten)
- Allgemeine Tipps zum Arbeiten mit SPSS

<b>Achtung</b>	Die beiden Kurse sind identisch, bitte melde dich nur für einen Kurs an!
<b>Termin</b>	Kurs D: Mo 16.07.2012, 10–16 Uhr Kurs E: Di 17.07.2012, 10–16 Uhr
<b>Ort</b>	Regionales Rechenzentrum der Universität Hamburg, Schlüterstraße 70, Raum 118 links
<b>Leitung</b>	Olga Breyemeyer
<b>Sprache</b>	Deutsch
<b>Zielgruppe</b>	Für eine erfolgreiche Teilnahme an diesem Kurs sind Kenntnisse der Inferenzstatistik (bei vielen Fächern Statistik II) ausdrücklich erwünscht
<b>Anmeldung</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-programm">www.uni-hamburg.de/piasta-programm</a>

## Excel für Fortgeschrittene

Dieser Kurs ist die Fortsetzung des Kurses „Excel für AnfängerInnen“.

### Lernziele:

- Vertiefung der Kenntnisse in EXCEL
- Sicherer Umgang mit Formeln und Funktionen
- Anwendung der erworbenen Kenntnisse auf praxisnahe Fälle

### Lerninhalte:

- Große Tabellen bearbeiten, große Daten sortieren und filtern
- Mit fortgeschrittenen Funktionen arbeiten
- Pivot-Tabellen erstellen und anpassen
- Grundlagen zum Arbeiten mit Macros
- Mit praxisnahen Fällen arbeiten
- Fortgeschrittene Tipps und Tricks für das Arbeiten mit Excel

<b>Achtung</b>	Blockveranstaltung, Teilnahme an beiden Terminen ist obligatorisch!
<b>Termin</b>	Sa/So 21./22.07.2012, jeweils 10–16 Uhr
<b>Ort</b>	Wird rechtzeitig online bekannt gegeben
<b>Leitung</b>	Blendi Ramaj, Dipl.-Kaufmann
<b>Sprache</b>	Deutsch
<b>Zielgruppe</b>	Unsere Erfahrung zeigt, dass dieses Angebot für diejenigen Studierenden besonders hilfreich und verständlich ist, die bereits an einem Anfängerkurs erfolgreich teilgenommen haben
<b>Anmeldung</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-programm">www.uni-hamburg.de/piasta-programm</a>



## Jobben, Praktika, Berufseinstieg

### Existenzgründungsseminar für Studierende und AbsolventInnen

Wir bieten in unserem Informationsseminar Studierenden und AbsolventInnen einen Überblick über das Thema Existenzgründung. Im Seminar werden Einblicke in unterschiedliche Teilbereiche, Frage- und Problemstellungen von Gründungen und der Unternehmensplanung gegeben.

Die TeilnehmerInnen können in der Veranstaltung erfahren, welchen Herausforderungen sich die UnternehmerInnen in ihrem Berufsalltag stellen, welche Aufgaben sie wahrnehmen und für sich selbst herausfinden, ob eine Unternehmensgründung als Berufsweg/Karriereoption in Betracht kommt.

Ein besonderer Fokus wird dabei auf Gründungsvoraussetzungen für Studierende und AbsolventInnen mit und ohne Migrationshintergrund gelegt. Dabei werden in der Gruppe individuelle Fragen, Erfahrungen und Meinungen diskutiert, um eine interaktive Lernsituation zu ermöglichen.

#### Lernziele:

- Sensibilisierung für unternehmerisches Denken und Handeln sowie frühzeitige Entdeckung von Entrepreneur-Talenten
- Motivation, insbesondere von Frauen und Menschen mit Migrationshintergrund, zur Auseinandersetzung mit der eigenen Berufswahl und dem Thema Selbstständigkeit
- Konkretisierung von Wirtschafts- und Unternehmenswissen

#### Lerninhalte:

- Gesamtüberblick über den Gründungsprozess
- Spezielle Förderung für Gründerinnen
- Selbstständigkeit und Familie
- Rechtliche Voraussetzungen für Gründungen
- Niederlassungs- und Gewerbefreiheit von EU-BürgerInnen
- Aufenthaltserlaubnis für GründerInnen aus Nicht-EU-Ländern
- Gründungsformalitäten
- Verdienstgrenzen während des Studiums
- Hilfe- und Anlaufstellen für MigrantInnen

<b>Achtung</b>	Blockveranstaltung, Teilnahme an beiden Terminen ist obligatorisch!
<b>Termin</b>	Kurs A: Do/Fr 26./27.04.12, jeweils 16–19 Uhr oder Kurs B: Do/Fr 14./15.06.12, jeweils 16–19 Uhr
<b>Ort</b>	Rothenbaumchaussee 36, Raum 08 (EG)
<b>Leitung</b>	Andreas Voss, M.A. Entrepreneurship Gründungsberater
<b>Sprache</b>	Deutsch
<b>Kontakt</b>	Tel.: +49-40-34926492, E-Mail: avoss75@googlegmail.com
<b>Zielgruppe</b>	Studierende und AbsolventInnen
<b>Anmeldung</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-programm">www.uni-hamburg.de/piasta-programm</a>
<b>In Kooperation</b>	Career Center der Universität Hamburg

### Profil zeigen – Stärken entdecken

Stell dir vor, jemand fragt: „Was kannst du eigentlich so richtig gut?“ Und: „Was machst du ganz besonders gern?“ Du zögerst? Dann bist du richtig in diesem Workshop. Ob in Gesprächen im Berufsalltag oder auch bei deinem allgemeinen Engagement – jede/r sollte die eigenen Fähigkeiten und Kompetenzen kennen.

In diesem Workshop wirst du dabei unterstützt, deine bisherigen Tätigkeitsfelder und die dabei erworbenen Fähigkeiten systematisch zu dokumentieren. In Ergänzung zu formellen Kompetenzen sollen auch diejenigen Fähigkeiten und Kompetenzen Gewicht bekommen, die im familiären, ehrenamtlichen oder Freizeit-Bereich erworben wurden. Berücksichtigt werden auch interkulturell erworbene Kompetenzen, die du aufgrund deiner multikulturellen Erfahrungen gesammelt hast.

<b>Termin</b>	Di 05.06.2012, 15–19 Uhr
<b>Ort</b>	Universität Hamburg, Career Center, Monetastraße 4
<b>Leitung</b>	Soheila Safari, Diplom-Psychologin und ausgebildete Konfliktmanagerin
<b>Sprache</b>	Deutsch
<b>Anmeldung</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/careercenter">www.uni-hamburg.de/careercenter</a>
<b>In Kooperation</b>	Career Center der Universität Hamburg

### Sprachen als Potenzial

Sprachen sind ein wichtiger Wirtschaftsfaktor und Sprachkenntnisse gelten als Qualifikation, die in keinem Lebenslauf fehlen darf. Aber wo werden welche Sprachkenntnisse überhaupt gebraucht? Was bedeutet es tatsächlich, wenn ein/e ArbeitgeberIn verhandlungssichere Englischkenntnisse verlangt und gibt man das längst vergessene Schulfranzösisch im Lebenslauf überhaupt an? Wie kann ich z.B. als internationale/r Studierende/r meine Muttersprache als Kompetenz darstellen?

Der Workshop richtet sich vor allem an Studierende und AbsolventInnen ohne sprachwissenschaftlichen Hintergrund, die ihre Sprachkenntnisse als Zusatzqualifikation auf dem Arbeitsmarkt nutzen wollen. Ziel des Workshops ist es, Sprachkenntnisse als individuelles Potenzial zu analysieren und zu erarbeiten, wie dieses Potenzial sinnvoll für die persönliche Berufseintrittsstrategie genutzt werden kann.

<b>Termin</b>	Fr 15.06.2012, 15–19.30 Uhr
<b>Ort</b>	Universität Hamburg, Career Center, Monetastraße 4
<b>Leitung</b>	Dr. Marina Vollstedt, Leiterin des Praktikumsamtes der Helmut-Schmidt-Universität
<b>Sprache</b>	Deutsch
<b>Anmeldung</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/careercenter">www.uni-hamburg.de/careercenter</a>
<b>In Kooperation</b>	Career Center der Universität Hamburg

# CIC

Certificate Intercultural Competence  
Experience – Knowledge – Awareness

Das **Certificate Intercultural Competence** ist ein extracurriculares Angebot der Universität Hamburg. Das Zertifikat wird Studierenden der Universität Hamburg ausgestellt, die sich in besonderem Maße mit interkulturellen Themen beschäftigen. Es ist eine Anerkennung für interkulturelles Engagement und eine zusätzliche Auszeichnung für Studierende. Die erfolgreiche Teilnahme an drei von vier Bausteinen berechtigt zum Erwerb des Zertifikats.

Das **Certificate Intercultural Competence** umfasst ein interkulturelles Training als Pflichtbaustein sowie internationale Erfahrung, interkulturelles Engagement, Sprachkurse und international ausgerichtete Lehrveranstaltungen als Wahlbausteine.

Das **Certificate Intercultural Competence** kann kostenlos von deutschen und internationalen Studierenden der Universität Hamburg erworben werden.

**Baustein A** Interkulturelles Training

**Baustein B** Internationale Erfahrung

**Baustein C** Internationaler Campus

**Baustein D** Interkulturell im Studium

Mehr Infos zum **CIC** unter:  
[www.uni-hamburg.de/cic](http://www.uni-hamburg.de/cic)

# Information und Beratung



## Information zum Aufenthaltsrecht

### Infoveranstaltung: Studienabschluss in Hamburg – Und wie geht's weiter?

Antworten auf Fragen zum Aufenthaltsrecht für AbsolventInnen und Studierende aus Nicht-EU-Ländern sowie aus Bulgarien und Rumänien. Weißt du, dass du nach deinem Studienabschluss in Deutschland deine Aufenthaltsgenehmigung bis zu einem Jahr zur Suche eines deinem Studienabschluss angemessenen Arbeitsplatzes verlängern kannst?

- Darf ich während der Arbeitssuche eigentlich jobben?
- Welche Bedingungen gibt es für die Arbeitserlaubnis?
- Was genau heißt „dem Hochschulabschluss angemessen“?
- Darf ich als PraktikantIn oder Trainee oder im Rahmen von zwei Teilzeitjobs ins Berufsleben einsteigen?
- Wie sieht es mit Selbstständigkeit und Freiberuflichkeit aus?

Die Freie und Hansestadt Hamburg steht dir Rede und Antwort, um deine Fragen rund um das Aufenthaltsrecht, die Jobsuche und die Arbeitsaufnahme zu beantworten.

<b>Termin</b>	Mo 07.05.2012, 18 Uhr
<b>Ort</b>	Universität Hamburg, Edmund-Siemers-Allee 1, Flügel Ost, Raum 221 (gegenüber Dammtorbahnhof)
<b>ReferentInnen</b>	VertreterInnen der bezirklichen Ausländerdienststellen und der Agentur für Arbeit
<b>Leitung</b>	Universität Hamburg und Hochschule für Angewandte Wissenschaften Hamburg
<b>Sprache</b>	Deutsch
<b>Zielgruppe</b>	Für Studierende und AbsolventInnen aller Hamburger Hochschulen. Es ist keine Anmeldung notwendig.

### Aufenthaltsrecht für internationale Studierende

Von PIASTA gibt es im Internet zum Download oder im International House zum Mitnehmen eine Informationsbroschüre für internationale Studierende. In dieser Broschüre informieren wir ausführlich über die wichtigsten Fragen rund um das Aufenthaltsrecht:

- Visum und Verlängerung
- Jobben und Praktika für internationale Studierende
- Aufenthaltserlaubnis und Arbeitserlaubnis während des Studiums, zwischen Studienabschluss und Berufseinstieg und beim Berufseinstieg

<b>Ort</b>	International House, Rothenbaumchaussee 36
<b>Info</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/aufenthalt">www.uni-hamburg.de/aufenthalt</a>

## Beratung der Abteilung Internationales

### Beratung zum Auslandsstudium

#### ... für alle Studierenden

Wie plane ich mein Auslandsstudium? Welche Austauschprogramme bietet die Universität Hamburg an? Welche Fördermöglichkeiten gibt es? Wohin kann ich fahren? Was muss ich beachten? Auf diese Fragen – und viele andere – gibt die regelmäßige Infoveranstaltung der Arbeitsstelle Auslandsstudium der Abteilung Internationales Auskunft. Alle Fragen sind willkommen! Dank eines Auslandsaufenthalts lernst du nicht nur eine neue Kultur kennen, erweiterst dein akademisches Profil und verbesserst deine Chancen auf dem Arbeitsmarkt. Ihr stellt euch überdies einer außergewöhnlichen Herausforderung und werdet die Welt mit anderen Augen sehen – auch euer eigenes Land. Wichtig ist jedoch, den Aufenthalt rechtzeitig zu planen, denn viele Programme haben sehr lange Vorlaufzeiten (manche über ein Jahr!). Deshalb solltet ihr euch schon in den ersten Semestern informieren.

Das Team Auslandsstudium bietet regelmäßige Infoveranstaltungen zum Thema „Wie organisiere ich mein Auslandsstudium?“ sowie persönliche Sprechstunden an, sowohl im CampusCenter als auch im International House.

<b>Termine</b>	Termine und Informationen findet ihr unter: <a href="http://www.uni-hamburg.de/outgoings">www.uni-hamburg.de/outgoings</a>
----------------	--

### Rechtsberatung

#### ... für internationale Studierende, Promovierende und AbsolventInnen der Uni Hamburg

Kostenlose Rechtsberatung durch einen Rechtsanwalt für internationale Studierende, Promovierende und AbsolventInnen zu Themen rund ums Studium wie Visum, Verlängerung der Aufenthaltserlaubnis, Wohnung oder Arbeitserlaubnis und Aufenthalt nach dem Studium.

<b>Sprechzeiten</b>	Mo 02.04.2012, Mo 16.04.2012, Mo 07.05.2012, Mo 21.05.2012, Mo 04.06.2012, Mo 18.06.2012, Mo 02.07.2012, jeweils 17–19 Uhr (Anmeldung nicht nötig, aber bitte bis spätestens 18 Uhr da sein)
<b>Ort</b>	Rothenbaumchaussee 36, Raum 114 (1. Etage)
<b>Berater</b>	Rechtsanwalt Björn Stehn

### Beratung bei Antragstellungen (Ausländerbehörde, Stipendien, Notfonds etc.)

#### ... für internationale Studierende und Promovierende der Uni Hamburg

Internationale Studierende, die z.B. wegen der Verlängerung ihrer Aufenthaltsgenehmigung oder wegen eines Gutachtens für einen

Antrag bei einem Notfonds einen Ansprechpartner der Uni Hamburg benötigen, können sich an Frau Launer wenden. Internationale Studierende erhalten hier auch Beratung rund um die Bewerbung um ein Leistungs- oder Examensstipendium. Auch DAAD- und AvH-StipendiatInnen können bei Fragen zu Verlängerungen und Auszahlungen Frau Launer kontaktieren.

<b>Sprechzeiten</b>	Do 10–12 Uhr und nach Vereinbarung
<b>Ort</b>	Rothenbaumchaussee 36, Raum 310b (3. Etage)
<b>Beraterin</b>	Bärbel Launer
<b>Kontakt</b>	Tel.: +49-40-42838-3311 E-Mail: Baerbel.Launer@verw.uni-hamburg.de
<b>Info</b>	<a href="http://www.verwaltung.uni-hamburg.de/5/programme_/stipendien.html">www.verwaltung.uni-hamburg.de/5/programme_/stipendien.html</a>

## Allgemeine Beratung

... für internationale Studierende, Promovierende und AbsolventInnen der Uni Hamburg

Beratung bei Fragen zum Aufenthaltsrecht, rund um das Thema Arbeitserlaubnis bei Jobben, Praktika und Berufseinstieg, bei Problemen mit Behörden oder in belastenden Lebens- und Studiensituationen.

<b>Sprechzeiten</b>	Nur nach Vereinbarung. Anmeldung einfach per E-Mail oder telefonisch bei mir mit einer kurzen Angabe des Beratungsanliegens. Ich werde dann so schnell wie möglich einen Beratungstermin anbieten
<b>Ort</b>	Rothenbaumchaussee 36, Raum 116 (1. Etage)
<b>Beraterin</b>	Alexandra Hach, Diplom-Pädagogin
<b>Kontakt</b>	Tel.: +49-40-42838-6635 E-Mail: Alexandra.Hach@verw.uni-hamburg.de

## Psychologische Beratung

... für internationale Studierende, Promovierende und AbsolventInnen der Uni Hamburg

Im Laufe eines Studiums können verschiedene psychische Belastungen auftreten. Manche Studierende geraten unter starkem Leistungsdruck und entwickeln Prüfungs- und Versagensängste oder machen sich große Sorgen um ihre beruflichen Möglichkeiten und stellen die Wahl ihres Studienfaches infrage. Andere wiederum können sich nicht auf ihr Studium konzentrieren, weil sie entweder Partnerschaftsprobleme oder familiäre Schwierigkeiten haben, sich mit Trennungsängsten auseinandersetzen müssen oder auch psychosomatische Störungen entwickeln. Allen gemeinsam ist, dass ihre momentane Situation eine Unterstützung erfordert, damit sie sich weiter auf ihr Studium, die Arbeitssuche und ihr Leben konzentrieren können. Dieses Bera-

tungsangebot gilt in allen Situationen und bei jedem Thema, bei dem die Studierenden sich ein Gespräch in einer vertraulichen Atmosphäre wünschen, um mit der für sie belastenden Lage besser fertig werden zu können. Es geht darum, in einem Gespräch dem Problem auf den Grund zu gehen und gemeinsam eine passende Lösung zu entwickeln. Fühlt euch ermutigt, die Beratung auch bei Problemen, die euch klein erscheinen, in Anspruch zu nehmen.

<b>Termine</b>	Nur nach Vereinbarung, jeden Fr 10–16 Uhr. Melde dich bitte per E-Mail oder telefonisch bei mir mit einer kurzen Angabe deines Beratungsanliegens an. Ich versuche dir dann so schnell wie möglich einen Beratungstermin anzubieten. Es kann aber vorkommen, dass dies erst 2–3 Wochen nach deiner Anfrage möglich ist
<b>Ort</b>	Rothenbaumchaussee 36, Basisraum I (UG)
<b>Beraterin</b>	Soheila Safari, Diplom-Psychologin und ausgebildete Mediatorin
<b>Kontakt</b>	Tel.: +49-40-42838-2451 (nur freitags 10–11 Uhr) E-Mail: soheila.safari@uni-hamburg.de

## Gesundheitliche Beratung

Während Ihres Studiums kann es auch vorkommen, dass es Ihnen gesundheitlich nicht so gut geht. Wenn Sie sich in Deutschland noch nicht so gut auskennen, mit dem deutschen Gesundheitssystem nicht vertraut sind, vielleicht beim Arztbesuch nicht alles gut verstanden haben, dann kann ein vertrauliches Gespräch in aller Ruhe guttun. Vielleicht geht es Ihnen auch rundum gut, aber Sie haben allgemeine gesundheitliche Fragen. Auch dann sind Sie in meiner Beratung richtig.

- Nach Ihrem Arztpraxisbesuch sind noch Unklarheiten vorhanden, oftmals wegen Zeitmangels von Seiten der behandelnden Ärzte? Sie wünschen sich deshalb eine Zusatzberatung? Bitte beachten Sie aber, meine Beratung kann den üblichen Arztpraxisbesuch höchstens ergänzen, aber nicht ersetzen.
- Allgemeine gesundheitliche Fragen über alles können gestellt werden.
- Gesundheit der Reproduktionsorgane (reproductive health), Schwangerschaft, Schwangerschaftsverhütung, HIV/AIDS
- Fühlen Sie sich ermutigt, die Beratung auch bei gesundheitlichen Problemen, die Ihnen vielleicht unwichtig erscheinen, in Anspruch zu nehmen.
- Auch bei Fragen zur Krankenversicherung versuche ich gern weiterzuhelfen. Selbstverständlich ist meine Beratung vertraulich und ich halte die ärztliche Schweigepflicht ein.

Hauptberuflich bin ich Universitätsdozent in Indonesien im Fachbereich Arbeitsmedizin, Arbeitsschutz und Public Health und habe jahrzehntelange Erfahrungen im öffentlichen Gesundheitswesen in Indonesien sowie aus meiner allgemeinmedizinischen Privatpraxis in

Indonesien. Zurzeit bin ich Doktorand am Zentralinstitut für Arbeitsmedizin und Maritime Medizin (ZfAM) in Hamburg. Im Rahmen meines Promotionsstipendiums der Abteilung Internationales biete ich eine Sprechstunde zur gesundheitlichen Beratung für internationale Studierende und Promovierende der Uni Hamburg an.

<b>Termine</b>	Nur nach Vereinbarung freitagvormittags. Bitte melden Sie sich per E-Mail bei mir an. Ich werde Ihnen dann so schnell wie möglich einen Beratungstermin anbieten
<b>Ort</b>	Rothenbaumchaussee 36, Basisraum II (UG)
<b>Berater</b>	Herr Lie Ping Liem
<b>Sprachen</b>	Deutsch, English, Chinesisch, Indonesisch und Malaysisch
<b>Kontakt</b>	Lie.Ping.Liem@studium.uni-hamburg.de

## Sprachenkompass

Lernst du gerne Fremdsprachen? Möchtest du dein Deutsch zum Zweck des Studiums vertiefen? Oder hast du vor, die Fremdsprachen, die du in der Schule gelernt hast, z.B. Englisch, Französisch, Spanisch usw., aufzufrischen und auszubauen? Vielleicht möchtest du ja zunächst einmal wissen, welche Fremdsprachen du an der Universität Hamburg überhaupt lernen kannst? Und bevor du mit dem Sprachstudium anfängst, möchtest du vielleicht feststellen, auf welchem Sprachstand du dich befindest? Brauchst du Unterstützung oder Anregungen bei der Anfertigung akademischer Texte, z.B. bei Hausarbeiten, Berichten oder Abschlussarbeiten?

Der Sprachenkompass ist ein Planungstool im Internet, das dir die ersten Schritte deiner Lernplanung mit diversen Informationen erleichtern wird, wenn du vorhast, Sprachen zu lernen. Vom Sprachenkompass erhältst du Informationen nicht nur zu Sprachkursen, Workshops und Tandemaustausch an der Universität Hamburg, sondern auch Lerntipps und Tricks sowie Hinweise zu Sprachtests (Deutsch und Englisch). Schau einfach einmal selbst, was du mit dem Sprachenkompass alles machen kannst!

<b>Info</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/sprachenkompass">www.uni-hamburg.de/sprachenkompass</a>
-------------	--

## Leitfaden zur Berufsfindung

Was will ich eigentlich nach der Uni machen? Das weiß man zu Beginn des Studiums oft noch nicht – das muss man auch noch nicht wissen. Aber wie kriege ich das raus? Während deines Studiums hast du einige Jahre Zeit, dich mit diesen Fragen zu beschäftigen. Du kannst „Berufsorientierung“ quasi mitstudieren wie ein Nebenfach. Die „Studienord-

nung“ dafür gibt's hier – mit einem Überblick über die „Teilgebiete“ des Faches. Der Leitfaden informiert ausführlich, gibt Anregungen und Tipps und stellt umfangreiche Linklisten für die eigene Recherche zur Verfügung. Schau einfach mal vorbei und entdecke, was du alles auf dem Weg zur Berufsfindung selbst tun kannst: sammeln, recherchieren, sich selbst erkunden, qualifizieren, ausprobieren und bewerben!

<b>Info</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/careercenter">www.uni-hamburg.de/careercenter</a> (Leitfaden zur Berufsfindung)
<b>In Kooperation</b>	Career Center

## Leitfaden für (zukünftige) Promovierende

Wo und von wem kann man Informationen über das Promovieren an der Universität Hamburg erhalten? Wer hilft bei welcher Frage weiter? Der Online-Leitfaden stellt sechs verschiedene Einrichtungen der Universität Hamburg vor und zeigt, bei welchen Fragen sie jeweils weiterhelfen und für welche Bereiche (administrativ, fachlich, strategisch, sozial) sie jeweils zuständig sind. Der Leitfaden richtet sich sowohl an Studierende aus dem In- und Ausland, die darüber nachdenken, an der Uni Hamburg zu promovieren, wie auch an Promovierende der Uni Hamburg, die im Verlauf ihrer Promotion den richtigen Ansprechpartner für ihre Fragen suchen.

<b>Info</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/promotionsleitfaden">www.uni-hamburg.de/promotionsleitfaden</a>
<b>In Kooperation</b>	Career Center

# CIC

Certificate Intercultural Competence  
Experience – Knowledge – Awareness

Das **Certificate Intercultural Competence** ist ein extracurriculares Angebot der Universität Hamburg. Das Zertifikat wird Studierenden der Universität Hamburg ausgestellt, die sich in besonderem Maße mit interkulturellen Themen beschäftigen. Es ist eine Anerkennung für interkulturelles Engagement und eine zusätzliche Auszeichnung für Studierende. Die erfolgreiche Teilnahme an drei von vier Bausteinen berechtigt zum Erwerb des Zertifikats.

Das **Certificate Intercultural Competence** umfasst ein interkulturelles Training als Pflichtbaustein sowie internationale Erfahrung, interkulturelles Engagement, Sprachkurse und international ausgerichtete Lehrveranstaltungen als Wahlbausteine.

Das **Certificate Intercultural Competence** kann kostenlos von deutschen und internationalen Studierenden der Universität Hamburg erworben werden.

**Baustein A** Interkulturelles Training

**Baustein B** Internationale Erfahrung

**Baustein C** Internationaler Campus

**Baustein D** Interkulturell im Studium

Mehr Infos zum **CIC** unter:  
[www.uni-hamburg.de/cic](http://www.uni-hamburg.de/cic)

# Community Wir für euch Kooperationen



## Community

### PIASTA-Website

#### Auf unserer Webseite findest du:

- Neuigkeiten: Bei PIASTA gibt es immer etwas Neues, schau regelmäßig auf die Website!
- Veranstaltungen: Informiere dich und melde dich gleich online an!
- Information und Beratung: Nimm Kontakt mit uns auf bei Fragen rund um dein Studium!
- Community: Mitmachen bei PIASTA ist ganz einfach!

[www.uni-hamburg.de/piasta](http://www.uni-hamburg.de/piasta)

### PIASTA Newsletter

Unser Newsletter bringt euch jede Woche Neuigkeiten von PIASTA sowie Tipps und Hinweise zu weiteren interessanten Angeboten und Veranstaltungen rund um Internationales und Interkulturelles in Hamburg.

Unseren Newsletter abonnieren oder abbestellen kannst du unter:

[https://mailman.rz.uni-hamburg.de/mailman/listinfo/infomail\\_piasta](https://mailman.rz.uni-hamburg.de/mailman/listinfo/infomail_piasta)

### Mitmachen

Es gibt viele Möglichkeiten, bei PIASTA mitzuwirken und mitzuarbeiten: Im TutorInnenprogramm, als Sprachtandem-Partner, ehrenamtlich oder in einem Praktikum. Wir freuen uns über euer Interesse!

[www.uni-hamburg.de/piasta/community/mitmachen.html](http://www.uni-hamburg.de/piasta/community/mitmachen.html)

### PIASTA-Filme

Eine Interviewserie: Internationale Studierende erzählen von ihren Erfahrungen am Studienort Hamburg. Schau mal rein!

[www.uni-hamburg.de/piasta/community/videos.html](http://www.uni-hamburg.de/piasta/community/videos.html)

### Euer Feedback

Regelmäßig werden unsere Veranstaltungen evaluiert. Wir fragen die TeilnehmerInnen, was sie gut und wichtig fanden oder was verbessert werden kann. Die Ergebnisse könnt ihr auf unserer Website lesen.

## Wir für euch

### Wir sind ein großes Team

Wir kommen aus vielen verschiedenen Ländern und Kulturen und arbeiten bei PIASTA zusammen. Wir sind TutorInnen, StipendiatInnen, studentische und akademische TrainerInnen und PraktikantInnen.

### Unser Team spricht viele Sprachen

Wir beraten und unterstützen auf Bulgarisch, Deutsch, Englisch, Estnisch, Persisch, Portugiesisch, Rumänisch, Russisch, Spanisch, Türkisch, Ukrainisch, und jedes Semester kommen noch einige Sprachen dazu. Wir informieren und unterstützen, führen Beratungen durch, organisieren kulturelle und Freizeitaktivitäten, Seminare und Workshops sowie eine Welcome Woche am Semesteranfang. Wir stehen euch mit Rat und Tat zur Seite, von Studierenden für Studierende.

### Was uns verbindet, ist unsere Vielfalt

Wir arbeiten und handeln transkulturell, sind neugierig und offen. Unser gemeinsames Interesse ist der interkulturelle Austausch an der Universität Hamburg und der Einsatz zur Verbesserung der Studien- und Lebensbedingungen.

### Mehr über uns erfahrt ihr auf unserer Internetseite:

[www.uni-hamburg.de/piasta/ueber\\_piasta.html](http://www.uni-hamburg.de/piasta/ueber_piasta.html)



## Lageplan

PIASTA  
International House  
Rothenbaumchaussee 36  
20148 Hamburg

## Kooperationen

### Akademie der Weltreligionen

Die Akademie der Weltreligionen (AWR) will durch Vernetzung und Kooperation unterschiedlicher wissenschaftlicher Disziplinen die Forschung über Religionen – insbesondere Judentum, Islam, Alevitentum, Hinduismus und Buddhismus – im Kontext westlicher Gesellschaften intensivieren. Die Akademie der Weltreligionen soll eine universitäre Ausbildung in islamischer Theologie, jüdischen Studien und den Theologien anderer Religionen sowie Buddologie ermöglichen und die Forschung in diesen Religionen weiter stärken. Der Dialog der Religionen – auch unter Einbeziehung des Christentums – wird in Lehre und Forschung fest etabliert.

[www.awr.uni-hamburg.de](http://www.awr.uni-hamburg.de)



### Arbeitsstelle Auslandsstudium

Hier erhaltet ihr Informationen und Beratung zum Auslandsstudium, zu Austauschprogrammen der Universität Hamburg und zu Finanzierungsmöglichkeiten.

[www.uni-hamburg.de/outgoings](http://www.uni-hamburg.de/outgoings)



### Arbeitsstelle ERASMUS

Alle ERASMUS-Studierende, die zum Austausch an die Uni Hamburg kommen, sind herzlich eingeladen, an allen Angeboten von PIASTA teilzunehmen!

[www.uni-hamburg.de/piasta](http://www.uni-hamburg.de/piasta)



### Arbeitsstelle Studium und Beruf

Die Arbeitsstelle ist zuständig für die Organisation und Durchführung des Studienbereichs Allgemeine Berufsbezogene Kompetenzen (ABK) in den Fachbereichen Sprache, Literatur, Medien I + II.

[www.uni-hamburg.de/astub](http://www.uni-hamburg.de/astub)



### ASTa

Der ASTa (Allgemeiner Studierendenausschuss) ist die politische Zentrale für die Durchsetzung studentischer Interessen. Ein Team aus 8 gewählten Referentinnen und Referenten gestaltet die studentische Politik und vertritt die Hamburger Studierenden gegenüber Universität, Politik und Öffentlichkeit. Der ASTa ist die erste Anlaufstelle für Studierende bei Problemen mit dem Studienalltag, bei Beratungsbedarf und für alle, die die Universität aktiv mitgestalten wollen – sei es politisch, kulturell oder in Bezug auf verschiedenste Veranstaltungen.

[www.asta-uhh.de](http://www.asta-uhh.de)



### Buddy Net

Das Buddy Net ist ein fakultätsübergreifendes Programm der Universität Hamburg, das den Kontakt und den Austausch zwischen einheimischen und ausländischen Studierenden fördern will. Als Incoming



bekommt man dabei schon vor der Ankunft eine/n Studierende/n aus Hamburg zugeteilt, der oder die besonders bei den Anfangsschwierigkeiten wie Ankunft in Hamburg, Einzug ins Wohnheim, Behördengänge, Kontoeröffnung und Ähnlichem behilflich ist.

[www.jura.uni-hamburg.de/buddy-net](http://www.jura.uni-hamburg.de/buddy-net)

### Campus Hamburg

Campus Hamburg ermöglicht Studierenden und Ehemaligen der Universität Hamburg, „ihre“ Uni immer im Blick zu behalten. Unser Angebot für Studierende: Wichtige Services rund um das Studium (CampusWatch, CampusWiki, Foren, Börsen, Tandem u.v.m.), Hamburgs größte Wohnbörse für Studierende und das Jobportal „Stellenwerk“. In Kooperation mit PIASTA gibt es neu die Internationale Wohnbörse: Interkulturell gelebt und studiert wird nicht nur an der Uni, sondern auch längst schon in den eigenen vier Wänden. Hier könnt ihr gezielt nach internationalen Wohngemeinschaften suchen oder bei dem eigenen Gesuch zeigen, welche Sprachen ihr sprecht.

[www.campus-hamburg.de](http://www.campus-hamburg.de)



### Career Center

Das fakultätsübergreifende Career Center begleitet Studierende, AbsolventInnen und NachwuchswissenschaftlerInnen auf ihrem Weg in den Beruf. Neben Workshops zu beruflicher Orientierung, Bewerbungsprozessen, Karriereplanung und fachübergreifenden Kompetenzen finden regelmäßig Vortragsreihen („Fishing und Talking for Careers“) zum Informieren, Diskutieren und Netzwerken statt. Veranstaltungen wie die Jobmesse, der Career Day oder auch die Veranstaltungsreihe „Going for Careers“ ermöglichen die Kontaktaufnahme zu Unternehmen. Darüber hinaus gibt es Beratungsangebote zum Berufseinstieg und zu Bewerbungsunterlagen sowie einen realen und virtuellen Infopool zu Berufseinstieg und Karriere.

[www.uni-hamburg.de/careercenter](http://www.uni-hamburg.de/careercenter)



### Hamburg Welcome Center

Das Hamburg Welcome Center ist eine Serviceeinrichtung der Freien und Hansestadt Hamburg. Als erster Ansprechpartner für alle NeubürgerInnen aus dem In- und Ausland erleichtert es den Einstieg in eine neue Heimatstadt.

[www.welcome-center.hamburg.de](http://www.welcome-center.hamburg.de)



### Hochschulsport Hamburg

Der Hochschulsport Hamburg organisiert das Sportangebot für alle Studierenden sowie für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Hamburger Hochschulen. Von Aikido bis Yachtsegeln, von Capoeira bis Triathlon, von Badminton bis Volleyball – beim Hochschulsport Hamburg findest du rund 100 Sportarten, verteilt auf 1400 Sportkurse, Workshops, Reisen und Wettkämpfe.

<http://hsp-hh.sport.uni-hamburg.de>





### Kulturhaus III&70



Im Kulturhaus III&70 wird ein unkonventionelles Kulturprogramm auf vier Ebenen geboten – ohne öffentliche Förderung, dafür mit umso mehr Engagement. Durch ein Nebeneinander von Alltags-, Sub- und Hochkultur auf vier Ebenen und insgesamt 1000 m<sup>2</sup> soll ein lebendiger Austausch zwischen den Besuchern der einzelnen Veranstaltungen angeregt werden.

[www.dreiundsiebzig.de](http://www.dreiundsiebzig.de)

### Mehrsprachigkeit und Multikulturalität im Studium (MUMIS)



Ziel des von der VolkswagenStiftung geförderten Projekts ist die Unterstützung des Internationalisierungsprozesses an deutschen Hochschulen durch die Konzeption, Implementierung und Evaluation eines Pakets von strukturellen Maßnahmen in der Lehre auf der Grundlage sprach- und kulturwissenschaftlicher empirischer Forschung.

[www.mumis-projekt.de](http://www.mumis-projekt.de)

### PIASTA e. V.



#### Eine hochschulübergreifende Initiative zur Internationalisierung des Studiums in Hamburg

Der Verein wurde 2010 mit dem Ziel gegründet, als hochschulübergreifende Initiative die Internationalisierung des Studienalltags in Hamburg zu stärken. Engagement und Aktivitäten des Vereins fördern die interkulturelle Bildung durch Austausch und Begegnung. Die Initiative setzt sich für die Stärkung von Neugier, Offenheit, Respekt, interkultureller Kompetenz und globaler Verantwortung sowie für die Wertschätzung und Sichtbarmachung der Vielfalt in Hamburg ein.

[www.piaستا-ev.de](http://www.piaستا-ev.de)

### Referat Internationalisierung der Fakultät für Erziehungswissenschaft, Psychologie und Bewegungswissenschaft (EPB)



Das Referat Internationalisierung der Fakultät EPB berät und informiert die Studierenden dieser Fakultät unter anderem zu allen Fragen rund ums Auslandsstudium, damit sie ihren Auslandsaufenthalt möglichst gut planen können.

[www.epb.uni-hamburg.de/de/internationales-buero](http://www.epb.uni-hamburg.de/de/internationales-buero)

### Studierendenwerk Hamburg



Das Beratungszentrum Soziales und Internationales bietet Informationen und persönliche Beratung zu Fragen rund um das Leben als ausländische/r Studierende/r in Hamburg. Außerdem bietet es eine Job-Vermittlung für soziale und kulturelle Integrationsprojekte an.

[www.studierendenwerk-hamburg.de](http://www.studierendenwerk-hamburg.de)

### Studierendenzentrum (Erziehungswissenschaft)



Im Studierendenzentrum bieten Studierende Beratung, Veranstaltungen und Informationsmaterialien rund um das Studium der Erziehungswissenschaft an der Universität Hamburg.

[www.epb.uni-hamburg.de/de/studium/service/studierendenzentrum](http://www.epb.uni-hamburg.de/de/studium/service/studierendenzentrum)

### Thalia Migration



Das Thalia Theater gehört zu den renommiertesten Theatern im deutschsprachigen Raum und wurde bereits 1843 eröffnet. Im Oktober 2010 startete im Haus das Projekt Thalia Migration – eine Programmreihe, die den sozialen und interkulturellen Wandel im Zuschauerraum herausfordert.

[www.thalia-theater.de/extra/thalia-migration](http://www.thalia-theater.de/extra/thalia-migration)

### Tandem Service



Der Tandem Service wird von Dr. Magdalène Lévy koordiniert und vermittelt gratis Sprachpartnerschaften, bei denen zwei Studierende mit unterschiedlichen Muttersprachen zusammenarbeiten, um mit- und voneinander zu lernen.

[www.uni-hamburg.de/tandem](http://www.uni-hamburg.de/tandem)

### TBA\* To Be Announced



#### University of Hamburg Students' Event Guide & Literary Journal

TBA ist ein neues Online-Magazin, das Anfang Dezember 2010 die erste Ausgabe veröffentlichte und sich als ‚peer-reviewed-journal‘ versteht. In englischer Sprache – und dadurch auch an internationale Studierende gerichtet – werden unbekannte Ecken Hamburgs offengelegt sowie die Möglichkeit geboten, Literarisches in der „Creative Corner“ zu veröffentlichen.

[www.tbajournal.com](http://www.tbajournal.com)

### University Players



#### Theatre Workshop des Instituts für Anglistik und Amerikanistik

Im Rahmen der vielseitigen, englischsprachigen Theaterprojekte erhalten auch Neulinge die Möglichkeit, in allen Bereichen (Produktionsleitung, Öffentlichkeitsarbeit, Programmzeitung, Regie, Schauspiel, Licht, Ton, Kostüm- und Bühnendesign, Maske etc.) jene praktischen Erfahrungen zu sammeln, die einen späteren Einstieg in das professionelle Theater ermöglichen.

[www.universityplayers.de](http://www.universityplayers.de)

### Zentrum für Schlüsselkompetenzen/ABK



Das Zentrum für Schlüsselkompetenzen ist eine zentrale Einheit der Fakultät für Erziehungswissenschaft, Psychologie und Bewegungswissenschaft und ist zuständig für das Studium der Allgemeinen Berufsbezogenen Kompetenzen (ABK) an der Fakultät EPB.

[www.epb.uni-hamburg.de/abk](http://www.epb.uni-hamburg.de/abk)



# Discover Interculturally Learn Interdisciplinarily Study in a Well-informed Way

## PIASTA Cooperating Institutions



## Imprint

### Universität Hamburg

Department of International Affairs

Section Funding, Advising, Support (FUN)

International Program for Students and Alumni (PIASTA)

### Editors

Canan Bayram, Olga Breymeyer, Alexandra Hach,  
Ewgenia Kostogryz, Lea Kühne, Lisa Lieb,  
Dr. Julia Quante

### Translation

Petra Kaiser

### Editing

Redaktion Kultur und Bildung

### & design

[www.redaktion-kultur-bildung.de](http://www.redaktion-kultur-bildung.de)

### Pictures

Michael Scheibel (Cover), eliahol (p. 7, 29, 47, 55)

### Printed by

Universitäts-Druckerei

### Print run

7000

### Year

Summer semester 2012

## PIASTA

### Intercultural Living and Studying

Dear Students and Doctoral Candidates:

Also in summer semester 2012, we would like to treat you to a diverse and exciting cultural program and to be, of course, of assistance to you in all matters related to your studies – attend our seminars and make use of our information and advising services! Our program stands for the internationalization of our campus, for exchange and for learning together to thus facilitate an active, international and successful way of studying for all students. And, of course, our activities are open to all students, both German and international.

Our program for you:

**Welcome & Culture Program:** Fancy an outing? Or brushing up your language skills in tandem with other students? Or joining us for an intercultural evening at the International House? – Join us to enjoy culture and diversity, to discover Hamburg and the globe, to get to know people and to have fun!

**Training & Coaching Program:** From coping with stress to PC skills and intercultural competencies – we show you how to acquire key skills for your studies!

**Information and Advising:** Information and advising on all matters regarding your studies as well as financial, official or psychological issues.

And also this semester:

**Intercultural PIASTA Evening:** Every Wednesday during the semester at International House: exciting topics, music and culinary highlights, and lots of nice people – come and join us!

**Certificate of Intercultural Competence (CIC):** An acknowledgement for intercultural achievements and an additional distinction for students – register for it! ([www.uni-hamburg.de/cic](http://www.uni-hamburg.de/cic))

We wish you a successful and sunny summer semester

*Your PIASTA Team*



## Contents

<b>Calendar</b>	<b>3</b>
<b>Welcome and Culture</b>	<b>7</b>
Living the International Way	8
Tandem Service Hamburg (Language Exchange)	8
Intercultural PIASTA Evening	8
Cultural Events and Leisure Activities	14
<b>Training and Coaching</b>	<b>29</b>
Work and Relaxation Techniques	30
Academic Presentations	33
Key Skills	34
Intercultural Skills	36
PC Skills	38
Student Jobs, Internships, and Career Paths	44
<b>Information and Advising</b>	<b>47</b>
Information on Right of Residence	48
Department of International Affairs Advising Services	49
Advising for Study Abroad	49
Legal Advising	49
Advising for Application Procedures	49
General Advising	50
Psychological Counseling	50
Health Counseling	51
Language Compass	52
Career Discovery Manual	52
Manual for (future) Doctoral Candidates	53
<b>Community</b>	<b>56</b>
<b>About Us</b>	<b>57</b>
<b>Campus Map</b>	<b>57</b>
<b>Cooperations</b>	<b>58</b>

## Calendar

### Welcome and Culture

<b>Living the International Way</b>		
Living the International Way	<a href="http://www.campus-hamburg.de/wohnboerse">www.campus-hamburg.de/wohnboerse</a>	8
<b>Tandem Service Hamburg (Language Exchange)</b>		
Tandem Service Hamburg	<a href="http://www.uni-hamburg.de/tandem">www.uni-hamburg.de/tandem</a>	8
<b>Intercultural PIASTA Evening</b>		
“Hummel, Hummel – Mors, Mors!” An Evening à la Hamburg!	Wed. 04.04.2012	9
Come to the Gängeviertel! A Place of Alternative Life Styles in Hamburg	Wed. 11.04.2012	9
The St. Pauli Myth	Wed. 18.04.2012	10
The World of Puppet Theater at PIASTA	Wed. 25.04.2012	10
What is Fair about Fair Trade?	Wed. 02.05.2012	11
Japan Night	Wed. 09.05.2012	11
Iran: The Country of Contradictions	Wed.16.05.2012	11
The Balkans: A Patchwork of Cultures	Wed. 23.05.2012	12
EM 2012 – A Welcome from the Host Countries Poland and the Ukraine	Wed. 06.06.2012	12
An Interactive Acoustic Journey to the Fascinating World of Classical Music	Wed. 13.06.2012	13
Dance as Social Revolution	Wed. 20.06.2012	13
Your Travel Adventures at PIASTA	Wed. 27.06.2012	13
6th International Night of Music	Wed. 04.07.2012	14
<b>Cultural Events and Leisure Activities</b>		
<b>Discover Hamburg</b>		
Funtastic Minigolf	Sat. 14.04.2012	14
In Flux – A Panorama of the Elbe at the Altonaer Museum	Sat. 28.04.2012	15
Hamburg’s Side Shows: A City Tour with a Difference	Sat. 28.04.2012	15
“Hamburg’s Underworlds” Tour of the Bunker at Hamburg Central Station	Sat. 12.05.2012	16
An Experience at the Planetarium: “The Maya Universe”	Sat. 12.05.2012	16
“Heiße Ecke” The best Musical in Town at Schmidt’s TIVOLI Theater	Tues. 15.05.2012	17
A Stroll Through the Karoiviertel	Sat. 26.05.2012	17
Hamburg, my Pearl: A Visit to the Fish Market	Sun. 17.06.2012	18
Trip to Miniature Wonderland	Sat. 23.06.2012	18
A Bicycle Tour of the Harbor	Sun. 01.07.2012	19

### Cultural Events and Leisure Activities

#### Excursions and Activities

Learn to Swim, Course for Women – Level 1: Absolute Beginners'	Wednesdays 8–9:30 pm	19
Learn to Swim, Course for Women – Level 2: Deep-Water Introductory	Mondays 10–11:30 pm	20
Aqua Fitness for Women	Wednesdays 7–7:45 pm	21
Trip to the Hanseatic City of Rostock	Sat. 21.04.2012	21
Trip to Bremen	Sun. 05.05.2012	22
Trip to Lübeck	Sat. 19.05.2012	22
Trip to the Bremerhaven Climate House	Sat. 26.05.2012	23
Trip to the University City of Göttingen	Sat. 02.06.2012	23
Trip to Heligoland	Fri. 15.06.2012	24
Karl May Festival	Sat. 30.06.2012	24

#### Experience Intercultural Life

Religious Diversity in Hamburg	April 2012 (tbc)*	25
"BEATLEMANIA": A Visit to the Beatles Museum	Sat. 21.04.2012	25
At the Museum of Ethnography: Nomads in a Sedentary World	Sat. 21.04.2012	25
Climate Change: Individual Actions to Meet a Global Challenge	Fri. 11.05.2012	26
Vietnamese Cooking Class: Original Vietnamese Spring Rolls	Sat. 12.05.2012	26
A Tour of Hamburg's Mosques	Sat. 05.11.2011	27
International Maritime Museum Hamburg	Sat. 09.06.2012	27
A Musical Evening at the Schauspielhaus	June 2012 (tbc)*	28

## Training and Coaching

### Work and Relaxation Techniques

Self-Management – Get Your Everyday Life Under Control	Tues. 08.05.2012; Tues. 15.05.2012; Tues. 22.05.2012; Tues. 05.06.2012	30
Relaxation Techniques to Reduce Study Stress	Sat. 12.05.2012	30
Acem Meditation	Sat. 02.06.2012 and Sun. 03.06.2012	31
Autogenic Training: Stress free and Relaxed during Exam Times	Sat. 16.06.2012 and Sun. 17.06.2012	32
Less Stress – Hatha Yoga for a relaxed and active way of studying	Sat. 07.07.2012	32

### Academic Presentations

Gaining Confidence in Oral Presentations	Sat. 28.04.2012 or Sat. 07.07.2012	33
--	------------------------------------	----

### Key Skills

Mastering Negotiations – How to Identify and Use Psychological Pitfalls & Opportunities	Fri. 13.04.2012	34
Competent and Effective Communication	Fri. 11.05.2012 and Sat. 12.05.2012	35

### Key Skills

Conflict Management	Fri. 01.06.2012 and Sat. 02.06.2012	35
---------------------	-------------------------------------	----

### Intercultural Skills

Information Session: Certificate of Intercultural Competence	Wed. 18.4.2012	36
Climate Change: Individual Actions to Meet a Global Challenge	Fri. 11.05.2012	37
Intercultural Competence for Everyday, University, and Career	Fri. 22.06.2012 and Sat. 23.06.2012	37
Intercultural Skills – Exploring Transcultural Identity	Sat. 30.06.2012 and Sun. 01.07.2012	38

### PC Skills

PowerPoint for Beginners	Sat. 05.05.2012	38
PowerPoint for Advanced Users	Sun. 06.05.2012	39
Excel for Beginners	Course A: Sat. 12.05. and Sun. 13.05.2012 Course B: Sat. 14.07. and Sun. 15.07.2012	39
Word for Beginners	Sun. 10.06.2012	40
Adobe Photoshop Basics	Sat. 23.06.2012 and Sun. 24.06.2012	40
LaTeX for Beginners	Sat. 07.07.2012 and Sun. 08.07.2012	41
First Steps with SPSS	Course A: Fri. 13.07.2012 Course B: Sat. 14.07.2012 Course C: Sun. 15.07.2012	42
SPSS for Advanced Users	Course D: Mon. 16.07.2012 Course E: Tues. 17.07.2012	42
Excel for Advanced Users	Sat. 21.07.2012 and Sun. 22.07.2012	43

### Student Jobs, Internships, Career Paths

Business Start-up Course for Students and Graduates	Thurs. 26.04.2012 / Fri. 27.04.2012 or Thurs. 14.06.2012 / Fri. 15.06.2012	44
Stand Out from the Crowd – Discover Your Strengths	Tues. 05.06.2012	45
The Potential of Foreign Languages	Fri. 15.06.2012	45

## Information and Advising

### Information on Right of Residence

Information Session: Graduation in Hamburg – And what next?	Mon. 07.05.2012	48
Right of Residence for International Students	www.uni-hamburg.de/aufenthalt	48

### Department of International Affairs Advising Services

Information on Study Abroad	www.uni-hamburg.de/outgoings	49
Legal Advising	Mon. 02.04.2012; Mon. 16.04.2012; Mon. 07.05.2012; Mon. 21.05.2012; Mon. 04.06.2012; Mon. 18.06.2012; Mon. 02.07.2012; 5–7 pm	49

Department of International Affairs Advising Services		
Advising for Application Procedures (Foreigners Registration Office, Emergency Fund, etc.)	Thurs. 10 am–12 pm and by appointment	49
General Advising	by appointment	50
Psychological Counseling	by appointment	50
Health Counseling	by appointment	51

Language Compass		
Language Compass	<a href="http://www.uni-hamburg.de/sprachenkompass">www.uni-hamburg.de/sprachenkompass</a>	52

Career Discovery Manual		
Career Discovery Manual	<a href="http://www.uni-hamburg.de/careercenter">www.uni-hamburg.de/careercenter</a>	52

Manual for (future) Doctoral Candidates		
Manual for (future) Doctoral Candidates	<a href="http://www.uni-hamburg.de/promotionsleitfaden">www.uni-hamburg.de/promotionsleitfaden</a>	53

\* Date to be announced online:  
[www.uni-hamburg.de/piasta-program](http://www.uni-hamburg.de/piasta-program)

# Welcome and Culture



## Living the International Way

The PROFIN pilot project and PIASTA cooperate with Campus Hamburg! Intercultural life and studies do not only take place at university but also within one's own four walls. Here you can specifically search for internationally-oriented flat shares or indicate the languages you speak in your own wanted ad. Sharing a flat with people of different nationalities brings about exciting contacts, new experiences, and perhaps a successful language exchange as well. The International Room Exchange addresses German as well as international students who are looking for a place to live in Hamburg. Using small flags, you can indicate on the site which languages you speak or your cultural background(s). PROFIN, PIASTA, and Campus Hamburg wish you lots of fun and success on the flat share market.

<b>Info</b>	www.campus-hamburg.de/wohnboerse
<b>In cooperation</b>	Campus Hamburg

## Tandem Service Hamburg (Language Exchange)

Free of charge, the Tandem Service facilitates language exchange partnerships in which two students with different native languages work together to learn with and from each other.

How it works? You meet with the partner we have brought you in contact with for two hours per week, for example, and work for one hour in each language. If you'd like, we also offer the opportunity to find an e-partner to improve your language skills via e-mail.

How do I find a partner? Students and staff of all of Hamburg's institutions of higher education, of the Studienkolleg Hamburg and of the Continuing Education Program for Older Adults can register online. The application form is available on our website at: [www.uni-hamburg.de/tandem](http://www.uni-hamburg.de/tandem)

<b>Office hours</b>	tba online
<b>Place</b>	Rothenbaumchaussee 36, Room 007 (ground floor)
<b>Advisor</b>	Asami Tsunoda, tutor for the Tandem Language Exchange
<b>Coordination</b>	Dr. Magdalène Lévy
<b>Contact</b>	tandem@uni-hamburg.de

## Intercultural PIASTA Evening

Our Intercultural PIASTA Evening is open to all students of Universität Hamburg and friends. Our intercultural program takes place once a week in a relaxed atmosphere with soft drinks, snacks, and music for

those interested in intercultural discovery and exchange. Our program is multi-faceted, diverse, and always different. This semester, we'll look beyond the city walls of Hamburg to Japan, Iran, the Balkans, and the host countries of this year's European Football Championship. And, of course, our program would not be complete without dance, music, and theater. Join us and get to know your fellow students from different countries and faculties.

You can also meet our multilingual team of tutors that will be available to answer your questions regarding your studies at Universität Hamburg.

<b>Date</b>	Wednesdays, 6–9 pm (from 04.04.2012 through 04.07.2012)
<b>Place</b>	Rothenbaumchaussee 36, Room 08 (ground floor)
<b>Info</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta">www.uni-hamburg.de/piasta</a>

## “Hummel, Hummel – Mors, Mors!” An Evening à la Hamburg!

“Hummel, Hummel!” says PIASTA to all those who love Hamburg, are new in Hamburg, or just can't get enough of Hamburg. Lively, exciting, cosmopolitan, diverse, and yet, unique – this is Hamburg! From the harbor to the most numerous bridges in Europe and to the Kiez, from Franzbrötchen to Astra, from Hans Albers to the first successes of the “Beatles” – that evening, we want to experience with you everything the citizens of Hamburg are proud of. Let's take a trip through Hamburg's past and present, enjoy typical treats and music, and rediscover what it means to be “typical Hamburg”.

<b>Date</b>	Wed. 04.04.2012, 6–9 pm
<b>Place</b>	Rothenbaumchaussee 36, Room 08 (ground floor)
<b>Leaders</b>	PIASTA tutors

## Come to the Gängeviertel! – A Place of Alternative Life Styles in Hamburg

The Gängeviertel is a historic quarter in the vicinity of Hamburg's Neustadt, which was successfully occupied by the artists initiative “Komm in die Gänge” on August 22, 2009 upon having been sold to a Dutch investor. The initiative wanted to make a statement in favor of the preservation of historic buildings and against the continuing gentrification of living space in Hamburg.

As a reaction to the occupation, the city of Hamburg repurchased the quarter from the investor and agreed on a utilization plan with the initiative. Now, about 200 artists live and work there, and an alternative living space has taken shape right within the heart of the city. The

Gängeviertel now offers a regular program of art exhibitions, concerts, parties, and readings, which has attracted tens of thousands of visitors from all over the world.

We'd like to give you an insight into the quarter's alternative culture and invite you to discuss with us the consequences the process of gentrification has for the city of Hamburg and in what way it might be possible to preserve spaces for alternative ways of living in the city.

<b>Date</b>	Wed. 11.04.2012, 6–9 pm
<b>Place</b>	Rothenbaumchaussee 36, Room 08 (ground floor)
<b>Leaders</b>	PIASTA tutors

### The St. Pauli Myth!

#### For fans of soccer, beer, skulls and crossbones, and AC/DC!

The FC St. Pauli has achieved what other clubs can only dream of: not only is it loved for the goals scored but for its own sake. Since its foundation in 1910, the club has quickly developed a close relationship to the probably best known red light district in Germany and its inhabitants, coming to stand for a special attitude towards life. But what's the charm of this second-class club? Its social-minded initiatives for its fans and in the club itself (like Viva con Agua, for example)? Its outspoken opposition to any kind of discrimination, such as sexism, racism, and homophobia? Join us for an evening that's all about 'the most important thing in the world'!

<b>Date</b>	Wed. 18.04.2012, 6–9 pm
<b>Place</b>	Rothenbaumchaussee 36, Room 08 (ground floor)
<b>Leaders</b>	PIASTA tutors

### The World of Puppet Theater at PIASTA

Today, we'll let the puppets out to play to give you an insight into an authentic cultural tradition of Germany: puppet theater!

Usually, marionette or puppet theater performances are presented as short plays on small stages, using glove puppets or marionettes to often tell the adventures of various well-known characters. A number of German students might have sentimental memories of watching a Punch and Judy show, wide-eyed and anxious, as kind Mr. Punch has to watch out for the villains. Today, numerous specialized performance venues have sprung up and a worldwide network of festivals has made puppet theater an expressive medium of cultural exchange. Similarly in Hamburg, the diversity of different forms of expression has expanded from traditional presentations to perfor-

mances including elements of theater, music, dance, film, and mime shows. One of the places for puppet theater here in Hamburg is the Hamburg Puppet Theater which only just recently was under the threat of closure.

We would like to give you an insight into the culture of puppet theater, and we will also surely be able to surprise you with a performance of a puppet play.

<b>Date</b>	Wed. 25.04.2012, 6–9 pm
<b>Place</b>	Rothenbaumchaussee 36, Room 08 (ground floor)
<b>Leaders</b>	PIASTA tutors

### What is Fair about Fair Trade?

What is actually fair about Fair Trade? Who produces, who trades in a fair way, and how can consumers contribute? How are prices set, and can Fair Trade actually remain fair targeting mass markets? PIASTA would like to invite you to discuss these and other issues with us in the course of this evening.

<b>Date</b>	Wed. 02.05.2012, 6–9 pm
<b>Place</b>	Rothenbaumchaussee 36, Room 08 (ground floor)
<b>Leaders</b>	PIASTA tutors

### Japan Night

In March 2011, the entire world looked to Japan when an earthquake shook the country and it was overshadowed by the nuclear disaster at Fukushima. But who lives in this island state? What does the history look like that shaped the people of Japan? We'd like to invite you to join us for an evening to acquaint ourselves with this island state and its people, to overcome prejudices and to discover curiosities.

<b>Date</b>	Wed. 09.05.2012, 6–9 pm
<b>Place</b>	Rothenbaumchaussee 36, Room 08 (ground floor)
<b>Leaders</b>	PIASTA tutors

### Iran: The Country of Contradictions

Today, we'd like to invite you to an evening dedicated to the beautiful country of Iran. Iran, the 18th largest country of the world in terms of area, is, due to its location in the Middle East, a country of special



geopolitical importance. Due to its oil and gas reserves, it plays an important role in international energy security and the global economy. Furthermore, it is home to one of the oldest civilizations of the world, dating back to 3000 BCE.

Welcome to a journey through the political, cultural and social highs and lows of Iran.

<b>Date</b>	Wed. 16.05.2012, 6–9 pm
<b>Place</b>	Rothenbaumchaussee 36, Room 08 (ground floor)
<b>Leaders</b>	PIASTA tutors

### The Balkans: A Patchwork of Cultures

Named after the Balkan Mountains, the Balkan Peninsula is today a synonym for South-East Europe. Besides Greece, Bulgaria, Romania and Serbia, it also comprises Albania, Macedonia, Croatia, Bosnia and Montenegro, as well as the European part of Turkey. These countries were shaped by interesting cultures, many commonalities and also significant differences – a cultural diversity that can be summarized with the keywords hospitality, temperament, hot rhythms, and tasty, spicy food.

Join us to discover the secrets of Balkan cuisine, experience the passion of Balkan dances and challenge our temperament with Balkan beats.

<b>Date</b>	Wed. 23.05.2012, 6–9 pm
<b>Place</b>	Rothenbaumchaussee 36, Room 08 (ground floor)
<b>Leaders</b>	PIASTA tutors

### EM 2012 – A Welcome from the Host Countries Poland and the Ukraine

One has to admit one thing: Soccer has that certain something that can unite the world, Europe, people for months. The European Championship more or less means a kind of integration. To mark this event of integration, the PIASTA team would like to present to you the host countries of the EM 2012, Poland and the Ukraine. Which East European tradition will replace the Vuvuzela? Join us to enjoy a Polish-Ukrainian atmosphere and to get to know these countries' traditions, cuisines and mentalities a bit more. Everybody is cordially invited to a warm-up before the kick-off!

<b>Date</b>	Wed. 06.06.2012, 6–9 pm
<b>Place</b>	Rothenbaumchaussee 36, Room 08 (ground floor)
<b>Leaders</b>	PIASTA tutors

### An Interactive Acoustic Journey to the Fascinating World of Classical Music

Classical music; art music; serious music; boring music even! No matter what you might call it, it has always been an essential part of the culture of the Occident and also of the entire world. Dear (future) music lovers: Let's enjoy an interactive acoustic journey into the world of classical music and experience its various facets together!

<b>Date</b>	Wed. 13.06.2012, 6–9 pm
<b>Place</b>	Rothenbaumchaussee 36, Room 08 (ground floor)
<b>Leaders</b>	PIASTA tutors

### Dance as Social Revolution

Did you know that the waltz, that break dance and tango are dance styles that were prohibited in different countries at different times only to later on cause social revolutions? If you want to find out more, then let yourself be taken away to the world of these dance styles and get to know more about their exiting stories at PIASTA. We are looking forward to seeing you!

<b>Date</b>	Wed. 20.06.2012, 6–9 pm
<b>Place</b>	Rothenbaumchaussee 36, Room 08 (ground floor)
<b>Leaders</b>	PIASTA tutors

### Your Travel Adventures at PIASTA

For this evening, we need you! We'd like to give you the opportunity to present your travel adventures at PIASTA, to share your experiences and to perhaps even discover new travel destinations and countries. Who backpacked in the Andes? Who lived with Hindus for a month or spent a semester in Singapore? Your experiences don't have to be all that exotic – it is only important that you have something to tell and that you'd like to share it with us. Souvenirs and traditional objects from the countries you traveled are also very welcome. If you want to take part, please contact us in advance at: [piasta@uni-hamburg.de](mailto:piasta@uni-hamburg.de). And everyone who'd like to get a taste of the world of traveling is cordially invited to just drop in.

<b>Date</b>	Wed. 27.06.2012, 6–9 pm
<b>Place</b>	Rothenbaumchaussee 36, Room 08 (ground floor)
<b>Leaders</b>	PIASTA tutors

## 6th International Night of Music

Music is the universal language of humanity that connects cultures – this is what the International Night of Music is all about. For the sixth time, PIASTA offers all students the opportunity to present their musical talents by singing or playing an instrument.

With the “International Night of Music”, we’d like to get to know different cultures and new people in Hamburg, make music together, and to liven up your daily study routine. If you enjoy singing or playing an instrument, don’t hesitate to contact us! Participants will meet regularly to enjoy music and to prepare for the performance. Everybody is welcome – professionals and amateurs alike. We invite our friends and fellow students to see our concert at the PIASTA Café. Along with pleasant conversation, we’ll listen to acoustic jazz, pop and classical music performed by talents from all over the world – and all of that live! We are looking forward to presenting an evening of diverse musical contributions to an audience of different nationalities and cultures.

To join, contact: piastamusik10@yahoo.com

<b>Concert date</b>	Wed. 04.07.2012, 6–9 pm
<b>Place</b>	Rothenbaumchaussee 36, Room 08 (ground floor)
<b>Leaders</b>	PIASTA tutors

## Cultural Events and Leisure Activities

### Discover Hamburg

#### Funtastic Minigolf

It is our pleasure to invite you to a special mini golf event!

Play an 18-hole mini golf course with three different themes in black light. That means many effects which will make the game a special and unique experience.

Besides this experience in spectacular light, an adventurous world that holds many surprises awaits you: During your discovery of the lost continent, you will have to face various challenges in a Maya temple or fight your way through the heart of the jungle! Dexterity and enjoyment of challenges are called for when trying to get past a laser beam or when led through the dark. A special experience for your senses and a lot of fun and entertainment for everyone!

<b>Date</b>	Sat. 14.04.2012, 5:15 pm
<b>Meeting Point</b>	Stop of no. 281 bus line at U2 station “Hagenbecks Tierpark”
<b>Leaders</b>	Sebahat Polat, Vera Melinda Galfi
<b>Fee</b>	€ 4 (incl. snack or beverage up to € 5)
<b>Registration</b>	www.uni-hamburg.de/piasta-program

### In Flux – A Panorama of the Elbe at the Altonaer Museum

We live at a river, but do we actually know it? The Altonaer Museum offers the opportunity to re-discover the Elbe and life in and at the river. We’d like to invite you to join us for this discovery!

Together, we will visit the exhibition “Alles im Fluss – Ein Panorama der Elbe“ at the Altonaer Museum to have the opportunity to get to know more about navigation and the history of Altona. Afterwards, we can talk about what we have seen over coffee and cake in the wonderful atmosphere of the Vierländer Kate, a historic cottage built in 1745 and preserved in its original state.

<b>Date</b>	Sat. 28.04.2012, time tba online
<b>Meeting Point</b>	in front of the Altonaer Museum
<b>Leader</b>	Elena Kireva
<b>Fee</b>	€ 3,50 (incl. snack or beverage up to € 5)
<b>Registration</b>	www.uni-hamburg.de/piasta-program

### Hamburg’s Side Shows: A City Tour with a Difference

Would you like to experience a different side of Hamburg? Only few have seen Hamburg from this perspective, only few actually have a proper idea of this life.

This is a special city tour: It will show you places and locations that are as much part of Hamburg as are the town hall or the warehouse district. These are the places of the homeless as hardly anyone knows them: drop-in centers, shelters, and dangers. Tours are offered by two sellers of the homeless magazine “Hinz & Kunzt”, and, as they themselves describe their aims: “It is not about satisfying a craving for sensation. We would like to promote understanding for the world of those concerned. And we want to show that the city has to remain open to everyone.” After the guided tour, we’d like to invite you to join us to share our impressions in a café.

<b>Date</b>	Sat. 28.04.2012, 11:30 am–3 pm
<b>Meeting Point</b>	Metro station “Mönckebergstraße”, exit Jakobikirche
<b>Leaders</b>	Tatyana Sheina, Lena Sheynfeld
<b>Fee</b>	ca. € 4 (incl. snack or beverage up to € 5)
<b>Registration</b>	www.uni-hamburg.de/piasta-program

## “Hamburg’s Underworlds”

### Tour of the Bunker at Hamburg Central Station

Experience an exceptional tour of the bunker at the central station, which, from 1941 through 1944, mainly served as an air raid shelter for railway passengers passing through the city. Back then, the bunker was intended to offer protection for 2,460 people during air strikes. During the Cold War, the bunker was improved with the then latest technologies and used as a civil defense facility.

The tour will provide you with more information on the history of the city of Hamburg, the Second World War, and the Cold War.

All that and more is offered in the course of touring the bunker’s 150 rooms on a space of 2,700 square meters.

After the tour, you are invited to join us in a café to share your impressions.

Date	Sat. 12.05.2012, 11 pm
Meeting Point	tba
Leaders	Lena Sheynfeld, Tatyana Sheina
Fee	ca. € 5 (incl. snack or beverage up to € 8)
Registration	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-program">www.uni-hamburg.de/piasta-program</a>

## An Experience at the Planetarium: “The Maya Universe”

Would you like to experience the world of the Maya? Human beings have researched astronomical occurrences, such as the movements of the planets, eclipses, or solstices, for a long time. Advanced cultures such as the Maya recorded these occurrences and described the different celestial cycles. They even erected their temples and cities in accordance with the movements of the celestial bodies. Visiting the Planetarium, we’ll get an insight into this fascinating world and be enchanted by the knowledge of the Maya.

Following the event, you are invited to share your impressions over coffee and cake.

Date	Sat. 12.05.2012, time tba online
Meeting Point	in front of Planetarium entrance
Leader	Elena Kireva
Fee	ca. € 3,50 (incl. snack or beverage up to € 5)
Registration	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-program">www.uni-hamburg.de/piasta-program</a>

## “Heiße Ecke”

### The best Musical in Town at Schmidt’s TIVOLI Theater

Join us at Schmidt’s TIVOLI for one of the theater’s most successful plays. For more than 8 years and 1,500 performances, the St. Pauli musical “Heiße Ecke” has enthralled an audience of over 1,000,000 people. This makes the play the currently most successful German language theater production. Audiences and critics are of the same opinion: This play is fantastic!

During a two-hour performance, viewers experience a wide range of feelings and emotions: joy and grief, laughing and crying, life and death, and love, of course. The nine performers on stage can be seen in over fifty roles and costumes each night.

What the theater people of Schmidt’s TIVOLI have created is their declaration of love for St. Pauli, which you shouldn’t miss if you live in Hamburg and are in love with the city.

Date	Tues. 15.05.2012, 7:30–10 pm
Meeting Point	foyer of the theater
Leader	Lena Sheynfeld
Fee	€ 7.50 (incl. snack or beverage up to € 5)
Registration	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-program">www.uni-hamburg.de/piasta-program</a>

## A Stroll Through the Karoiviertel

On a leisurely stroll, our guide will lead us through the Karoiviertel. He will tell us about the changes in the quarter, its history then and now. Special points of interest include the old slaughterhouse, Market Street, the bunker as well as the unique backyards and terraces.

What is the Karoiviertel? During industrialization, narrow housing estates on small backyard premises sprung up alongside mansions of the bourgeoisie in this area outside the city gates. Since then, a lively new shopping scene has established itself in these historic quarters situated between Hamburg’s trade fair grounds, the slaughterhouse, the cathedral, and the red light district, and the Karoiviertel has become a sought-after place to live. Com and join us – we are looking forward to seeing you there!

Date	Sat. 26.05.2012, time tba online
Meeting Point	U2 metro station “Messehallen”, exit Karolinestraße
Leader	Oscar Lino Delgado
Fee	ca. € 5 (incl. snack or beverage up to € 8)
Registration	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-program">www.uni-hamburg.de/piasta-program</a>

## Hamburg, my Pearl: A Visit to the Fish Market

For already more than 100 years, the fish market has been one of the best-known sights of Hamburg. It is not only a place for trade, important to local customers and merchants on an economic and social level, but also an attraction that draws both tourists on Sundays and night owls. Its assortment is not limited to fish products but surprises one's imagination with the great variety of products on offer. Today, you can even buy handbags or Brazilian flags. But tourists are also highly surprised by Central European city dwellers buying live chicken, carrier pigeons, and rabbits on this market. At some stalls people don't mind being accosted as shoplifters would be: Give me your money! This atmosphere is the reason why the performance of hawkers is being marketed as a curiosity in other cities than Hamburg. The market offers a glimpse of the pure and genuine life of the city, which is especially interesting for students from abroad. There you cannot only shop but also have lots of fun!

On Sundays, the fish market at Große Elbstraße with its open-air stalls is open from 5 through 9:30 am (in winter from 7 am).

<b>Date</b>	Sun. 17.06.2012, 8–10 am
<b>Meeting Point</b>	tram station "Reeperbahn", at the intersection of Königstraße and Repermölenbeck
<b>Leader</b>	Lena Sheynfeld
<b>Fee</b>	€ 1.50 (incl. snack or beverage up to € 5 max.)
<b>Registration</b>	www.uni-hamburg.de/piasta-program

## Trip to Miniature Wonderland

We'd like to invite you to discover attractions from all over the world in one place at Miniature Wonderland!

Miniature Wonderland is the biggest model railway system of the world. 13km of tracks and about 930 digitally-controlled trains on more than 1,150 square meters do not only enchant model railway fans. Visitors can see regions such as Germany, Austria, Switzerland, Scandinavia, and the US. One of the highlights is the airport of the fictitious city of Knuffingen. Another is the simulation of the passing of a day with dusk, dawn and night repeated every 15 minutes.

A visit to Miniature Wonderland is a great experience and surely worth its while.

We are looking forward to seeing you there!

<b>Date</b>	Sat. 23.06.2012, time tba
<b>Meeting Point</b>	Miniatur Wunderland Hamburg, Kehrvieler 2–4 (Speicherstadt)
<b>Leaders</b>	Vera Melinda Galfi, Sebahat Polat
<b>Fee</b>	ca. € 4.50 (incl. snack or beverage up to € 5)
<b>Registration</b>	www.uni-hamburg.de/piasta-program

## A Bicycle Tour of the Harbor

Do you fancy exploring the harbor by bike? We'd like to invite you to join us for an exiting bicycle tour accompanied by an experienced guide. The harbor features surprising treasures such as the docks, bridges, and canals and affords extraordinary views of the city. After passing through the Elbtunnel, we'll ride across the nearly deserted free port with its basins, railway tracks, cranes, and sheds. Crossing the Elbe bridges, we'll then head back to Hafen City. We're looking forward to a nice outing with you!

Please note: Don't forget to bring your own bike!

<b>Date</b>	Sun. 01.07.2012, 10:45 am
<b>Meeting Point</b>	Landungsbrücken/Alter Elbtunnel
<b>Leader</b>	Oscar Lino Delgado
<b>Fee</b>	€ 5 (incl. snack or beverage up to € 5)
<b>Registration</b>	www.uni-hamburg.de/piasta-program

## Excursions and Activities

### Learn to Swim, Course for Women – Level 1: Absolute Beginners'

This course aims at enabling women to confidently move in the water and to swim without fear. The main focus of the course is to get used to the water, to glide and drift in the 130 cm-deep pool that has a water temperature of 30°C.

This course is for women only. We ensure a protective environment for this course. Men won't have access to the pool. Men are provided with the opportunity to learn how to swim in a mixed course on Tuesdays.

#### Two different courses are offered:

- Learn to Swim – Level 1: Absolute Beginners'
- Learn to Swim – Level 2: Deep-Water Introductory

<b>Date</b>	Wednesdays 8–9:30 pm (from 18.04. through 13.06.2012)
<b>Place</b>	Pool at Schule Turmweg, Turmweg
<b>Leader</b>	Evi Petersen, B.A., Sports Sciences, course instructor with the Hochschulsport
<b>Contact</b>	Hochschulsport Hamburg +49-40-42838-7200 hochschulsport@sport.uni-hamburg.de
<b>Target group</b>	Students
<b>Fee</b>	Students: € 61 Alumni: MA UNI HH € 67 Guests of Alumni/externs: € 92
<b>Registration</b>	directly via Hochschulsport at: www.hochschulsport-hamburg.de
<b>In cooperation</b>	Hochschulsport Hamburg

## Learn to Swim, Course for Women – Level 2: Deep-Water Introductory

The level 2 course is meant for women who would like to practice and expand their swimming skills in deep water.

### Goals:

- To move confidently and without fear in the water;
- Reduction of fear with special balance exercises in the water;
- Getting used to the water through floating;
- Gliding and floating;
- Balance control in the water;
- Learning of leg and arm movements for breaststroke;
- Coordination of arm and leg movements doing breaststroke;
- Backstroke with synchronized movements;
- Breathing based on movement patterns.

This course addresses women only. We ensure a protective environment for this course. Men won't have access to the pool. To men interested in deep-water swimming, we recommend our mixed courses on Saturdays.

### Two different courses are offered:

- Learn to Swim – Level 1: Absolute Beginners'
- Learn to Swim – Level 2: Deep-Water Introductory

<b>Date</b>	Mondays 10–11:30 am (from 16.04. through 09.07.2012)
<b>Place</b>	Batholomäus Schwimmbad, Bachstr. 95, 22083 Hamburg
<b>Leader</b>	Anna Maciejewski, course instructor with the Hochschulsport
<b>Contact</b>	Hochschulsport Hamburg +49-40-42838-7200 hochschulsport@sport.uni-hamburg.de
<b>Target group</b>	Students
<b>Fee</b>	Students: € 61 Alumni: MA UNI HH € 67 Guests of Alumni/externs: € 92
<b>Registration</b>	www.hochschulsport-hamburg.de
<b>In cooperation</b>	Hochschulsport Hamburg

## Aqua Fitness for Women

With specific movement routines, aqua fitness especially exercises the torso muscles as well as arm and leg muscles. Moving in the water improves coordination and contributes to getting in shape. Often the exercises are carried out with small-sized equipment.

### Goals:

- Improvement of muscular strength and joint flexibility with only minimum strain on joints;
- Balance and coordination;
- Cardiovascular fitness.

The course fee includes the admission fee for the pool. This course fulfills the criteria of statutory health insurance for subsidization as stipulated in § 20 SGB 5. The subsidy amounts to 80% of the course fee per activity attended resp. to a maximum of € 75 max. Regular attendance is mandatory.

<b>Date</b>	Wednesdays 7–7:45 pm (from 18.04. through 13.06.2012)
<b>Place</b>	Pool at Turmweg School
<b>Leader</b>	Evi Petersen, B.A., Sports Sciences, course instructor with the Hochschulsport
<b>Contact</b>	Hochschulsport Hamburg +49-40-42838-7200 hochschulsport@sport.uni-hamburg.de
<b>Target group</b>	Students
<b>Fee</b>	Students: € 64 Alumni: MA UNI HH € 70 Guests of Alumni/externs: € 94
<b>Registration</b>	www.hochschulsport-hamburg.de
<b>In cooperation</b>	Hochschulsport Hamburg

## Trip to the Hanseatic City of Rostock

We'd like to invite you to join us for a day trip to the Hanseatic city of Rostock!

The city of Rostock and the district of Warnemünde, situated right on the shore of the Baltic Sea, constitute a beautiful place which is especially appealing in spring and fall and an ideal travel destination.

Today, about 200,000 people live in Rostock, and it's the biggest city of the state of Mecklenburg-Western Pomerania in terms of the number of inhabitants and area. With regard to culture as well as economy, it is considered the federal state's most important city. History has been made here for almost 800 years. Once an important member of the Hanseatic League, the city has preserved much of its original charm while always remaining open to the new.

Our tour will take us to the city center and its main sights: the historic old city, the Steintor, the town hall, St. Mary's Church, Kröpeliner Street and Kröpeliner Gate, University Square, and, of course, we'll finally find

ourselves at the beach of the Baltic Sea in Warnemünde where we'll enjoy North German specialties in a small café.

<b>Date</b>	Sat. 21.04.2012, 8:15 am
<b>Meeting Point</b>	Hamburg Central Station South, in front of DB Travel Center
<b>Leader</b>	Elena Sheynfeld
<b>Fee</b>	€ 6.50 (incl. lunch up to € 12 max.)
<b>Registration</b>	www.uni-hamburg.de/piasta-program

### Trip to Bremen

On May 5, 2012, PIASTA would like to cordially invite you to a trip to Bremen!

We'll explore this beautiful North German city and be enchanted by the wonderful atmosphere of Bremen's history. Of the outstanding sights of the city, we'll visit Bremen's Town Hall, the Bremen Town Musicians, the Roland statue, and others. After this guided tour of about two hours, we will have the opportunity to explore the city in our own way. We are very much looking forward to undertaking this special and fascinating trip with you!

<b>Date</b>	Sat. 05.05.2012, time tba online
<b>Meeting Point</b>	Hamburg Central Station South, in front of DB Travel Center
<b>Leader</b>	Zuzana Straková
<b>Fee</b>	ca. € 7 (incl. lunch up to € 12 max.)
<b>Registration</b>	www.uni-hamburg.de/piasta-program

### Trip to Lübeck

We'd like to cordially invite you to a special trip to the Hanseatic city of Lübeck, the only European city whose entire historic center with its unique architecture (including St. Mary's Church, Lübeck Cathedral, St. Peter's Church and St. Jacob's Church, the town hall), its narrow alleys and winding passageway was declared a UNESCO World Heritage Site. We will see this and much more during our walk through the city's old town. As part of this trip, we will also visit the "Holstein-Tor" (Holsten Gate), the rather best-known and most important of the preserved late medieval city gates in Germany. A tour of the Holsten Gate museum will provide us with the opportunity to learn more about the city's history.

Lübeck is also well known for its marzipan specialties. The Niederegger Marzipan Salon will take us on a journey through time from the beginnings of Lübeck's almond specialties to today's production. Come and join us to experience the wonderful city of Lübeck!

<b>Date</b>	Sat. 19.05.2012, 9:45 am–ca. 10 pm
<b>Meeting Point</b>	Hamburg Central Station South, in front of DB Travel Center
<b>Leaders</b>	Anna Korniienko, Elena Kireva
<b>Fee</b>	€ 6.30 (incl. lunch up to € 12 max.)
<b>Registration</b>	www.uni-hamburg.de/piasta-program

### Trip to the Bremerhaven Climate House

This semester, we'd like to embark on a fascinating journey through the climate zones of the entire world with you at Bremerhaven's Climate House. We cordially invite you to this event!

The Climate House offers visitors an extraordinary journey around the world: from the high mountains of the Swiss Alps, across the Sahel desert to the pack ice of Antarctica.

In different areas of the exhibition, visitors are invited to conduct experiments, such as climate experiments regarding fire, earth, water, and air. Furthermore, thematic chambers offer the opportunity to try out how the individual can contribute to climate protection in everyday life. Join us for this journey – it'll be worth your while!

<b>Date</b>	Sat. 26.05.2012, time tba online
<b>Meeting Point</b>	tba
<b>Leaders</b>	Natalia Tskhovrebashvili, Zuzana Strakova
<b>Fee</b>	ca. € 7 (incl. lunch up to € 12 max.)
<b>Registration</b>	www.uni-hamburg.de/piasta-program

### Trip to the University City of Göttingen

The university city of Göttingen enjoys a long tradition of education. The Georg-August-Universität was founded during the age of Enlightenment in the year of 1737.

In 2007, Göttingen University was among the nine German universities that were awarded the title "elite university" in the framework of Germany's Excellence Initiative program. Also the university library leaves nothing to be desired. Furthermore, the city of Göttingen offers diverse cultural and pub scenes as well as a wide range of leisure-time activities.

Let's explore this university city together!

<b>Date</b>	Sat. 02.06.2012, time tba online
<b>Meeting Point</b>	Hamburg Central Station in front of Deutsche Post retail outlet
<b>Leader</b>	Agnieszka Soltysiak
<b>Fee</b>	ca. € 6 (incl. lunch up to € 8 max.)
<b>Registration</b>	www.uni-hamburg.de/piasta-program

## A Journey to Heligoland Tracing an Eventful History

Would you like to discover Heligoland? Heligoland is also called the island of history. It can look back on an exciting history full of memorable events: the island was a sea fortress, a haunt of pirates, an important base for sea pilots, and even the world's biggest transshipping center at the beginning of the 18th century. We'd like to invite you to discover these exciting historic events on a journey to the island.

And also for nature lovers, the island holds many things in store: About 70km off the mainland, the majestic red sandstone cliff rises out of the water, above green land, and presents its unique flora and fauna in a mild climate, furthered by the near Gulf Stream. We're looking forward to this great journey with you!

<b>Date</b>	Fri. 15.06.2012
<b>Meeting Point</b>	meeting point, time and itinerary tba online
<b>Leader</b>	Natalia Tskhovrebashvili
<b>Fee</b>	ca. € 20 (incl. round trip-ticket and food and drink)
<b>Registration</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-program">www.uni-hamburg.de/piasta-program</a>

## The Karl May Festival

Are you dreaming of the Wild West in the 1870s? Would you like to see the life of the American Indians live and not on TV? Do you think that this isn't possible anymore? There you are wrong! It is possible since 1952: at the Karl May Festival in Bad Segeberg. Surrounded by the crackling sound of colts being fired, big explosions, and gripping duels, we'll not only experience the life of the American Indians but also lots of excitement, the romanticism and fiery magic of the Wild West. We'd like to invite you to experience a performance of "Winnetou II" with us!

<b>Date</b>	Sat. 30.06.2012, time tba online
<b>Meeting Point</b>	Hamburg Central Station in front of Deutsche Post retail outlet
<b>Leader</b>	Agnieszka Soltysiak
<b>Fee</b>	ca. € 10 (incl. lunch up to € 8 max.)
<b>Registration</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-program">www.uni-hamburg.de/piasta-program</a>

## Experience Intercultural Life

### Religious Diversity in Hamburg

Hamburg is not only rich in churches but also in mosques, synagogues, and temples. They adorn Hamburg's cityscape and contribute to the city's cultural diversity. We cordially invite you to take a tour with us. We'd also like to see some of these buildings from the inside together with you...

<b>Date</b>	April 2012 (tbc), time tba
<b>Meeting Point</b>	Edmund-Siemers-Allee 1, in front of main building
<b>Leader</b>	Sevgi Ünver
<b>Fee</b>	€ 5 (incl. snack and beverage up to € 8 max.)
<b>Registration</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-program">www.uni-hamburg.de/piasta-program</a>

### "BEATLEMANIA" – A Visit to the Beatles Museum

Half a century after their first concert in Hamburg, the Beatles have a permanent address in the Hanseatic city again: BEATLEMANIA! Right in the heart of the Reeperbahn, where the career of the Beatles began, is a museum where we can experience the world of these Liverpoolian lads and their music. On the five floors of the museum, many unique and internationally sought-after exhibits that have never been shown before as well as numerous testimonies of the band's contemporaries are presented and brought to life. You are cordially invited to enjoy the Beatles experience in Hamburg's St. Pauli with us!

<b>Date</b>	Sat. 21.04.2012, 1 pm
<b>Meeting Point</b>	tba
<b>Leader</b>	Agnieszka Soltysiak
<b>Fee</b>	ca. € 5 (incl. snack or beverage up to € 5 max.)
<b>Registration</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-program">www.uni-hamburg.de/piasta-program</a>

### At the Museum of Ethnography: Nomads in a Sedentary World

Find out more about the mysterious world of the nomads and their history spanning the width of an area from Morocco to Tibet and Siberia. The exhibition tells about the manifold differences between nomadic and sedentary people and presents the cultures and political views of both sides. Since the exhibition spreads across the entire museum, visitors feel like nomads themselves. The unusual atmosphere lets you forget the outer world and takes you right into the heart of the nomads' world from Morocco to Siberia.

After our visit, we will have the opportunity to exchange thoughts about what we have seen and share our impressions in a café.

<b>Date</b>	Sat. 21.04.2012, time tba online
<b>Meeting Point</b>	Museum für Völkerkunde Hamburg, Rothenbaumchaussee 64
<b>Leaders</b>	Tatyana Sheina, Vera Melinda Galfi
<b>Fee</b>	ca. € 3,70 (incl. snack or beverage up to € 5)
<b>Registration</b>	www.uni-hamburg.de/piasta-program

### Climate Change – Individual Actions to Meet a Global Challenge

Even though the climate change is a daily topic in the media, the information thus available is highly heterogeneous resp. unclear. The aim of this seminar is to provide a scientific and multi-disciplinary perspective on the foreseen global warming in an understandable way. The physical and biological basis, social aspects and the current political situation will be analyzed. Emphasis will be given to possible individual actions against climate change. Furthermore, after a screening of the documentary “Home“, a colloquium will take place. The documentary chronicles the present-day state of the earth, its climate and how we, as the dominant species, have long-term repercussions on its future. The colloquium will be the perfect occasion to bring together different ideas and impressions regarding this matter. Global warming is a challenge for humankind, therefore a good understanding of the underlying causes as well as those between different cultures is essential.

<b>Date</b>	Fri. 11.05.2012, 9 am–5 pm
<b>Meeting point</b>	tba online
<b>Leader</b>	Miriam Ferrer González, subject of study – Integrated Climate System Sciences (M.A.)
<b>Language</b>	English
<b>Registration</b>	www.uni-hamburg.de/piasta-program

### Vietnamese Cooking Class: Original Vietnamese Spring Rolls

Among other things, Vietnam is well known for its spring rolls. They are prepared with fresh, raw ingredients and then deep-fried. The delicious spring rolls from Vietnam are not to be confused with Chinese pancake rolls, since Vietnamese spring rolls are traditionally wrapped in rice paper. The result is worth the effort. Let alone the rice paper makes many curious and the rolls crisp and tasty.

As a South Vietnamese, I am looking forward to presenting you the original and delicious recipe of Vietnamese spring rolls and to prepare and enjoy them together with you in a nice atmosphere.

So, come and get to know the original and diverse tradition of Vietnam’s cuisine, and don’t miss out on this delicious and special taste experience!

<b>Date</b>	Sat. 12.05.2012, time tba online
<b>Meeting Point</b>	Gekreuzte Möhrchen, Bernstorffstraße 89
<b>Leader</b>	Tuong-Van Nguyen
<b>Fee</b>	ca. € 7
<b>Registration</b>	www.uni-hamburg.de/piasta-program

### A Tour of Hamburg’s Mosques

Would you be up for something other than science? Then come with us! No matter if you are from an Islamic country or not, a tour of Hamburg’s mosques can be very exciting for you. We’ll discover the architecture of three different mosques and learn a lot about Islamic culture in Hamburg. When you have questions about Islam, then this is the best opportunity to get answers to them. We then end the afternoon in a café.

<b>Date</b>	Tues. 29.5.2012, 11:30 am–ca. 3:30 pm
<b>Meeting Point</b>	tba
<b>Leader</b>	Zakia Akasbi
<b>Language</b>	German
<b>Fee</b>	€ 2,50 (incl. snack and drink up to € 8 max.)
<b>Registration</b>	by 22.05.2012 at the latest at: www.uni-hamburg.de/piasta-program

### The International Maritime Museum 3,000 Years of Naval History

The International Maritime Museum Hamburg tells the stories of explorers and conquerors, of captains and sailors, and takes you onto a voyage to discover 3,000 years of the history of mankind. On ten floors and on over 11,000 square meters, visitors get to know naval and marine history and can admire precious exhibits, ship models, and paintings.

Interested? Then register for this trip! We are looking forward to seeing you!

<b>Date</b>	Sat. 09.06.2012, time tba online
<b>Meeting Point</b>	International Maritime Museum Hamburg, Koreastraße 1 (Speicherstadt)
<b>Leader</b>	Vera Melinda Galfi
<b>Fee</b>	ca. € 5 (incl. snack or drink up to € 5 max.)
<b>Registration</b>	www.uni-hamburg.de/piasta-program



### A Musical Evening at the Schauspielhaus

With a history of over 100 years and 1,192 seats, the Deutsche Schauspielhaus is the biggest and one of the most renowned drama theaters in Hamburg.

The play "Zigeunerjunge" has been a great success since its premier in 2008. It is a musical recital presenting the audience with highly enjoyable fresh Balkan pop and folk music. The director and the brilliant actors succeed in delivering an absolutely funny, great and entertaining performance. And the audience is always enthusiastic! We are looking forward to enjoying this evening with you!

<b>Date</b>	June 2012 (tbc), time tba online
<b>Meeting Point</b>	in front of the Deutsche Schauspielhaus, Kirchenallee 39
<b>Leader</b>	Elena Sheynfeld
<b>Fee</b>	ca. € 4.60 (incl. snack or drink up to € 5 max.)
<b>Registration</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-program">www.uni-hamburg.de/piasta-program</a>

# Training and Coaching



## Work and Relaxation Techniques

### Self-Management – Get Your Everyday Life Under Control

This workshop is about how to organize your life in a less stressful way, reach your goals in a better way and to be more content with your everyday life.

#### Learning goals:

- Understand yourself better, discover problems and goals;
- Implement new plans to bring about positive change;
- Methods for self-discipline and getting to know your own balance.

#### Topics:

- Self-management, time management, stress management, and goal management;
- Trying out different methods, such as tests, group games, and other exercises;
- Reaching your goals as well as tips for your everyday.

<b>Dates</b>	Tues. 08.05.2012, 4:30–7:30 pm Tues. 15.05.2012, 4:30–7:30 pm Tues. 22.05.2012, 4:30–7:30 pm Tues. 05.06.2012, 4:30–7:30 pm
<b>Place</b>	Rothenbaumchaussee 36, Room 08 (ground floor)
<b>Leader</b>	Esther Kaufmann, B.A., Media and Communication Studies
<b>Language</b>	German
<b>Registration</b>	www.uni-hamburg.de/piasta-program

### Relaxation Techniques to Reduce Study Stress

During challenging times, exam time or other times of stress, it is especially important to maintain inner calm to keep your head. Relaxation techniques can be a big help to achieve this. Relaxation exercises can help you to feel fresh and productive again. Different relaxation techniques can be useful in different situations in your life. In this workshop, theoretical and practical aspects of four different relaxation techniques will be introduced and exercised.

#### Subject matters:

- Jacobson's progressive muscle relaxation: a relatively active form of relaxation with changing rhythms of muscle contraction and relaxation, leading to progressive relaxation.
- Autogenic training: a quiet and subtle form of relaxation that is less active. Concentration is focused on fixed, calming sentences. These call forth relaxation, both physically and mentally.
- Breathing exercises: training of observing and utilizing your breathing in a controlled way to achieve relaxation.
- Exercises from the "Sounder Sleep System": day relaxation exercises and exercises for falling asleep.

Participants are provided with a CD to review the topics treated and to be able to continue exercising on their own after the course.

#### Learning goals:

- Get to know different relaxation techniques;
- To consciously experience activation and relaxation;
- Get to know different possibilities to deal with stress.

#### Topics treated:

- Getting to know relaxation techniques;
- Reflecting on own stress reactions;
- Which relaxation technique is suitable for whom?

<b>Date</b>	Sat. 12.05.2012, 10 am–5 pm
<b>Place</b>	University Sportpark Mollerstraße 10 (Old Villa, left entrance)
<b>Leader</b>	Marina Primas, graduate of psychology (Dipl.-Psychologin), course instructor with the Hochschulsport
<b>Contact</b>	Hochschulsport Hamburg +49-40-42838-7200 hochschulsport@sport.uni-hamburg.de
<b>Language</b>	German
<b>Target group</b>	Students
<b>Fee</b>	€ 12 (incl. CD)
<b>Registration</b>	www.hochschulsport-hamburg.de
<b>In cooperation</b>	Hochschulsport Hamburg

### Acem Meditation

Acem is a meditation technique from Scandinavia designed to teach participants exercises for deep relaxation. Acem not only eases physical and mental tension but, as has been proved, also reduces stress, nervousness, and sleep disorders. This form of meditation brings about serenity for your everyday study routine and during exam time. Acem Meditation is easy to learn and integrate into everyday life.

#### Learning goals:

- Tap into your spare energy;
- Improve your sense of well-being;
- Increase your productivity.

<b>Date</b>	Sat. 02.06.2012 and Sun. 03.06.2012, 1–4:30 pm
<b>Place</b>	University Sportpark, Mollerstraße 10 (Old Villa, left entrance, Reading Room, Room 16, ground floor)
<b>Leader</b>	Prof. Runar Mathisen, acem instructor, course instructor with the Hochschulsport
<b>Contact</b>	Hochschulsport Hamburg +49-40-42838-7200 hochschulsport@sport.uni-hamburg.de
<b>Language</b>	German

<b>Target group</b>	Students
<b>Registration</b>	www.hochschulsport-hamburg.de
<b>In cooperation</b>	Hochschulsport Hamburg

### Autogenic Training: Stress free and Relaxed during Exam Times

Autogenic training is a relaxation technique based on autosuggestion. The application of this method is highly effective in fields such as burnout prevention or learning. Regular practice can help to prevent that negative stress leads to learning problems, and the vicious circle of exam times can thus be broken. The suggestive formulas used are simple, short sentences. The exercises average between 3 to 15 minutes in duration.

#### Learning goals:

- Relaxation of the body without an instructor or technical aids, simply through your own imagination;
- Improve well-being;
- Increase productivity and the ability to relax.

<b>Dates</b>	Sat. 16.06.2012 and Sun. 17.06.2012, 1–4:30 pm
<b>Place</b>	University Sportpark, Mollerstraße 10 (Old Villa, left entrance, Reading Room, Room 16, ground floor)
<b>Leader</b>	Holger Hagen, psychotherapist, trainer and coach, course instructor with the Hochschulsport
<b>Contact</b>	Hochschulsport Hamburg +49-40-42838-7200 hochschulsport@sport.uni-hamburg.de
<b>Language</b>	German
<b>Target group</b>	Students
<b>Registration</b>	www.hochschulsport-hamburg.de
<b>In cooperation</b>	Hochschulsport Hamburg

### Less Stress – Hatha Yoga for a relaxed and active way of studying

The ever-increasing demands of studying lead to stress. If these demands cause negative or positive feelings often strongly depends on ourselves. Therefore, it is necessary to develop awareness of one's thoughts, feelings, and of situations.

Yoga techniques can offer a way to find a space of calm in one's world of emotions and to thus overcome destructive, negative stress. Every person has the ability to live a balanced life. Movement plays an important role in trying to achieve this.

This workshop offers the opportunity to use the techniques of Hatha Yoga to thoroughly explore thoughts and feelings that cause personal

stress. We will practice selected exercises which can relax as well as activate the body. There will be space for explanation and the theoretical background required.

#### Learning goals:

- What is stress?
- Positive and negative stress;
- Interdependency of stress and emotions;
- Activation and relaxation to reduce stress;
- Get to know possibilities to deal with stress.

#### Topics:

- Yoga exercises;
- Reflecting on your emotional reactions.

<b>Date</b>	Sat. 07.07.2012, 1–6 pm
<b>Place</b>	University Sportpark, Mollerstraße 10 (Old Villa, left entrance, Reading Room, Room 16, ground floor)
<b>Leader</b>	Vera Vorreiter, health coach, Yoga instructor, course instructor with the Hochschulsport
<b>Contact</b>	Hochschulsport Hamburg +49-40-42838-7200 hochschulsport@sport.uni-hamburg.de
<b>Language</b>	German
<b>Target group</b>	Students
<b>Registration</b>	www.hochschulsport-hamburg.de
<b>In cooperation</b>	Hochschulsport Hamburg

## Academic Presentations

### Gaining Confidence in Oral Presentations

Many situations during your studies and in your career require a confident appearance. In this seminar, you can take the first steps to feeling confident during presentations, e.g. class presentations, lectures, oral exams, interviews, etc., so that your arguments are made clear for the listeners.

#### Learning goals:

- Reflect on your own presentation abilities;
- Get to know and try out techniques for successful presentations;
- Develop certainty and confidence for oral presentations.

#### Topics:

- A short introduction into what influences speaking actions and how voice and breathing are connected;
- Speaking techniques, body language, gestures, and facial expressions will be practiced;
- On this basis you'll plan and give your own speech.

<b>Please note</b>	The same is taught in courses A and B. Please register for one date only
<b>Dates</b>	Course A: Sat. 28.04.2012, 10 am–6 pm Course B: Sat. 07.07.2012, 10 am–6 pm
<b>Place</b>	Rothenbaumchaussee 36, Room 08 (ground floor)
<b>Leader</b>	Soheila Safari, graduate of psychology (Dipl.-Psychologin) and trained conflict manager
<b>Language</b>	German
<b>Registration</b>	www.uni-hamburg.de/piasta-program

## Key Skills

### Mastering Negotiations – How to Identify and Use Psychological Pitfalls & Opportunities

Coming to an understanding and negotiating agreements is part of everyday life. However, many opportunities are passed up because they are either not recognized or there's not enough courage to explore them. What can actually be negotiated? How do I deal with difficult people? What do I have to pay attention to when negotiating with partners from different cultures? Which psychological mechanisms come into play during a negotiation? And how do I firmly represent my own point of view without endangering the relationship with my negotiating partners? These and other questions will be addressed in this seminar. Case studies and practical exercises lay the foundations for a playful further development of one's own negotiating skills.

#### Topics:

- Recognizing opportunities during negotiations;
- Developing optimum structure: preparation, negotiation, review;
- Dealing with emotions, pressure, and unfair negotiating partners;
- Learning about important impacting factors, such as culture and gender.

<b>Date</b>	Fri. 13.04.12, 10 am–6 pm
<b>Place</b>	Rothenbaumchaussee 36, Room 08 (ground floor)
<b>Leaders</b>	Corinna Mertz, graduate of psychology (Dipl.-Psychologin) and trained problem and conflict manager; Moritz Meyer, graduate of psychology (Dipl.-Psychologin) and trained problem and conflict manager
<b>Language</b>	German
<b>Registration</b>	www.uni-hamburg.de/piasta-program

## Competent and Effective Communication

Communicative competence is nowadays considered a basic qualification in academic and career contexts and a requirement for successful conversation and teamwork. This seminar is about increasing your own communicative competence, being able to flexibly adjust your speaking and behavior repertoire according to your speaking partner and the situation you are in, and to still remain authentic while doing it.

#### Learning goals:

- Reflection on your own communicative behavior;
- Training your own conversation competence through the use of helpful instruments and conversation techniques;
- Knowledge of techniques for difficult conversation situations.

#### Topics:

- Giving constructive criticism to others; giving and receiving feedback;
- Different communication models (e.g. from Watzlawick and Schulz v. Thun);
- Practical exercises and role playing.

<b>Please note</b>	This is a block course, so attendance of both course units is mandatory!
<b>Dates</b>	Fri. 11.05.2012, 2–5 pm and Sat. 12.05.2012, 10 am–6 pm
<b>Place</b>	Rothenbaumchaussee 36, Room 08 (ground floor)
<b>Leader</b>	Lea Kühne, graduate of pedagogy (Dipl.-Pädagogin) and trained problem and conflict manager
<b>Language</b>	German
<b>Registration</b>	www.uni-hamburg.de/piasta-program

## Conflict Management

Conflicts are unavoidable in life. Dealing constructively with conflicts can be learned. This seminar is for all those who'd like to learn to more clearly see conflicts and use conflicts as opportunities. It is recommendable to attend the course "Competent and Effective Communication" before attending this seminar!

#### Learning goals:

- Reflect on your own conflict behavior;
- Train communicative abilities and perceptions of your own and other's behaviors;
- Get to know conflict solution strategies and develop your own ways of applying them.

#### Topics:

- Theoretical models;
- Practical exercises and role playing.

<b>Please note</b>	This is a block course, so attendance of both course units is mandatory!
<b>Dates</b>	Fri. 01.06.2012, 2–5 pm and Sat. 02.06.2012, 10 am–6 pm
<b>Place</b>	Rothenbaumchaussee 36, Room 08 (ground floor)
<b>Leaders</b>	Soheila Safari, graduate of psychology (Dipl.-Psychologin) and trained conflict manager, Lea Kühne, graduate of pedagogy (Dipl.-Pädagogin) and trained problem and conflict manager
<b>Language</b>	German
<b>Registration</b>	www.uni-hamburg.de/piasta-program

## Intercultural Skills

### Information Session: Certificate of Intercultural Competence

The Certificate of Intercultural Competence (CIC) is an extracurricular activity offered by Universität Hamburg. The certificate is issued to students of Universität Hamburg who are especially engaged in intercultural issues.

It is an acknowledgement for intercultural engagement and an additional distinction for students. Prerequisite to obtaining the certificate is the successful participation in three of the four modules offered.

The Certificate of Intercultural Competence comprises a mandatory module of intercultural training as well as language courses, internationally-focused classes, international experiences, and intercultural engagement as elective modules.

The certificate can be completed in any number of semesters during your time of study at Universität Hamburg.

<b>Date</b>	Wed. 18.04.2012, 6 pm
<b>Place</b>	Room 221, ESA 1 West
<b>Info</b>	www.uni-hamburg.de/cic
<b>Contact</b>	Julia.Quante@verw.uni-hamburg.de
<b>Language</b>	German

### Climate Change: Individual Actions to Meet a Global Challenge

Even though the climate change is a daily topic in the media, the information thus available is highly heterogeneous resp. unclear. The aim of this seminar is to provide a scientific and multi-disciplinary perspective on the foreseen global warming in an understandable way. The physical and biological basis, social aspects and the current political situation will be analyzed. Emphasis will be given to possible individual actions against climate change. Furthermore, after a screening of the documentary “Home”, a colloquium will take place. The documentary chronicles the present-day state of the earth, its climate and how we, as the dominant species, have long-term repercussions on its future. The colloquium will be the perfect occasion to bring together different ideas and impressions regarding this matter. Global warming is a challenge for humankind, therefore a good understanding of the underlying causes as well as those between different cultures is essential.

<b>Date</b>	Fri. 11.05.2012, 9 am–5 pm
<b>Place</b>	tba online
<b>Leader</b>	Miriam Ferrer González, subject of study – Integrated Climate System Sciences (M.A.)
<b>Language</b>	English
<b>Registration</b>	www.uni-hamburg.de/piasta-program

### Intercultural Competence for Everyday, University, and Career

Why do you need intercultural competence? Working in international teams will increase in the future due to globalization. Intercultural competence is also a key qualification listed by many employers. This seminar will explain what the term “culture” means and how you can act in an intercultural competent way.

#### Learning goals:

- Reflection on your own culture and its values, behaviors, and ways of thinking;
- Recognize and use cultural differences in communication.

#### Topics:

- Theoretical and practical analysis of German culture;
- Knowledge of concepts of culture and characteristics of different cultures;
- Practical exercises regarding cultural aspects of communication.

<b>Please note</b>	This is a block course, so attendance of both course units is mandatory!
<b>Dates</b>	Fri. 22.06.12, 2–5 pm and Sat. 23.06.12, 10 am–6 pm
<b>Place</b>	Rothenbaumchaussee 36, Room 08 (ground floor)

<b>Leaders</b>	Soheila Safari, graduate of psychology (Dipl.-Psychologin) and trained conflict manager; Lea Kühne, graduate of pedagogy (Dipl.-Pädagogin) and trained problem and conflict manager
<b>Language</b>	German
<b>Registration</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-program">www.uni-hamburg.de/piasta-program</a>

### Intercultural Competence – Exploring Transcultural Identity

Apart from foreign language skills and knowledge about the target culture, recognizing and living cultural differences is still a source of misunderstanding and instinctive assumptions. Between nations and countries but also within companies, institutions, and families, concepts of, for example, time, success, relationships or negotiations differ widely. Acting with intercultural competence means turning unknown differences into known ones and revealing the assets needed to act under the conditions of globalized society.

The workshop provides a systemic and process-oriented view on intercultural competence as a general one. It starts with analyzing one's own perception and interpretation of cultural specifics, especially in German society. Based on case studies, the training explores options to interact and communicate.

<b>Please note</b>	This is a block course, so attendance of both course units is mandatory!
<b>Dates</b>	Sat. 30.06. and Sun. 01.07.2012, 9 am–5 pm (block course)
<b>Place</b>	Universität Hamburg, Career Center, Monetastraße 4
<b>Leader</b>	Claudia Heinrich, M.A. phil.
<b>Language</b>	English
<b>Registration</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/careercenter">www.uni-hamburg.de/careercenter</a>
<b>In cooperation</b>	Career Center of Universität Hamburg

## PC Skills

### PowerPoint for Beginners

PowerPoint is one of the most widely used programs of Microsoft Office. In this course we'll introduce you to the world of PowerPoint. The focus will be on practical exercises on the computer.

#### Learning goals:

- First steps with Power Point;
- Creation of typical PowerPoint presentations for university purposes.

#### Topics:

- Basics for working with presentations;
- Basics for formatting text;
- Working with different slide elements;
- Working with templates;
- Creating master slides;
- Creating and integrating drawings and graphics.

<b>Date</b>	Sat. 05.05.2012, 10 am–4 pm
<b>Place</b>	tba
<b>Leader</b>	Blendi Ramaj, graduate of business studies (Dipl.-Kaufmann)
<b>Language</b>	German
<b>Registration</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-program">www.uni-hamburg.de/piasta-program</a>

### PowerPoint for Advanced Users

This is the follow-up course to “PowerPoint for Beginners”.

#### Learning goals:

- Build on acquired PowerPoint skills;
- Confident use of master slides as well as integration of different multi-media elements;
- Use of acquired skills in a variety of practical examples.

#### Topics:

- Basics for designing presentations;
- Formatting of templates and master slides;
- Creation and formatting of organization charts and diagrams;
- Integration and use of different multi-media elements;
- Effective use of animation;
- Professional delivery of presentations.

<b>Date</b>	Sun. 06.05.2012, 10 am–4 pm
<b>Place</b>	tba
<b>Leader</b>	Blendi Ramaj, graduate of business studies (Dipl.-Kaufmann)
<b>Language</b>	German
<b>Registration</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-program">www.uni-hamburg.de/piasta-program</a>

### Excel for Beginners

Excel is one of the most widely used programs of Microsoft Office. In this course we will introduce you to the world of Excel. The course will focus on practical exercises on the computer.

#### Learning goals:

- Basic use of Excel;
- Carrying out and understanding basic functions in Excel;
- Confident use of what was learned through practical exercises.

**Topics:**

- Basics of working with tables (filing in, moving, and copying);
- Working with formulas and functions;
- Using relative, absolute, and mixed cell relationships;
- Creating and designing diagrams quickly;
- Table design, linking sheets and files;
- Tips and tricks.

<b>Please note</b>	The same is taught in both courses. Please register for one weekend date only.
<b>Dates</b>	Course A: Sat. 12.05.2012 and Sun. 13.05.2012, 10 am–4 pm Course B: Sat. 14.07.2012 and Sun. 15.07.2012, 10 am–4 pm
<b>Place</b>	tba
<b>Leader</b>	Blendi Ramaj, graduate of business studies (Dipl.-Kaufmann)
<b>Language</b>	German
<b>Registration</b>	www.uni-hamburg.de/piasta-program

**Word for Beginners**

Microsoft Word is often used nowadays: at the university, at work and at home. Furthermore, there are many word processing programs that are structured quite similarly to Microsoft Word. And so it is especially helpful to have good to sound knowledge of Microsoft Word.

**Learning goals:**

- Basic knowledge of the standard Word-tools;
- Working with Word in an efficient, structured and time-saving way;
- Confident use of functions learned through exemplary practical exercises.

**Topics:**

- Basics of formatting a document: page setup, paragraph formatting, headers and footers, text formatting, numbering;
- Working with graphics, tables, and lists;
- Creating and using style sheets;
- Tips and tricks for formatting academic texts.

<b>Date</b>	Sun. 10.06.2012, 10 am–6 pm
<b>Place</b>	Rothenbaumchaussee 36, Room 311 (3rd floor)
<b>Leader</b>	Jurate Petrikina, B.A., Information Systems
<b>Language</b>	German
<b>Registration</b>	www.uni-hamburg.de/piasta-program

**Adobe Photoshop Basics**

Adobe Photoshop is generally viewed as one of the top-notch image editing program programs available. In this course you will get an introduction into the world of Adobe Photoshop. The focus in this course will be practical exercises at the computer.

**Learning goals:**

- Command of basic program functions;
- Use of acquired skills in practical examples.

**Topics:**

- Basic program functions;
- Simple and advanced selection techniques (selection tools and masks);
- Working with color;
- Working with layers;
- Retouching and editing images.

<b>Please note</b>	This is a block course, so attendance of both course units is mandatory!
<b>Dates</b>	Sat. 23.06.2012 and Sun. 24.06.2012, 10 am–5 pm
<b>Place</b>	Regional Computer Center of the University (RRZ), Schlüterstraße 70, Mac-Pool 14d
<b>Leader</b>	Blendi Ramaj, graduate of business studies (Dipl.-Kaufmann)
<b>Language</b>	German
<b>Registration</b>	www.uni-hamburg.de/piasta-program

**LaTeX for Beginners**

LaTeX is a professional typesetting program that is especially used in natural sciences. But the use of this free program is also very helpful for students of other courses of study.

**Learning goals:**

- Get to know the structure of a LaTeX document;
- Get your first practical experience with LaTeX and associated software packages;
- Be able to understand LaTeX and continue to work with it on your own after the seminar.

**Topics:**

- Basics of LaTeX (<http://www.latex-project.org>) and associated software packages (MikTeX, TexnicCenter, JabRef);
- Structure of a LaTeX document;
- Completion of an academic article using LaTeX.

<b>Please note</b>	This is a block course, so attendance of both course units is mandatory!
<b>Dates</b>	Sat. 07.07.2012 and Sun. 08.07.2012, 10 am–2:30 pm
<b>Place</b>	Regional Computer Center of the University (RRZ), Schlüterstraße 70, Room 118 (left)
<b>Leader</b>	Niels Beuck, graduate of informatics (Dipl.-Informatiker)
<b>Language</b>	English
<b>Target group</b>	Students of all courses of study
<b>Registration</b>	www.uni-hamburg.de/piasta-program (max. participants: 12, min. participants: 5)

## First Steps with SPSS

SPSS is a statistical evaluation program that is important for many courses of study. Knowledge of SPSS plays an important role in empirical research and is useful for the university as well as the work place.

### Learning goals:

- Get to know the structure and the most important functions of the program;
- Get your first practical experiences with SPSS;
- Independently work with and use SPSS for individual research questions.

### Topics:

- Basics: creation of data files, data entry;
- Descriptive assessment and interpretation of results;
- General tips for working with SPSS.

<b>Please note</b>	The same is taught all three courses. Please register for one course only.
<b>Dates</b>	Course A: Fri. 13.07.2012, 10 am–4 pm Course B: Sat. 14.07.2012, 10 am–4 pm Course C: Sun. 15.07.2012, 10 am–4 pm
<b>Place</b>	Regional Computer Center of the University (RRZ), Schlüterstraße 70, Room 118 (left)
<b>Leader</b>	Olga Brey Meyer
<b>Language</b>	German
<b>Target group</b>	Students of all courses of study; prior knowledge of SPSS not required, knowledge of statistics desirable.
<b>Registration</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-program">www.uni-hamburg.de/piasta-program</a>

## SPSS for Advanced Users

SPSS is a statistical evaluation program that is important for many courses of study. Knowledge of SPSS plays a big role in empirical research and is useful at the university as well as the work place.

This seminar is for students that already have experience with SPSS and/or successfully completed the “First Steps with SPSS” course.

### Learning goals:

- Get to know advanced functions of the program;
- Solidify and expand skills in SPSS;
- Be able to independently work with and use SPSS for individual research questions after the tutorial.

### Topics:

- Statistics methods like comparison of means (t-test U-test, variance analysis), regression, factor analysis, and non-parametric tests;
- Work with data sets, e.g. merging files;
- General tips for working with SPSS.

<b>Please note</b>	The same is taught in both courses. Please register for one course only.
<b>Dates</b>	Course D: Mon. 16.07.2012, 10 am–4 pm Course E: Tues. 17.07.2012, 10 am–4 pm
<b>Place</b>	Regional Computer Center of the University (RRZ), Schlüterstraße 70, Room 118 (left)
<b>Leader</b>	Olga Brey Meyer
<b>Language</b>	German
<b>Target group</b>	To successfully participate in the course, knowledge of inferential statistics (resp. Statistics II in many courses of study) is strongly desired.
<b>Registration</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-program">www.uni-hamburg.de/piasta-program</a>

## Excel for Advanced Users

This is the follow-up course to “Excel for Beginners”.

### Learning goals:

- Build on acquired Excel skills;
- Confident use of formulas and functions;
- Use of acquired knowledge in practical examples.

### Topics:

- Manipulating large tables, organizing and filtering large data files;
- Working with advanced functions;
- Creating and modifying pivot tables;
- Basics of working with macros;
- Working on practical exercises;
- Tips and tricks for advanced users.

<b>Please note</b>	This is a block course, so attendance of both course units is mandatory!
<b>Dates</b>	Sat. 21.07.2012 and Sun. 22.07.2012, 10 am–4 pm
<b>Place</b>	tba online
<b>Leader</b>	Blendi Ramaj, graduate of business studies (Dipl.-Kaufmann)
<b>Language</b>	German
<b>Target group</b>	Our experience has shown that this course is most beneficial for those students who have already successfully completed a beginners’ course.
<b>Registration</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-program">www.uni-hamburg.de/piasta-program</a>



## Student Jobs, Internships, and Career

### Business Start-up Course for Students and Graduates

This information seminar will provide students and graduates with an overview of the topic of entrepreneurship. They will be given an insight in different areas as well as various questions and issues related to starting and planning a business.

The participants will get to know more about the challenges an entrepreneur faces in day-to-day professional life, about the duties and responsibilities to be fulfilled and find out if starting a business might be a potential career path for them.

A special focus will be the requirements for starting a business for students and graduates with and without a migration background. The group will discuss individual questions, experiences and opinions to create an interactive learning situation.

#### Learning goals:

- Becoming familiar with entrepreneurial thinking and action as well as discovering entrepreneurial talents early on;
- Developing the motivation – especially among women and persons with a migration background – to explore career choices and the subject of self-employment;
- Gaining more specific knowledge of economics and entrepreneurship.

#### Topics:

- Overview of the entire process of starting a business;
- Special support programs for female entrepreneurs;
- Self-employment and family;
- Legal requirements for business start-ups;
- Freedom of establishment and the right to provide services of EU nationals;
- Residence permits for entrepreneurs from non-European countries;
- Formalities of starting a business;
- Maximum earnings limit for students;
- Points of contact and advice for migrants.

<b>Please note</b>	This is a block course, so attendance of both course units is mandatory!
<b>Dates</b>	Course A: Thurs. 26.04.12 and Fri. 27.04.12, 4–7 pm or Course B: Thurs. 14.06.12 and Fri. 15.06.12, 4–7 pm
<b>Place</b>	Rothenbaumchaussee 36, Room 08 (ground floor)
<b>Leader</b>	Andreas Voss, M.A., Entrepreneurship, start-up consultant
<b>Language</b>	German
<b>Contact</b>	Phone: +49-40-34926492 e-mail: a.voss75@googlemail.com
<b>Target group</b>	Students and graduates
<b>Registration</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-program">www.uni-hamburg.de/piasta-program</a>
<b>In cooperation</b>	Career Center of Universität Hamburg

### Stand out from the Crowd – Discover your Strengths

Imagine somebody asks you, “What are you really good at?” And, “What do you really love to do?” Do you hesitate? Then this is the right workshop for you. Whether it’s in a conversation on the job or in everyday life: everyone should be aware of his or her abilities and skills.

In this workshop you’ll get the help you need to systematically document your experiences and the skills and abilities you acquired through them. In addition to formal skills and abilities, skills that have been acquired through family life, voluntary work and activities, or leisure and free time activities should also be considered. Intercultural skills that you have developed through your multicultural experiences will also be considered.

<b>Date</b>	Tues. 05.06.2012, 3–7 pm
<b>Place</b>	Universität Hamburg, Career Center, Monetastraße 4
<b>Leader</b>	Soheila Safari, graduate of psychology (Dipl.-Psychologin) and trained conflict manager
<b>Language</b>	German
<b>Registration</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/careercenter">www.uni-hamburg.de/careercenter</a>
<b>In cooperation</b>	Career Center of Universität Hamburg

### The Potential of Foreign Languages

Languages are an important economic factor, and foreign language skills are considered qualifications that shouldn’t be missing from your resume. But which language skills are needed where? What does it really mean when an employer asks for business fluent English, and should you consider the long forgotten French learned at school a skill? How can I, as an international student, for example, present my native language as a skill?

This workshop is mainly for students and graduates who want to make use of their language skills as additional qualifications on the labor market, but don’t have a background in linguistics. The goal of the workshop is to analyze and discover language skills as individual potential so as to use it for your personal career start strategy.

<b>Date</b>	Fri. 15.06.2012, 3–7:30 pm
<b>Place</b>	Universität Hamburg, Career Center, Monetastraße 4
<b>Leader</b>	Marina Vollstedt, Ph.D., director of the Internship Office at Helmut-Schmidt-Universität
<b>Language</b>	German
<b>Registration</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/careercenter">www.uni-hamburg.de/careercenter</a>
<b>In Kooperation</b>	Career Center of Universität Hamburg

# CIC

Certificate Intercultural Competence  
Experience – Knowledge – Awareness

The **Certificate Intercultural Competence** is an extracurricular offer of the Universität Hamburg. This certificate will be issued to students of the Universität Hamburg who show extraordinary engagement in intercultural matters. It comprises an acknowledgement of intercultural engagement and an additional award for student. A successful participation in three of its four elements qualifies one for obtaining the certificate.

The **Certificate Intercultural Competence** includes one compulsory element, which is an intercultural training element, and several required elective elements such as international experience, intercultural engagement, language courses and internationally-oriented seminars and lectures.

The **Certificate Intercultural Competence** can be obtained free of charge by German as well as international students of the Universität Hamburg.

**Element A** Intercultural Training

**Element B** International Experience

**Element C** International Campus

**Element D** Study Interculturally

More information is available here:  
[www.uni-hamburg.de/cic](http://www.uni-hamburg.de/cic)

# Information and Advising



## Information on Right of Residence

### Graduation in Hamburg – And what next?

This information session provides answers to questions regarding residence permits for graduates and students from non-European countries as well as from Bulgaria and Romania.

Did you know that you can extend your residence permit for up to one year after your graduation in Germany to look for a job appropriate to the course of your study?

- Can I continue working while looking for a job?
- What conditions apply for obtaining a work permit?
- What exactly does “a job appropriate to course of study” mean?
- Am I permitted to take up work as an intern or a trainee, or with two part time jobs?
- What about self-employment and free-lancing?

Representatives of the Free and Hanseatic city of Hamburg are available to answer your questions about residence permits, job search, and taking up work.

<b>Date</b>	Mon. 07.05.2012, 6 pm
<b>Place</b>	Universität Hamburg, Edmund-Siemers-Allee 1, East Wing, Room 221 (across Dammtorbahnhof)
<b>Speakers</b>	Representatives of the local Foreigners Registration Offices and of the Hamburg Employment Agency
<b>Leaders</b>	Universität Hamburg and Hamburg University of Applied Sciences
<b>Language</b>	German
<b>Target group</b>	For students and graduates of all of Hamburg's institutions of higher education. Registration is not required.

### Right of Residence for International Students

PIASTA offers an information brochure for international students, which can either be downloaded on the web or picked up at the International House. The brochure provides detailed information on the most important questions regarding right of residence:

- Visas and extensions;
- Student jobs and internships for international students;
- Residence permits and work permits while studying, between graduation and starting a career, and when starting a career.

<b>Place</b>	International House, Rothenbaumchaussee 36
<b>Info</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/aufenthalt">www.uni-hamburg.de/aufenthalt</a>

## Department of International Affairs Advising Services

### Advising for Study Abroad

#### ... for All Students

How do I plan my period of study abroad? What exchange programs does the Universität Hamburg offer? What funding opportunities are there? Where can I go? What do I have to consider? The regular information session of the Department of International Affairs' Foreign Exchange Office provides answers to these – and many more – questions! All questions are welcome! When you study abroad, you don't just get to know a new culture, expand your academic profile and improve your chances on the job market: you're taking on a unique challenge and will see the world with different eyes – even your own country. But it is important to plan your study abroad in good time, because many programs have long lead times (some more than a year!). For this reason, you should find out about study abroad options during your first semesters.

On a regular basis, the Study Abroad Team offers information sessions on “How to organize my study abroad period?” as well as individual advising services at both the CampusCenter and at the International House.

<b>Dates</b>	Dates and information can be found at: <a href="http://www.uni-hamburg.de/outgoings">www.uni-hamburg.de/outgoings</a>
--------------	---

### Legal Advising

#### ... for International Students, Doctoral Candidates, and Graduates of Universität Hamburg

Free legal advice from a lawyer for international students, doctoral candidates, and graduates regarding all topics related to studying at the university like visas, extending residence permits, living accommodations, or work permits and right of residence after graduation.

<b>Office hours</b>	Mon. 02.04.2012, Mon. 16.04.2012, Mon. 07.05.2012, Mon. 21.05.2012, Mon. 04.06.2012, Mon. 18.06.2012, Mon. 02.07.2012, 5–7 pm (Appointment not required, but please arrive no later than 6 pm.)
<b>Place</b>	Rothenbaumchaussee 36, Room 114 (1st floor)
<b>Advisor</b>	Björn Stehn, lawyer

### Advising for Application Procedures (Foreigners Registration Office, Emergency Fund, etc.)

#### ... for International Students and Doctoral Students of Universität Hamburg

International students who need a contact at Universität Hamburg for cases such as the extension of their residence permit or when requir-

ing an expert opinion for an application to the Emergency Fund, can turn to Mrs. Launer. Further services provided include advising on applications for merit scholarships and examination grants. And DAAD and AvH students can also refer to Mrs. Launer regarding extensions and payment.

<b>Office hours</b>	Thurs. 10 am–12 pm and by appointment
<b>Place</b>	Rothenbaumchaussee 36, Room 310b (3rd floor)
<b>Advisor</b>	Bärbel Launer
<b>Contact</b>	Phone: +49-40-42838-3311 e-mail: Baerbel.Launer@verw.uni-hamburg.de
<b>Info</b>	<a href="http://www.verwaltung.uni-hamburg.de/5/programme_/stipendien.html">www.verwaltung.uni-hamburg.de/5/programme_/stipendien.html</a>

## General Advising

### ... for International Students, Doctoral Candidates, and Graduates of Universität Hamburg

Advising on issues regarding residence permits, work permits for student jobs, internships, and when starting a career, as well as problems with municipal authorities or difficult times in private or study life.

<b>Office hours</b>	By appointment only. Simply contact me by e-mail or phone with a short description of your questions/concerns. I will reply as soon as possible with an appointment.
<b>Place</b>	Rothenbaumchaussee 36, Room 116 (1st floor)
<b>Advisor</b>	Alexandra Hach, graduate of pedagogy (Dipl.-Pädagogin)
<b>Contact</b>	Phone: +49-40-42838-6635 e-mail: Alexandra.Hach@verw.uni-hamburg.de

## Psychological Counseling

### ... for International Student, Doctoral Candidates, and Graduates of Universität Hamburg

In the course of your time at university, a variety of different psychological difficulties can appear. Some students suffer under the pressure to achieve perfect results and develop test anxiety and fears of failure or worry about their career chances and begin to question their subject of study. Other students can't concentrate on their studies, because they either have problems with their significant other or difficulties in the family, have to deal with separation anxiety, or develop psychosomatic disorders. What everyone has in common is that their current situation in life requires support, so that they can continue to concentrate on their studies, the job search, and their own lives. This

advising service is available for all situations and for every issue that students wish to discuss in a confidential atmosphere so that they can better deal with the difficult situation. Together we'll try to get to the bottom of the problem and develop an appropriate solution. Have the courage to take advantage of this service, even for the problems which appear to be small.

<b>Dates</b>	By appointment only, Fridays 10 am–4 pm. Please send an e-mail or call with a short description of the issue to be discussed. I will try to reply as soon as possible with available appointments, however, it might be possible that the next appointment might not be available before in two to three weeks time.
<b>Place</b>	Rothenbaumchaussee 36, Basisraum I (basement)
<b>Advisor</b>	Soheila Safari, graduate of psychology (Dipl.-Psychologin) and trained mediator
<b>Contact</b>	Phone: +49-40-42838-2451 (Fridays only: 10–11 am) e-mail: soheila.safari@uni-hamburg.de

## Health Counseling

There may be times during your studies when you might not be in the best state of health.

If you don't know Germany that well yet, are not familiar with the country's health system, or perhaps couldn't fully understand everything said during a consultation, then a confidential conversation in a calm atmosphere can be helpful. But perhaps you feel perfectly well and have general health questions? – My advisory services also address such concerns.

- Perhaps there are still unresolved issues after a visit to the doctor's, perhaps due to lack of time on the part of your physician? And you would like additional advice? – Please note that my services can only complement but never replace a doctor's visit.
- You are welcome to ask any general health-related questions.
- Other topics you might want to seek advice on may include reproductive health, pregnancy, contraception, and HIV/AIDS.
- Please do not hesitate to also make use of the advisory service in case of health problems you might perhaps consider insignificant.
- I will also try to assist you with questions regarding health insurance.

(Needless to say, the counseling offered is subject to the principles of medical confidentiality.)

I work full-time as university lecturer in occupational health and safety as well as public health and can look back on decades of experience in both the public health sector in Indonesia and my private practice as a physician there. At present, I am a doctoral candidate at the Institute for Occupational and Maritime Medicine (ZfAM) in Hamburg. In the

context of my doctoral scholarship granted by the Department of International Affairs, I offer consulting hours for international students and doctoral candidates of the Universität Hamburg.

<b>Dates</b>	On Friday mornings by appointment only. Please contact me by e-mail for an appointment. I will get back to you as soon as possible with available appointments.
<b>Place</b>	Rothenbaumchaussee 36, Basisraum II (basement)
<b>Advisor</b>	Mr. Lie Ping Liem
<b>Languages</b>	German, English, Chinese, Indonesian, and Malaysian
<b>Contact</b>	Lie.Ping.Liem@studium.uni-hamburg.de

## Language Compass

Do you like learning foreign languages? Would you like to improve your German skills for your studies? Or are you planning to build on and refresh foreign languages, such as English, French, Spanish, you learned at school? Perhaps you'd at first like to know which languages you can actually learn at Universität Hamburg? And perhaps you want to determine the level of your language skills before you start a course? Do you need help or suggestions for the writing of academic texts, e.g. a term paper, a report, or final papers?

The so-called "Sprachenkompass" (Language Compass) is an online planning tool with diverse information that will ease the first steps of the language learning plan you've set for yourself. With the Sprachenkompass, you can find information not only about language courses, workshops, and tandem partners at Universität Hamburg but also learning advice and tricks as well as language tests (German and English). Take a look for yourself to discover everything you can do with the Sprachenkompass!

<b>Info</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/sprachenkompass">www.uni-hamburg.de/sprachenkompass</a>
-------------	--

## Career Discovery Manual

What do I want to do after graduation? Often you don't know that at the beginning of your studies – you don't have to either. But how do I find out? During your studies you have a couple years time to think about this question. You can study, so to speak, "career orientation" as a minor next to your major course of study. The "study regulations" for doing so will be presented in this course, including an overview of the "branches" of this subject. The manual provides detailed information,

suggestions, tips and a comprehensive lists of links for your own research. Take a look and find out about everything you can do on the way to career discovery: collect, research, inform, qualify, try out, and apply!

<b>Info</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/careercenter">www.uni-hamburg.de/careercenter</a> (Leitfaden zur Berufsfindung)
<b>In cooperation</b>	Career Center

## Manual for (future) Doctoral Candidates

Where and by whom can you get information on pursuing doctoral studies at Universität Hamburg? Who can help you with which question? The online manual introduces six different institutions of the Universität Hamburg and the areas (administrative, academic, strategic, social) they are each responsible for. The manual addresses both German and international students who consider pursuing a Ph.D. as well as doctoral candidates of the Universität Hamburg, who are looking for the right point of contact for their questions while working on their doctorate.

<b>Info</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/promotionsleitfaden">www.uni-hamburg.de/promotionsleitfaden</a>
<b>In cooperation</b>	Career Center

# CIC

Certificate Intercultural Competence  
Experience – Knowledge – Awareness

The **Certificate Intercultural Competence** is an extracurricular offer of the Universität Hamburg. This certificate will be issued to students of the Universität Hamburg who show extraordinary engagement in intercultural matters. It comprises an acknowledgement of intercultural engagement and an additional award for student. A successful participation in three of its four elements qualifies one for obtaining the certificate.

The **Certificate Intercultural Competence** includes one compulsory element, which is an intercultural training element, and several required elective elements such as international experience, intercultural engagement, language courses and internationally-oriented seminars and lectures.

The **Certificate Intercultural Competence** can be obtained free of charge by German as well as international students of the Universität Hamburg.

**Element A** Intercultural Training

**Element B** International Experience

**Element C** International Campus

**Element D** Study Interculturally

More information is available here:  
[www.uni-hamburg.de/cic](http://www.uni-hamburg.de/cic)

# Community About Us Cooperations



## Community

### PIASTA Website

#### On our website you'll find:

- News: There's always something new at PIASTA – visit our website regularly!
- Events: Get information and register online right away!
- Information and advising: Contact us with your questions concerning your studies!
- Community: Joining PIASTA is really easy!

[www.uni-hamburg.de/piasta](http://www.uni-hamburg.de/piasta)

### PIASTA Newsletter

Once a week, our newsletter brings you news from PIASTA as well as tips and further information about interesting events in Hamburg centering on internationality and interculturality.

You can subscribe to or unsubscribe from our newsletter at:

[https://mailman.rz.uni-hamburg.de/mailman/listinfo/infomail\\_piasta](https://mailman.rz.uni-hamburg.de/mailman/listinfo/infomail_piasta)

### Join us!

There are many possibilities to become part of PIASTA: join the tutoring program, be a language tandem partner; as a volunteer or as an intern. We are looking forward to your joining us!

[www.uni-hamburg.de/piasta/community/mitmachen.html](http://www.uni-hamburg.de/piasta/community/mitmachen.html)

### PIASTA Movies

An interview series: International students talk about their experiences in the university city of Hamburg. Have a look!

[www.uni-hamburg.de/piasta/community/videos.html](http://www.uni-hamburg.de/piasta/community/videos.html)

### Your Feedback

We evaluate our activities on a regular basis: participants are asked what they liked or think was important important and what should be improved. You can read the results on our web pages.

## About Us

### We're a big team

We come from many different countries and cultures and work together at PIASTA. We are tutors, scholarship holders, student and academic trainers, and interns.

### Our team speaks many languages

We advise and support in Bulgarian, German, English, Estonian, French, Persian, Portuguese, Romanian, Russian, Spanish, Turkish, Ukrainian, and every semester more languages are added. We inform and support, give advice, organize cultural and leisure activities as well as seminars and workshops and a Welcome Week at the beginning of the semester. We are available for all occasions, from students, for students.

### What connects us is our diversity

We work and act transculturally, are curious and welcoming. Our common interest is intercultural exchange at Universität Hamburg and improving study and living conditions.

### You can learn more about us on our website:

[www.uni-hamburg.de/piasta/ueber\\_piasta.html](http://www.uni-hamburg.de/piasta/ueber_piasta.html)



## Campus Map

PIASTA  
International House  
Rothenbaumchaussee 36  
20148 Hamburg

## Cooperations

### The Academy of World Religions

The Academy of World Religions (AWT) aims at intensifying the research of religion – especially of Judaism, Islam, Alevism, Hinduism, and Buddhism – , in the context of Western societies by facilitating exchange and cooperation between different academic disciplines. The Academy of World Religions aims at enabling academic studies at university level of Islamic theology, Jewish studies, and of other religions as well as of Buddhism, and to further research in these fields. Dialog between religions, also including Christianity, is to be established as an integral part of teaching and research.

[www.awr.uni-hamburg.de](http://www.awr.uni-hamburg.de)



### Foreign Exchange Office

Here you can get information and advice concerning study abroad, exchange programs of the university, and financing options.

[www.uni-hamburg.de/outgoings](http://www.uni-hamburg.de/outgoings)



### ERASMUS Exchange Office

All ERASMUS students participating in an exchange program with Universität Hamburg are cordially invited to also participate in the activities PIASTA has to offer!

[www.uni-hamburg.de/piasta](http://www.uni-hamburg.de/piasta)



### Arbeitsstelle Studium und Beruf

The Arbeitsstelle für Studium und Beruf (Office for University Studies and Career) organizes and realizes all activities pertaining to the area of Allgemeine Berufsbezogene Kompetenzen (ABK – General Career-related Skills) at the Departments Language, Literature, Media I + II.

[www.uni-hamburg.de/astub](http://www.uni-hamburg.de/astub)



### AStA

AStA – Allgemeiner Studierendenausschuss (Student Council) is the political center of the support of students' interests. A team of eight elected representatives organizes student politics and represents Hamburg students in matters with the university, politics, and the public. AStA is the first point of contact for students in case of problems in everyday student life or when in need of advising as well as for everyone who would like to be actively involved in university organization – be it political, cultural, or in relation to different events.

[www.asta-uhh.de](http://www.asta-uhh.de)



### Buddy Net

The Buddy Net is a cross-faculty program at Universität Hamburg that encourages contact and exchange between German and international students. As an incoming student, you are brought in contact with a student in Hamburg before you even arrive, who will help you with



the difficulties of getting started in Hamburg, like arrival in Hamburg, moving into student accommodation, visiting public authority offices, opening a bank account, etc.

[www.jura.uni-hamburg.de/buddy-net](http://www.jura.uni-hamburg.de/buddy-net)



### Campus Hamburg

Campus Hamburg makes it possible for students and alumni of the Universität Hamburg to always have an eye on “their” university. Our offers for students: important services for your studies (CampusWatch, CampusWiki, forums, internet portals, tandem, and a lot more), Hamburg's largest student housing portal and the job portal “Stellenwerk”. In cooperation with PIASTA, there is the new International Student Housing Portal: intercultural living and studying isn't limited to the university, you can experience it in your own home as well. On this portal, you can search for apartments with international roommates or create your own advertisement specifying which languages you speak.

[www.campus-hamburg.de](http://www.campus-hamburg.de)



### Career Center

The cross-faculty Career Center accompanies students, graduates, and young researchers on their way to a career. In addition to workshops about career orientation, application processes, career planning, and cross-faculty skills, regular lecture series (“Fishing and Talking for Careers”) take place to inform, discuss, and network. Events like the Job Fair, Career Day, or event series like “Going for Careers” allow for contacts to companies to be made. Furthermore, there are advising services for career start and application materials as well as a real and virtual info pool for starting and planning careers.

[www.uni-hamburg.de/careercenter](http://www.uni-hamburg.de/careercenter)

### Hamburg Welcome Center



The Hamburg Welcome Center is a service facility of the free and Hanseatic city of Hamburg and is the first point of contact for all new residents from Germany and abroad to ease the transition into their new city.

[www.welcome-center.hamburg.de](http://www.welcome-center.hamburg.de)

### Hochschulsport Hamburg



Hochschulsport Hamburg organizes the sports program for all students and employees of all Hamburg universities. Von Aikido to sailing, from Capoeira to triathlon, from badminton to volleyball – at Hochschulsport Hamburg you'll find about 100 different kinds of sports offered in 1,400 courses, workshops, trips, and competitions.

<http://hsp-hh.sport.uni-hamburg.de>



### Kulturhaus III&70



At the Kulturhaus III&70, a unique cultural program is offered on four floors – without public funding, but all the more dedication. With a juxtaposition of everyday, sub- and high culture on four floors and over 1,000 square meters, a lively exchange between visitors is stimulated at various events.

[www.dreiundsiebzig.de](http://www.dreiundsiebzig.de)

### Multilingualism and Multiculturalism in University Studies (MUMIS)



The goal of this project, which is supported by the Volkswagen Foundation, is to further the process of internationalization at German universities through the conception, implementation, and evaluation of a packet of structural teaching measures on the basis of empirical language and cultural studies and research.

[www.mumis-projekt.de](http://www.mumis-projekt.de)

### PIASTA e. V.

#### A cross-university initiative to promote the internationalization of student life in Hamburg



The association was founded in 2010 as a cross-university initiative aiming at the internationalization of student life in Hamburg. Its activities are dedicated to the promotion of intercultural education through exchange and encounter. The initiative supports the furthering of curiosity, openness, respect, intercultural competence and global responsibility as well as the appreciation and visibility of Hamburg's cultural diversity.

[www.piaستا-ev.de](http://www.piaستا-ev.de)

### Section for the Internationalization of the School of Education, Psychology, and Human Movement (EPB)



The Section for the Internationalization of the School of Education, Psychology and Human Movement advises and informs students in this school regarding all questions about study abroad so that they can plan their time abroad effectively.

[www.epb.uni-hamburg.de/de/internationales-buero](http://www.epb.uni-hamburg.de/de/internationales-buero)

### Studierendenwerk Hamburg



The support center for social and international concerns provides information and individual consultation for international students on issues regarding life in Hamburg. The center also provides information and contacts regarding jobs in different social and cultural integration projects.

[www.studierendenwerk-hamburg.de](http://www.studierendenwerk-hamburg.de)

### Students Center (Department of Education)

At the Students Center, students offer advising, events, and information materials concerning the study of education sciences at the Universität Hamburg.

[www.epb.uni-hamburg.de/de/studium/service/studierendenzentrum](http://www.epb.uni-hamburg.de/de/studium/service/studierendenzentrum)

### Thalia Migration



The Thalia Theater ranks among the most renowned theaters in the German-speaking countries and opened its doors as early as 1843. In October 2010, the playhouse launched the project “Thalia Migration”, a program series that challenges social and intercultural change in the auditorium.

[www.thalia-theater.de/extra/thalia-migration](http://www.thalia-theater.de/extra/thalia-migration)

### Tandem Service



The Tandem Service is coordinated by Magdalène Lévy, Ph.D., and facilitates language partnerships free of charge where two students with different native languages work together to learn with and from each other.

[www.uni-hamburg.de/tandem](http://www.uni-hamburg.de/tandem)

### TBA\* To Be Announced



#### University of Hamburg Students' Event Guide & Literary Journal

TBA is a new online magazine that was first published at the beginning of December 2010 and considers itself a peer-reviewed journal. Published in English – and because of this, also directed at international students – , the lesser known places in Hamburg are explored, and the opportunity to publish literary work in the “Creative Corner” are offered.

[www.tbajournal.com](http://www.tbajournal.com)

### University Players



#### Theatre Workshop of the Department of English and American Studies

In the context of diverse English-language theater projects, also newcomers get the chance to gain practical experience in many areas (production, PR, program guide, direction, acting, light, sound, costume and stage design, etc.) which will help them get a start in professional theater.

[www.universityplayers.de](http://www.universityplayers.de)

### Center for Key Competencies/ABK



The Center for Key Competencies is a central unit of the School of Education Psychology, and Human Movement and is responsible for studies in General Career-related Key Competencies (ABK) at the School of Education Psychology, and Human Movement (EPB).

[www.epb.uni-hamburg.de/abk](http://www.epb.uni-hamburg.de/abk)

**Interkulturell entdecken**

**Discover Interculturally**

**Interdisziplinär lernen**

**Learn Interdisciplinarily**

**Informiert studieren**

**Study in a Well-informed Way**

ung bekommt ihr einen exklusiven Einblick in die Strukturmontage und die Endmontage der Flugzeugproduktion. Ihr könnt sogar den Pavillon besuchen, der über den neuen A380 informiert. Diese Besichtigung werdet ihr sicherlich lange in Erinnerung behalten! Wir freuen uns auf eure Teilnahme!

We cordially invite you to the Airbus factory tour in Hamburg. Engage in the world of plane manufacturing and join us to see how the Airbus planes A318, A319 or A321 are assembled. A factory tour will provide you with an exclusive insight into the structural assembly and final assembly of aircraft production. You can even visit the pavilion to get information about the new A380. Airbus Finkenwerder promises an experience you will surely never forget. We are looking forward to your participation!

<b>Achtung</b>	Bitte bringt eure HVV-Fahrkarte, euren Studentenausweis und unbedingt eure gültigen <b>Ausweispapiere</b> mit!
<b>Please note</b>	Bring your HVV ticket and your student ID! You are required to bring valid <b>identity papers</b> !
<b>Termin Date</b>	Do 21.06.2012, 9:30–ca. 14 Uhr Thurs. 21.06.2012, 9:30 am–ca. 2 pm
<b>Treffpunkt Meeting point</b>	Wird rechtzeitig bekannt gegeben tba
<b>Leitung/Leader</b>	Kesheng Shu (KlimaCampus: Geographie/Geography)
<b>Sprache/Language</b>	Englisch/English
<b>Selbstbeteiligung Fee</b>	5 € (inkl. Snack und Getränk bis zu 5 €) € 5 (incl. snack and beverage up to € 5)
<b>Anmeldung</b>	Spätestens bis zum 25.05.2012 unter: <a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-programm">www.uni-hamburg.de/piasta-programm</a> By 25.05.2012 at the latest at:
<b>Registration</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-programm">www.uni-hamburg.de/piasta-programm</a>

### Workshop: Wie manage ich das Projekt Promotion erfolgreich? How to Successfully Manage Your Ph.D

In diesem Seminar geht es vor allem um das erfolgreiche Planen und Managen der eigenen Dissertation. Eine Dissertation ist ein anspruchsvolles und langfristiges Projekt, das systematisch angegangen werden will. Wir werden in diesem Seminar Methoden einer effektiven Zeiteinteilung erlernen. Außerdem werden wir verschiedene Techniken für die Abhilfe bei Schreibblockaden während der Abfassung der Dissertation kennenlernen und uns darüber austauschen, welche Möglichkeiten der Materialaufarbeitung, des Strukturierens und der Planung insgesamt hilfreich sind. Der Workshop bietet die Gelegenheit, sich mit anderen DoktorandInnen auszutauschen und von deren Erfahrungen zu profitieren. Er soll dabei helfen, die einzelnen Schritte bis zum erfolgreichen Abschluss des Projekts Promotion besser organisiert und mit größerer Sicherheit zu gehen.

This seminar mainly focuses on successfully planning and managing your Ph.D. A Ph.D. is an ambitious and long-term project that has to be approached systematically. In this seminar, we'll learn efficient methods

of time management. Furthermore, we'll get to know different possibilities to overcome writer's block when drafting your thesis and exchange thoughts on helpful methods for processing materials, structuring, and planning. The workshop offers the opportunity to share your experiences and thus benefit from each other. The aim of the workshop is to help you organize the individual steps on your way to the successful completion of your Ph.D. in a better and more confident manner.

<b>Termin Date</b>	Mo 02.07.2012, 16–19 Uhr Mon. 02.07.2012, 4–7 pm
<b>Ort/Place</b>	Rothenbaumchaussee 36, Raum 08 (EG/ground floor)
<b>Leitung/Leader</b>	Dr. Julia Quante (International Cultural & Business Studies)
<b>Zielgruppe Target group</b>	Promovierende und Promotionsinteressierte Current and prospective doctoral candidates
<b>Sprache/Language</b>	Deutsch/German
<b>Anmeldung</b>	Spätestens bis zum 25.06.2012 unter: <a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-programm">www.uni-hamburg.de/piasta-programm</a> By 25.06.2012 at the latest at:
<b>Registration</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-programm">www.uni-hamburg.de/piasta-programm</a>

### Kanufahren auf den schönsten Kanälen der Alster Canoeing on the most beautiful Alster Canals

Im Sommer bei tropischen Temperaturen muss es nicht immer die Ostsee sein. Paddeln in Hamburg, durch die Stadt, die mehr Brücken als Venedig hat, ist ein richtiger Genuss. So sehen wir Hamburg von seiner schönsten Seite. Wir möchten dich hiermit zu einem wunderbaren Erlebnis einladen. Lasst uns Sport, Spaß und Austausch über die Promotion miteinander verbinden. Sicherlich wird es für uns alle ein unvergesslicher Tag.

It doesn't always have to be a trip to the Baltic Sea in a summer with tropical temperatures: Paddling through Hamburg, through the city that boasts more bridges than Venice, is a real treat. We will see Hamburg at its best. We'd like to invite you to join us for this wonderful experience. Let's combine sports, fun and exchange about Ph.D. studies. It will surely be an unforgettable day.

<b>Termin Date</b>	Fr 06.07.2012, 15 Uhr Fri. 06.07.2012, 3 pm
<b>Ort/Place</b>	Wird rechtzeitig bekannt gegeben/tba
<b>Leitung Leader</b>	Kesheng Shu (KlimaCampus: Geographie/Geography), Sara Banihashemi (Musikwissenschaft/Musicology)
<b>Zielgruppe Target group</b>	Promovierende und Promotionsinteressierte Current and prospective doctoral candidates
<b>Sprache/Language</b>	Deutsch und Englisch/German and English
<b>Selbstbeteiligung Fee</b>	3,50 € (inkl. Getränk für bis zu 4 €) € 3,50 (incl. beverage up to € 4)
<b>Anmeldung</b>	Spätestens bis zum 30.06.2012 unter: <a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-programm">www.uni-hamburg.de/piasta-programm</a> By 30.06.2012 at the latest at:
<b>Registration</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-programm">www.uni-hamburg.de/piasta-programm</a>

### LaTeX for Beginners

LaTeX is a professional typesetting program that is especially used in natural sciences. But the use of this free program is also very helpful for students of other courses of study.

#### Learning goals:

- Get to know the structure of a LaTeX document
- Get your first practical experience with LaTeX and associated software packages
- Be able to understand LaTeX and continue to work with it on your own after the seminar

#### Topics:

- Basics of LaTeX ([www.latex-project.org](http://www.latex-project.org)) and associated software packages (MikTeX, TexnicCenter, JabRef)
- Structure of a LaTeX document
- Completion of an academic article using LaTeX

<b>Termin Date</b>	Sa/So 07./08.07.2012, jeweils 10–14.30 Uhr, Blockseminar Sat./Sun. 07./08.07.2012, 10 am–2:30 pm (block course)
<b>Ort Place</b>	Regionales Rechenzentrum, Schlüterstr. 70, Raum 118 links Regional Computer Center, Schlüterstr. 70, Room 118 (left)
<b>Leitung/Leader</b>	Niels Beuck (Diplom-Informatiker/graduate of Informatics)
<b>Zielgruppe Target group</b>	Studierende und Promovierende aller Fächer Students and doctoral candidates of all courses of study
<b>Sprache/Language</b>	Englisch/English
<b>Anmeldung</b>	Spätestens bis zum 30.06.2012 unter: <a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-programm">www.uni-hamburg.de/piasta-programm</a> By 30.06.2012 at the latest at:
<b>Registration</b>	<a href="http://www.uni-hamburg.de/piasta-programm">www.uni-hamburg.de/piasta-programm</a>

### Information und Beratung rund um die Promotion ... von Promovierenden für Studierende und Promovierende Information and Advising for Doctoral Studies

... from Doctoral Candidates for Students and Doctoral Candidates  
Du stehst kurz vor dem Studienabschluss und überlegst, danach zu promovieren? Du hast deine Promotion begonnen und suchst nach einer Möglichkeit zur Finanzierung? Wenn du Fragen rund um die Promotion hast, sei es bezüglich Informationssuche, Disputation oder Finanzierungsmöglichkeiten, dann helfen wir dir gerne in einem Beratungsgespräch weiter. Alle fachlichen Aspekte fallen in die Zuständigkeit der betreuenden ProfessorInnen und sollten mit diesen geklärt werden. Doch für alle anderen Fragen stehen wir gerne zur Verfügung!

Alle Informationen findest du auf:

[www.uni-hamburg.de/piasta-promotion](http://www.uni-hamburg.de/piasta-promotion)

You are about to graduate and consider pursuing a Ph.D.? You've started your doctoral studies and are looking for funding opportunities? If you have questions regarding doctoral studies – be it researching infor-

mation, the oral defense of your dissertation, or financing possibilities, then we'll be happy to help you with our advising services. All aspects specially pertaining to the subject of your studies lie within the responsibility of the advising professors and should be discussed with them. However: We're readily available for any other questions!

More information can be found at:

[www.uni-hamburg.de/piasta-phd](http://www.uni-hamburg.de/piasta-phd)

<b>Termin</b>	Nach Vereinbarung, bitte melde dich per E-Mail bei mir mit einer kurzen Angabe deines Beratungsanliegens an. Ich werde dir dann so schnell wie möglich einen Beratungstermin anbieten
<b>Office hours</b>	By appointment. Please contact me by e-mail with a short description of your questions/concerns. I will reply as soon as possible with an appointment
<b>Ort/Place</b>	Rothenbaumchaussee 36, Basisraum I (UG/basement)
<b>Beraterin/Advisor</b>	Luna Röthig (Germanistik/German studies)
<b>Kontakt/Contact</b>	<a href="mailto:piastatut-promotion@uni-hamburg.de">piastatut-promotion@uni-hamburg.de</a>
<b>Zielgruppe Target group</b>	Promovierende und Promotionsinteressierte Current and prospective doctoral candidates
<b>Sprache</b>	Diese Beratung kann je nach Bedarf auf Deutsch, Englisch, Ukrainisch oder Russisch stattfinden If required, advice can be offered in German, English, Ukrainian, or Russian
<b>Language</b>	

### Beratung zu Planung, Strukturierung und Fertigstellung sozialwissenschaftlicher Arbeiten Advising on Planning, Structuring, and Completing Social Science Papers

Habt ihr Fragen wie: Ist meine Fragestellung deutlich? Ist meine Arbeit logisch strukturiert? Wie zitiere ich richtig? Wie kann ich meine Literaturrecherche optimieren? Wie soll ich das Inhaltsverzeichnis basteln?

Wenn ihr euch gerade mit einer von diesen oder anderen Fragen zur wissenschaftlichen Arbeit beschäftigt und dabei Unterstützung braucht, könnt ihr euch gerne per E-Mail an Tania Mancheno wenden.

Do you have questions such as: Is my approach clearly phrased? How do I quote in a correct way? How can I optimize researching literature? How shall I put together the table of contents?

If you happen to deal with these or other questions regarding academic research and writing and need some support, you're welcome to contact Tania Mancheno by e-mail.

<b>Kontakt/Contact</b>	Tania.Mancheno@studium.uni-hamburg.de
<b>Sprache</b>	Diese Beratung kann je nach Bedarf auf Deutsch, Englisch, Französisch oder Spanisch stattfinden
<b>Language</b>	If required, advice can be offered in German, English, French, and Spanish

# PIASTA

Interkulturelles Leben und Studieren  
Intercultural Living and Learning



Aktivitäten für Promovierende und Promotionsinteressierte

Activities for Ph.D. Students and prospective Ph.D. Students

SoSe 2012

[www.uni-hamburg.de/piasta-promotion](http://www.uni-hamburg.de/piasta-promotion)

### Impressum · Imprint

#### Universität Hamburg

Abteilung Internationales/Akademisches Auslandsamt  
Referat Förderung Unterstützung Nachbetreuung (FUN)  
Programm International für alle Studierenden und Alumni (PIASTA)

Department of International Affairs  
Section Funding, Advising, Support (FUN)  
Program for Students and Alumni (PIASTA)

#### Redaktion · Editors

Zakia Akasbi, Sara Banihashemi, Olga Brey-meyer, Alexandra Hach, Tania Mancheno, Dr. Julia Quante, Luna Röthig, Kesheng Shu

#### Übersetzung · Translation

Petra Kaiser

#### Lektorat & Gestaltung

Redaktion Kultur und Bildung

#### Editing & design

[www.redaktion-kultur-bildung.de](http://www.redaktion-kultur-bildung.de)

#### Druck · Printed by

Universitäts-Druckerei

#### Auflage · Print run

7000

#### Jahrgang · Year

Sommersemester 2012

## PIASTA

### Interkulturelles Leben und Studieren

#### Intercultural Living and Learning

Liebe Promovierende,

herzlich willkommen zu unseren Angeboten für Promovierende und Promotionsinteressierte. Wir, das PIASTA-Promotionsteam, haben im Rahmen eines DAAD-Projekts verschiedene Angebote für euch entwickelt, die euch bei eurer Promotion unterstützen sollen. Unsere Angebote richten sich an alle deutsche und internationale Promovierende und Promotionsinteressierte der Universität Hamburg.

In diesem Heft findet ihr Freizeitangebote, Informationsveranstaltungen, Workshops und Beratungsangebote, die euch auf eurem Weg zum Dokortitel begleiten sollen. Wir möchten mit unserem Programm eine wertvolle Ergänzung zu eurem „Schreibtischalltag“ bieten und hoffen, dass ihr durch unsere Angebote neue Kenntnisse erwerben, neue Kontakte knüpfen und durch interkulturelle Erfahrungen euren Horizont erweitern könnt.

Wir möchten uns an dieser Stelle beim DAAD und bei unseren Kooperationspartnern bedanken.

Wir wünschen euch ein schönes und erfolgreiches Sommersemester 2012!

*Euer PIASTA-Promotionsteam*

*Julia, Kesheng, Luna, Sara, Tania & Zakia*

## Kalender · Calendar

SoSe 2012	
Besuch des Museums für Hamburgische Geschichte mit Führung Visit of the Museum of Hamburg History with Guided Tour	So 29.04.2012 Sun. 29.04.2012
Infoabend: Rund um die Promotion Information Evening: All You Need to Know About the Doctorate	Do 10.05.2012 Thurs. 10.05.2012
Workshop: Einführung in das wissenschaftliche Arbeiten Workshop: An Introduction into Academic Research and Writing	Sa 12.05.2012 Sat. 12.05.2012
Workshop: Wie präsentiere ich mich und mein Thema? Workshop: How to Present Yourself and your Topic	Do 24.05.2012 Thurs. 24.05.2012
Tour durch die Moscheen A Tour of Hamburg's Mosques	Di 29.05.2012 Tues. 29.05.2012
Dialog im Dunkeln Dialog in the Dark	Mi 13.06.2012 Wed. 13.06.2012
Besichtigung des Airbus-Werks in Hamburg Tour of the Hamburg Airbus Factory	Do 21.06.2012 Thurs. 21.06.2012
Workshop: Wie manage ich das Projekt Promotion erfolgreich? Workshop: How to Successfully Manage Your Ph.D.	Mo 02.07.2012 Mon. 02.07.2012
Kanufahren auf den schönsten Kanälen der Alster Canoeing on the most beautiful Alster Canals	Fr 06.07.2012 Fri. 06.07.2012
LaTeX for Beginners	Sa/So 07./08.07.2012 Sat./Sun. 07./08.07.2012

### Besuch des Museums für Hamburgische Geschichte mit Führung Visit of the Museum of Hamburg History with Guided Tour

Ihr studiert in Hamburg, aber was wisst ihr eigentlich über die Geschichte der Stadt? Für Doktorandinnen und Doktoranden der Universität Hamburg wird ein spannender Ausflug ins Museum für Hamburgische Geschichte angeboten. Das Museum bietet einen Überblick über die wechselvolle Geschichte der Stadt Hamburg von ihren Anfängen um 800 n. Chr. bis zur Gegenwart. Die Führung „1000 Jahre Hamburg“ gibt Einblicke in die Entwicklung der Stadt in den letzten 1000 Jahren. Im Anschluss gehen wir in den Park Planten un Blumen noch etwas trinken und haben die Gelegenheit uns besser kennenzulernen. Bitte bringt euren Studentenausweis mit.

You are studying in Hamburg, but what do you actually know about the history of the city? Doctoral candidates of the Universität Hamburg are offered an exciting visit of the Museum of Hamburg History. The museum presents an overview of the eventful history of the city of Hamburg from its beginnings at about 800 CE to the present. The guided tour “1,000 years of Hamburg History” will give an insight into the development of the city during the past 1,000 years. After the tour, we'll go for a drink in the Planten un Blumen Park and will have the opportunity to get to know each other better. Please bring your student ID.

<b>Termin Date</b>	So 29.04.2012, 15–18 Uhr Sun. 29.04.2012, 3–6 pm
<b>Treffpunkt</b>	Vor dem Eingang des Museums für Hamburgische Geschichte (Holstenwall 24) Entrance of the Museum for Hamburg History (Holstenwall 24)
<b>Meeting point</b>	
<b>Leitung/Leader</b>	Zakia Akasbi (Biologie/Biology)
<b>Sprache/Language</b>	Deutsch/German
<b>Selbstbeteiligung</b>	4 € (inkl. Eintritt, Führung durchs Museum und Getränk bis zu 4 €)
<b>Fee</b>	€ 4 (incl. admission fee, tour, and beverage up to € 4)
<b>Anmeldung</b>	Spätestens bis zum 22.04.2012 unter: www.uni-hamburg.de/piasta-programm
<b>Registrtation</b>	By 22.04.2012 at the latest at: www.uni-hamburg.de/piasta-program

### Infoabend: Rund um die Promotion

#### Information Evening: All You Need to Know About the Doctorate

An diesem Abend bieten wir Promovierenden und promotionsinteressierten Studierenden die Gelegenheit, sich etwas mehr über dieses nicht leichte, dafür aber sehr spannende Vorhaben zu informieren und auszutauschen. Als PromotionsstipendiatInnen möchten wir euch einen allgemeinen Überblick über die Organisation und einige Ratschläge für den weiteren Verlauf der Promotion anbieten.  
**Themen:** Motivation und Vorbereitung, Themenfindung und Betreuung, akademische Aktivitäten, Finanzierung und vieles mehr.  
Außerdem ist der Infoabend eine gute Gelegenheit, andere Promovierende kennenzulernen. Zum Wohlfühlen bieten wir euch Getränke, Süßes und Snacks an.

This evening, we are offering doctoral students and those interested in pursuing a Ph.D. the opportunity to learn more about and discuss this quite challenging, but also very exciting project. As doctoral fellows, we would like to give you a general overview of and some advice on the organization and course of doctoral studies.

**Topics:** Motivation and preparation, finding a topic and supervision, academic activities, financing and a lot more.

This will also be a good opportunity to get to know other doctoral candidates. We will also provide drinks, sweets, and snacks for you to enjoy.

<b>Termin Date</b>	Do 10.05.2012, 18–20 Uhr Thurs. 10.05.2012, 6–8 pm
<b>Ort/Place</b>	Rothenbaumchaussee 36, Raum o8 (EG/ground floor)
<b>Leitung Leaders</b>	Sara Banihashemi (Musikwissenschaft/Musicology), Tania Mancheno (Politikwissenschaft/Political Science),
<b>Sprache/Language</b>	Deutsch/German
<b>Anmeldung</b>	Spätestens bis zum 03.05.2012 unter: www.uni-hamburg.de/piasta-programm
<b>Registrtation</b>	By 03.05.2012 at the latest at: www.uni-hamburg.de/piasta-program

### Workshop: Einführung in das wissenschaftliche Arbeiten

#### Workshop: An Introduction into Academic Research and Writing

In diesem Workshop werden wir uns folgenden Fragen zuwenden: Ist meine Fragestellung deutlich? Ist meine Arbeit logisch strukturiert? Wie zitiere ich richtig? Wie kann ich meine Literaturrecherche optimieren? Wie soll ich das Inhaltsverzeichnis basteln? Wie bereite ich einen Vortrag vor?

Ziel des Workshops ist es, die Methoden des wissenschaftlichen Arbeitens, vom Verfassen einer Hausarbeit bis zur Publikation, durchzugehen und Lösungen für individuelle Probleme zu finden. Der Workshop wird außerdem einige Tipps für die erfolgreiche Teilnahme an Tagungen (Suche, Bewerbung, Antwort auf Call for Paper und Präsentation) vermitteln.

This workshop will address the following questions: Is my approach clearly phrased? Is my paper structured in a logical way? How can I optimize researching literature? How shall I put together the table of contents? How do I prepare a lecture?

The workshop will look at the various methods of academic research and writing relevant to different areas from term papers to publications and find solutions to individual problems. Further topics will include tips for the successful participation in conferences (search, application process, responding to calls for papers, and presenting your paper).

<b>Termin Date</b>	Sa 12.05.2012 14–16 Uhr (bei Bedarf bis 17 Uhr) Sat. 12.05.2012 2–4 pm (if required, till 5 pm)
<b>Ort/Place</b>	Rothenbaumchaussee 36, Basisraum (UG/basement)
<b>Leitung/Leader</b>	Tania Mancheno (Politikwissenschaft/Political Science)
<b>Sprache/Language</b>	Deutsch/German
<b>Anmeldung</b>	Spätestens bis zum 07.05.2012 unter: www.uni-hamburg.de/piasta-programm
<b>Registrtation</b>	By 07.05.2012 at the latest at: www.uni-hamburg.de/piasta-program

### Workshop: Wie präsentiere ich mich und mein Thema?

#### Workshop: How to Present Yourself and your Topic

Wenn es dir nicht gelingt, dein Thema eindrucksvoll, kurzweilig und spannend zu präsentieren, werden auch deine besten Ergebnisse beinahe nutzlos sein. In diesem Workshop erwirbst du sprachliche und soziale Kompetenzen, die dir bei Vorträgen helfen sollen, dein Thema und vor allem auch dich selbst selbstsicher zu präsentieren. Es ist auch wichtig zu wissen, wie du deine Ergebnisse kurz und prägnant präsentieren, und wie du die Aufmerksamkeit deines Publikums fesseln kannst. Unser Workshop ist außerdem eine gute Gelegenheit, andere Promovierende kennenzulernen. Wir freuen uns auf deine Teilnahme.

If you don't succeed in presenting your research results in an impressive, entertaining, and exiting way, then the best research results are almost

useless. This workshop will help you to acquire the linguistic and social skills that will help you to present your topic and, above all, yourself in a confident manner. It is important to know how to present your results concise and to the point, and how to keep the attention of your audience. Furthermore, our workshop is a good opportunity to get to know other doctoral candidates. We're looking forward to your participation.

<b>Termin Date</b>	Do 24.05.2012, 16–19 Uhr Thurs. 24.05.2012, 4–7 pm
<b>Ort/Place</b>	Rothenbaumchaussee 36, Raum o8 (EG/ground floor)
<b>Leitung Leader</b>	Sara Banihashemi (Musikwissenschaft/Musicology), Lea Kühne (Diplom-Pädagogin/graduate of pedagogy)
<b>Zielgruppe Target group</b>	Promovierende und Promotionsinteressierte Current and prospective doctoral candidates
<b>Sprache/Language</b>	Deutsch/German
<b>Anmeldung</b>	Spätestens bis zum 18.05.2012 unter: www.uni-hamburg.de/piasta-programm
<b>Registrtation</b>	By 18.05.2012 at the latest at: www.uni-hamburg.de/piasta-program

### Tour durch die Moscheen

#### A Tour of Hamburg's Mosques

Habt ihr mal Lust auf etwas anders als die Wissenschaft? Dann kommt mit uns! Ob ihr aus einem islamischen Land seid oder nicht, eine Tour durch die Moscheen in Hamburg kann sehr spannend für euch werden. Mit uns werdet ihr die Architektur von drei unterschiedlichen Moscheen sehen und viel über die islamische Kultur in Hamburg lernen. Wenn ihr Fragen zum Islam habt, dann ist diese die beste Gelegenheit, Antworten darauf zu bekommen. Zum Abschluss lassen wir den Nachmittag gemeinsam in einem Café ausklingen.

Would you be up for something other than science? Then come with us! No matter if you are from an Islamic country or not, a tour of Hamburg's mosques will be very exciting. We'll discover the architecture of three different mosques and learn a lot about Islamic culture in Hamburg. When you have questions about Islam, then this is the best opportunity to get answers to many questions. We will end the afternoon in a café together.

<b>Termin Date</b>	Di 29.05.2012, 11.30–ca. 15.30 Uhr Tues. 29.05.2012, 11:30 am–ca. 3:30 pm
<b>Ort/Place</b>	Wird rechtzeitig bekannt gegeben/tba
<b>Leitung/Leader</b>	Zakia Akasbi (Biologie/Biology)
<b>Sprache/Language</b>	Deutsch/German
<b>Selbstbeteiligung Fee</b>	2,50 € (inkl. Snack und Getränk bis zu 8 €) € 2,50 (incl. snack and beverage up to € 8)
<b>Anmeldung</b>	Spätestens bis zum 22.05.2012 unter: www.uni-hamburg.de/piasta-programm
<b>Registrtation</b>	By 22.05.2012 at the latest at: www.uni-hamburg.de/piasta-program

### Dialog im Dunkeln/Dialogue in the Dark

Ein Abenteuer der ganz besonderen Art wird unser Besuch der Ausstellung „Dialog im Dunkeln“! Macht euch darauf gefasst, in völlige Dunkelheit zu stolpern und absolut NICHTS zu sehen. Mit einem Blindenstock ausgerüstet, werden wir in einer Gruppe durch den Raum von einem sehbehinderten Guide geführt. „Die Besucher treten in eine Welt völliger Dunkelheit ein. Dünfte, Temperaturen, Windströme und Geräusche kreieren nicht-visuelle Erlebnisräume, die auf dem Weg etwa durch eine Parklandschaft, eine Großstadt oder am Ende an einer Bar erschlossen werden.“ Im „Dialog im Dunkeln“ lernt man, dass die Welt der Blinden sehr laut ist, viel lauter als die der Sehenden, obwohl wir alle von der gleichen Geräuschkulisse umgeben sind. Man „sieht“ die Welt mit anderen Augen und fragt sich: „Ist es ein Handicap zu sehen oder nicht zu sehen?“ Es ist ein Erlebnis. Ein Muss. Eine großartige Erfahrung!

An unforgettable adventure will be our visit of the exhibition “Dialogue in the Dark“! Get ready to stumble into complete darkness and see absolutely NOTHING. Equipped with nothing but a blind cane, you'll walk through the exhibit in a group led by the voice of a visually impaired guide. “Visitors enter a world of total darkness. Scents, temperatures, air flows and sounds create non-visual spaces of experience which are discovered by passing through various scenarios, such as a park, a city centre, or a bar.” In “Dialog in the Dark” you learn that the world of blind people is very loud, louder than ours, although we are surrounded by the same soundscape. You “see” the world with different eyes and ask yourself: “Is the handicap seeing or not seeing?” It's a must-have experience!

<b>Termin Date</b>	Mi 13.06.2012, 16–19 Uhr Wed. 13.06.2012, 4–7 pm
<b>Treffpunkt Meeting point</b>	Eingang von „Dialog im Dunkeln“ (Alter Wandrahm 4) Entrance of “Dialogue in the Dark” (Alter Wandrahm 4)
<b>Leitung Leader</b>	Dr. Julia Quante (International Cultural & Business Studies), Kesheng Shu (KlimaCampus: Geographie)
<b>Sprache/Language</b>	Englisch/English
<b>Selbstbeteiligung</b>	5 € (inkl. Getränk bis zu 4 €)
<b>Fee</b>	Bitte bringt euren Studentenausweis mit! € 5 (incl. beverage up to € 4) Please bring your student ID!
<b>Anmeldung</b>	Spätestens bis zum 08.06.2012 unter: www.uni-hamburg.de/piasta-programm
<b>Registrtation</b>	By 08.06.2012 at the latest at: www.uni-hamburg.de/piasta-program

### Besichtigung des Airbus-Werks in Hamburg Tour of the Hamburg Airbus Factory

Wir laden euch herzlich zu einer Führung durch das Airbus-Werk in Hamburg-Finkenwerder ein. Lasst euch auf die Welt der Flugzeugfertigung ein und erlebt mit uns, wie die Airbus-Flugzeuge, zum Beispiel A318, A319 oder A321, zusammengesetzt werden. Durch eine Werksführ-