

# Studi@

ALLES FÜR **STUDIERENDE**  
IN **ULM** UND **NEU-ULM**

# SpaZz

HEFT 26 | WINTERSEMESTER 2019/20

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

KSMVERLAG ■

## „ICH WOLLTE MICH PERSÖNLICH WEITERENTWICKELN“

**Saskia, 34**, wollte es nochmals wissen und hat mit 31 angefangen, Informationsmanagement und Unternehmenskommunikation in Neu-Ulm zu studieren

**TENTSCHERT**

Immobilien IVD - seit 1986

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



# MIT AUSZEICHNUNG BESTANDEN.



## VERTRAUEN SIE DEM TESTSIEGER.

Eine große Objektauswahl und viele Informationen rund um Immobilien unter [www.tentschert.de](http://www.tentschert.de)



Ihr Martin Tentschert



## TENTSCHERT

Immobilien IVD · seit 1986

Frauenstr. 7 | 89073 Ulm | Tel. (0731) 3 79 52 20  
[www.tentschert.de](http://www.tentschert.de)

Statt Vorwort – eine Umfrage in der Studi@SpaZz-Redaktion

## ENGAGIERT IHR EUCH EHRENAMTLICH?



**SARAH BERGHOFF, 30**  
PR-Beraterin

Eine Kollegin und ich unterstützen Pfarrer Peter Heiter von der Ulmer Pauluskirche mit klassischen PR- und Social-Media-Maßnahmen, um neue Spender oder Spenderinnen für das Projekt „Vesperkirche“ zu begeistern und langfristig Nachwuchshelfer zu finden. Vom 24. Januar bis zum 20. Februar 2020 werde ich vor Ort mit anpacken.



**SOPHIA KÜMMERLE, 27**  
PR-Redakteurin

Nein, aktuell nicht. Ich bin allerdings ganz froh, die ShareTheMeal-App entdeckt zu haben, über die ich ab und an mit kleinen Spenden dazu beitragen kann, die Hungersnot zu bekämpfen. Und ich habe angefangen, im letzten halben Jahr deutlich mehr auf die Umwelt zu achten – Tipps dazu in meinem Artikel hier im Heft.



**TERESA ELSÄSSER, 24**  
Redaktion KSM Verlag

Zugegeben: Bisher habe ich mich nicht ehrenamtlich engagiert. Ich habe Respekt vor allen, die ein Ehrenamt in verschiedenen Bereichen ausüben. Vor ein paar Jahren habe ich mit großer Freude ein FSJ in einer Behinderteneinrichtung gemacht. Wenn sich die Zeit findet, könnte ich mir gut vorstellen, dort ehrenamtlich zu unterstützen.



**CHRISTINE KULGART, 26**  
Vergl. Literaturwissenschaft im 8. Semester

Ich habe von Oktober 2018 bis Mai 2019 ehrenamtlich Vorschülern im Kindergarten Nachhilfeunterricht gegeben. Zwischen Nebenjob, Studium und Bachelorarbeit wurde es dann allerdings etwas hektisch, weshalb ich die Tätigkeit aufgeben habe. Ich würde es aber definitiv wieder machen, wenn sich die Zeit findet.



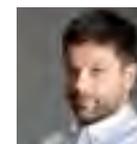
**LAURA FEDEROLF, 21**  
Theaterpädagogik

Mein Ehrenamt ist mein Hobby. Ich bin im USTA e. V. und dort im Jazzkeller Sauschdall tätig und kann mich dort in unterschiedlichsten Bereichen ausleben. Außerdem bin ich Betreuerin bei der einmal jährlich stattfindenden Stadtranderholung Elchingen.



**CHRISTIN SCHIELE, 25**  
Literatur-Kunst-Medien, Uni Konstanz

Ich engagiere mich ehrenamtlich im Sportverein. Dort leite ich die Jugendgruppe im Trampolinturnen und kann mich vor allem im Sommer immer wieder bei sportlichen Events einbringen.



**DANIEL M. GRAFBERGER, 41**  
Redaktionsleiter KSM Verlag

Seit vielen Jahren bin ich im Ulmer Zelt tätig. Ein gemeinnütziger Verein, der jedes Jahr für sieben Wochen vielfältige Kultur sorgt.



**PHILIPP SCHNEIDER, 31**  
Redakteur KSM Verlag

Ich engagiere mich in verschiedenen Formen ehrenamtlich. Ich bin in leitender Funktion in einer Guggenmusik, im Theaterverein und lasse mich für den Gemeinderat aufstellen, also politisch kommunal auch noch engagiert.



**DR. RER. NAT. NICOLE KIRSTEN, 31**

Seit meinem Master arbeite ich ehrenamtlich als Studienbotschafterin für das Ministerium für Wissenschaft, Forschung und Kunst in Baden-Württemberg. In diesem Projekt unterstützen wir Schüler auf ihrem Weg zu dem für sie passenden Studium. Es macht mir riesig Spaß, diesen Schülern bei solch wichtigen Zukunftsentscheidungen zu helfen, indem ich meine eigenen Erfahrungen und mein Wissen teile.



**LIZA SCHÜRMAN, 21**  
BWL-Dienstleistungsmarketing Medien und Kommunikation im 6. Semester

Ja, beispielsweise demnächst beim Nikolausmarsch bei uns im Ort. Dort können die Besucher bei einem Rundgang durch den Wald kleine Theaterstücke ansehen und sich anschließend z. B. bei Punsch und Waffeln aufwärmen. Alle Erlöse des Abends werden an die „Kartei der Not“ gespendet. Ich persönlich finde es toll, wenn man auch durch noch so kleine Aktionen etwas zurückzugeben kann.

# INHALT

## CAMPUS

### Startinterview

„Swobsters“ 6

### Ausländische Studenten

Serie 23: Konstantinos und Miltiadis 12

### Hochschule Biberach

Im Porträt 14

### Game-Produktion und Management

Neu an der Hochschule Neu-Ulm 16

### Hochschulgruppen

Serie 12 18

### Wir über uns

Studi@SpaZz-Autoren 19

### Beschäftigte an der Uni

Serie 3 20

### Hier kannst du sparen!

Angebote für Studis 22

### „Fridays for Future“ in Ulm

Ein Interview 23

## JOBS / FINANZEN

### Welcher Lerntyp bist du?

Ein Quiz 24

### Zwischen Sinnkrise und Kompromiss

Der Übergang vom Studium ins Berufsleben 26

### Mehr Berufung als Beruf

Heldinnen der Arbeit

Serie 4 28

### Ehrenamtliches Engagement in Ulm

Diese Mal:

Engagiert in Ulm e. V. 30

### Was tun nach einem Studienabbruch?

Die IHK Ulm hilft 31

## WOHNEN / LEBEN

### Der große Studi@SpaZz

#### Restaurant-Test

Suppen & Eintöpfe 32

#### Saskias Umstyling

Das große Styling und Shooting bei „Elmas G.“ 34

#### Rezepte

Thailändisches

Drei-Gänge-Menü 36

#### Brauerei Gold Ochsen

Vielfältige Ausbildungschancen 39

#### Umweltliebe

#### leicht gemacht

10 Tipps, um im Alltag

umweltschonender zu handeln 40

## SZENE / KULTUR

### Liebe online finden

Teil 4 42

### Die Studi@SpaZz Life-

#### Hacks

Serie 10 43

### Ernährung – gesund und günstig

Einige Tipps 44

### Ulm inspiriert

Ulmer Autoren 46

### Do it for the 'gram

Der Hashtag #ulm 48

### Welchen Platz in Ulm suchen wir?

Das Bilderrätsel 49

### Die In- und Out-Liste

Was wir in den nächsten Monaten vor die Tür setzen und was einen warmen Platz am Kamin bekommt 50

## FREIZEIT

### Ungewöhnliche Hobbys

Serie 6: Einen Podcast ausstrahlen 52

### Stress, Stress, Stress!

Tipps zur Stressbewältigung 54

### Das Donaabad

Für jeden etwas 56

### Advent, Advent!

Der Weihnachtsmärkte-Guide 58

### 3 hours

Göppingen & Geislingen 60

### Finis coronat opus

Die Witzeseite 62



## ELMAS G. | FRISEUR

## IMPRESSUM

### Redaktionsleiter, Chef vom Dienst:

Daniel M. Grafberger (dmg), Tel. 0731 3783294, grafberger@ksm-verlag.de

### Redaktion:

Philipp Schneider (ps), Tel. 0731 3783293, schneider@ksm-verlag.de

### Redaktionsassistent:

Teresa Elsässer (te), Sarah Berghoff (sb), Teresa Elsässer (te), Laura Federolf (lfe), Nicole Kirsten (nk), Sophia Kümmerle (kid), Christine Kulgart (tine), Christin Schiele (cs), Liza Schürmann (ls)

### Lektorat:

Carmen Unger

### Layout/Gestaltung:

Michael Stegmaier

Titelbild: Daniel M. Grafberger

### Verlagsleitung (V. i. S. d. P.):

Michael Köstner, Tel. 0731 3783293, koestner@ksm-verlag.de

### Verlag:

KSM Verlag, Olgastraße 94, 89073 Ulm, Tel. 0731 3783293, Fax 0731 3783299, www.ksm-verlag.de, info@ksm-verlag.de

### Anzeigen:

Michael Köstner, Tel. 0731 3783293, koestner@ksm-verlag.de  
Dr. Georg Bitter, Tel. 0160 97054376, bitter@ksm-verlag.de  
Teresa Elsässer, Tel. 0731 3783293, elsasser@ksm-verlag.de

### Druck: Druckhaus Frank GmbH, 86650 Wemding

### Erscheinungsweise:

2 x jährlich, Sommer- und Wintersemester  
Abonnement Einzelausgabe 4 € (frei Haus).  
Jahresabo mit 2 Ausgaben frei Haus 7,50 €.  
Jahresabo für Studierende 6 € (frei Haus).



Der Studi@SpaZz ist ein Produkt des Monatsmagazins SpaZz



## WIR DANKEN UNSEREN PREMIUMPARTNERN



# CAMPUS

## „Machen wir einfach mal ein Swobsters auf“



Nach zehn Jahren „Swobsters“ wagt der **Inhaber Sebastian „Swob“ Swoboda** diesen Schritt ein zweites Mal: Die beliebte **50er-Tiki-Motto-Bar** eröffnete im September frisch herausgeputzt in neuer Location. Ein bisschen mehr Tiki und das ganze 50er-Jahre Mobiliar haben es mit in die **Frauenstraße 17** geschafft. Was war und was noch kommt, erzählte Swob im Gespräch mit **Studi@SpaZz-Autorin Christin Schiele**

Fotos: Philipp Schneider

**Studi@SpaZz: Swob, wie würde Elvis das Swobsters gefallen?**

**Swob:** Elvis würde es hier sicher super gefallen! Einer seiner größten Erfolge war die Übertragung seines Livekonzerts von Hawaii, und in dem Film „Blue Hawaii“ hat er auch mitgespielt. Außerdem würde es ihm hier schon allein aus dem Grund gefallen, dass er sich selbst begegnen würde, wenn er mal aufs Klo muss – dann müsste er nämlich die Treppe runter, und da hängt er groß an der Wand.

**Kam daher die Idee, Fifties und Tiki zu verbinden?**

Jain, diese Verbindung ist gar nicht so abwegig. In Amerika der späten 50er-Jahre wurde Hawaii der 50. Staat der USA und Tiki-Bars entstanden allerorts. Und aus dem, was den Glauben der polynesischen Inseln aus-



Sie studieren und zweifeln, ob das Studium das Richtige für Sie ist? Sie haben bereits Ihr Studium abgebrochen und wissen nicht weiter?

**Dann sind Sie bei uns richtig. Die IHK Ulm bietet Ihnen neue Perspektiven und Karriere-möglichkeiten.**

Entscheidend ist, dass ein Studienabbruch nicht das Ende einer erfolgreichen Zukunft bedeutet. Im Gegenteil, die duale Ausbildung bietet eine gute Alternative. Es geht darum, Ihnen Chancen aufzuzeigen, um im für Sie richtigen Bildungssystem Karriere zu machen.

### Angebot

- Beratung zu neuen Perspektiven
- Unterstützung bei der Analyse von Kompetenzen
- Beratung zu dualen Ausbildungsberufen
- Informationen über freie Ausbildungsstellen
- Unterstützung bei der Ausbildungsvermittlung an interessierte Ausbildungsbetriebe
- Verkürzte betriebliche Ausbildung
- Veranstaltung: Speed-Dating für Studienabbrecher 2020

Fotograf: Alena Ozerova - AdobeStock.com



IHK Ulm – Haus der Wirtschaft  
Anspruchspartnerin: Paula Amann, Olgastraße 95 - 101, 89073 Ulm  
Tel. 0731 / 173-252, amann@ulm.ihk.de

► macht, entwickelte sich die Tiki-Pop-Art, bei der es um Südsee-Look und -Feeling geht.

#### Was fasziniert dich so daran?

Als ich noch ganz jung war, habe ich Karten für „Grease“ in Köln bekommen. Mir haben der Style und die Musik einfach gut gefallen – die Lederjacken, die Jeans und die schicken Haare. Außerdem gibt es unglaublich viel Musik, die man entdecken kann, wenn man sich mit der Zeit beschäftigt. Damals musste man sich die Musik auch noch verdienen, zum Beispiel zum „World of Music“ nach München fahren, wo es Kassetten und CDs gab, die man hier in Ulm nicht bekommen hat. Zum Tiki-Stil habe ich keinen persönlichen Bezug, es gefällt mir einfach unheimlich und immer, wenn ich in Tiki-Bars war, dachte ich: Das sieht spitze aus, sowas könnte ich auch machen. Auf Hawaii war ich zwar noch nie, aber irgendwann schaffe ich das auch noch.

#### Was war der Grund für den Umzug?

Die Frauenstraße 113 hat einer netten älteren Dame gehört, die leider verstorben ist. Weil die Erben nicht von hier sind, haben sie das Haus dann letztendlich verkauft. Wir wären gerne dageblieben, aber die neuen Eigentümer haben andere Pläne damit.

#### Wie lief die Locationsuche?

Das war nicht leicht. Letztendlich bin ich eher durch Zufall an die Räume hier gekommen. Mir hatte jemand erzählt, dass die Betreiber der Bar hier aufhören wollten, was zu dem Zeitpunkt überhaupt nicht stimmte. Erst als ich sie angesprochen habe, kamen sie auf die Idee, die Räume abzugeben. Die Gastronomie war ihnen ein bisschen viel geworden und so hat sich das einfach ergeben. Ein Vorteil war sicher auch, dass wir bisher nie Probleme mit dem Ordnungsamt hatten – es ist ein gutes Zeichen, wenn die deinen Namen nicht kennen.

#### Dein Fazit bisher?

Alles super, ich fühle mich im Augenblick sehr wohl. Die Veränderung hat mir gutgetan – im alten Laden war ich auch zufrieden, aber aus dem Trott geworfen zu werden, hat mir neue Motivation gegeben. Ich finde es hier super, an Dekoration fehlt zwar noch ein bisschen was, aber das kommt mit der Zeit.

#### Hat sich am Konzept etwas geändert?

Wir werden in Zukunft früher aufmachen und nachmittags Kaffee und Kuchen anbieten, am Abend schalten wir dann auf Barbetrieb um. Tagsüber laufen hier ständig Leute vorbei und schauen durchs Fenster. Schon als wir hier umgebaut haben, kamen einige rein und fragten nach Kaffee – noch mit der Säge in der Hand, musste ich dann erklären, dass es noch gar nichts gibt. Das nehmen wir vielleicht schon im Oktober in Angriff.

**Die Terrasse war in der alten Location immer beliebt, ist hier auch noch mehr Außenbestuhlung geplant?**

## „AUF HAWAII WAR ICH ZWAR NOCH NIE, ABER IRGENDWANN SCHAFFE ICH DAS AUCH NOCH“

Sebastian Swoboda liebt die Tiki-Kultur, obwohl er es noch nie auf die Inselgruppe geschafft hat

Klar, den Bereich vor der Tür kann ich zusätzlich von der Stadt anmieten, allerdings gibt es im Innenstadtbereich Auflagen und Kontrollen – mal sehen, was da noch auf uns zukommt. Nächstes Jahr werden hier auf jeden Fall wieder Tische draußen stehen, aber gegen die Donau hat man im Sommer kaum eine Chance. Wir sind hier zwar nah dran, aber wenn es richtig heiß wird, merkt man, dass die Leute lieber am Wasser sind als in der Stadt.

#### Gibt es schon Veranstaltungen anzukündigen?

In einem gewissen Maß wollen wir auf jeden Fall wieder Konzerte, Stand-up-Comedy oder ähnliche Events veranstalten. Ich habe gerne Livemusik da und auch mal Bands aus dem Ausland, dabei muss ich aber zuschlagen, wenn die hier unterwegs sind – ein regelmäßiger Termin lässt sich deshalb nicht einrichten. Erst mal müssen wir sehen, wie es mit den Nachbarn hinschaut, denn hier sind viele Wohnungen und gegenüber ist ein Hotel. Die letzte Zugabe muss bis Mitternacht definitiv durch sein, zu lauter Musik tanzen kann man aber dann im Keller noch, solange man hier oben nichts davon hört.

#### Wer arbeitet hier, stehst du auch selbst hinter der Bar?

Im Augenblick stehe ich wieder mehr selbst hinter der Bar. Im alten Laden lief es auch ohne mich super, aber hier ist noch alles neu und wir müssen erst die Macken des Ladens kennenlernen. Momentan habe ich noch vier Studenten, die vorher auch schon mitgearbeitet haben, und bald kommen noch einige dazu – vier Leute sind einfach zu wenig, wenn man die ganze Woche geöffnet hat.

#### Wie lässt sich das Publikum beschreiben?

Ich habe hier ein sehr gemischtes Publikum. Bei Konzerten zum Rockabilly-Thema kommen immer viele Leute aus der Szene, die auch aus der Umgebung anreisen – zum Teil sogar aus Österreich und der Schweiz. Die meiste Zeit besteht das Hauptpublikum aber aus jungen Leuten und Studenten. Die Musik beschränkt sich dann auch nicht nur auf Rock 'n' Roll – wichtig ist mir nur, dass es handgemachte Musik ist. Es soll für jeden was dabei sein, mit



„Jeder Sessel sieht anders aus und ich mag das so“: Die kultigen Möbel sind original, alt und die Sessel knarzen beim Hinsetzen, genau das macht den Charme des Swobsters aus



**B BURGER**  
ZELTE & CATERING e.K.



**Wir suchen Verstärkung für den Ulmer Weihnachtsmarkt 2019**

- vom **25. 11. bis 22. 12. 2019**
- **Imbissverkäufer** (w/m/d) in Vollzeit, in Teilzeit oder Aushilfsweise
- der Stundenlohn beträgt **15 EUR brutto**

**Interesse?  
Dann melde Dich bei uns!**

Kurzbewerbung bitte schriftlich an:  
Burger Zelte & Catering e. K.  
Im Tiefen Tal 16  
87770 Oberschöneck



orga@burger-zelte.de  
Tel. 0 83 33 - 9 33 78  
Fax 0 83 33 - 9 33 79





Sebastian „Swob“ Swoboda: Im Gespräch mit Studi@SpaZz-Autorin Christin Schiele

## „GEMÜTLICHKEIT IN EINER UNAUFDRINGLICHEN, ENTSPANNTEN ATMOSPHÄRE.“

„Swob“ beschreibt sein Swobsters kurz und bündig



► der Jukebox hat es jeder selbst in der Hand – sobald die Nadel aufsetzt, läuft der Jukebox-Song über alle Lautsprecher, auch im Keller – ein Wunder der Technik.

### Warum ist das Swobsters die richtige Wahl für Studenten?

Von den Studenten höre ich immer, dass sie gar nicht unbedingt auf eine schicke Location oder besondere Getränke aus sind. Gute Drinks sind natürlich wichtig, vor allem aber auch, dass es gemütlich ist und man in der Gruppe hinsitzen und sich unterhalten kann. Genau das versuchen wir hier zu schaffen, Gemütlichkeit in einer unaufdringlichen, entspannten Atmosphäre. Auch die Spiele und der Bierautomat im Keller kommen super an. Ich weiß, alle wünschen sich einen Billardtisch, das wird aber so schnell nicht realisierbar sein – als Erstes kommt ein Tischkicker her, das steht schon fest.

### Seit wann betreibst du das Swobsters?

Im September 2009 haben wir Eröffnung gefeiert. Ich

bin kompletter Quereinsteiger, vorher war ich Schadenssachbearbeiter bei einer Versicherung. Als da umstrukturiert wurde, hat mir das gut reingepasst – ich wollte mehr mit Musik zu tun haben, also haben wir gedacht, machen wir einfach mal ein Swobsters auf. Dieses Jahr feiern wir 10-jähriges Jubiläum, die große Party muss allerdings bis nächstes Jahr warten, wenn hier wieder Ruhe eingekehrt ist.

### Bleibt neben dem Barbetrieb noch Zeit für die eigene Musik?

Ich habe schon mehr Musik gemacht als im Moment, aber etwa ein Auftritt im Monat geht nebenher schon. Mein Team ist gut eingespielt und kann die Bar auch einen Abend ohne mich schmeißen. Die Band, mit der ich spiele, heißt „The Bombs“ – Rock’n’Roll, ganz klar. ■

### INFORMATION

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

 Daimler TSS

# BE THE HERO



Auch Du kannst ein Held sein.

Bewirb Dich jetzt!



do epic IT

[www.daimler-tss.com/karriere](http://www.daimler-tss.com/karriere)

**AUSLÄNDISCHE STUDENTEN** Serie 23  
**Konstantinos und Miltiadis Tselemis**  
 kommen aus Griechenland

## Same same but different – an interview about careers, crises and Käsespätzle

Die Zwillinge **Konstantinos** und **Miltiadis Tselemis** (27 Jahre) kommen aus Griechenland und haben **Biologie an der Aristoteles-Universität in Thessaloniki** studiert. Obwohl beide **am Institut für Physiologische Chemie an der Universität in Ulm** promovieren, richten sie ihre Forschung nach unterschiedlichen Schwerpunkten aus

**Studi@SpaZz:** *Konstantinos, Miltiadis, you are both doing your PhD at the Institute of Physiological Chemistry at the Ulm University. Why did you decide to go to Germany and was it your intention to work together in a lab?*

**Miltiadis:** The huge economic crisis in Greece led to the collapse of the research field: less scientific proposals were accepted, and budgets were shortened. Also, the accessible technology was extremely limited in Greece. So, when I found the project I am working on right now, I knew that this is exactly the chance that I was looking for. So, I started my PhD in Ulm first. My brother visited me at the lab and loved the good atmosphere and advanced technology there, too. However, our projects are entirely focused on different directions. I study the role of a protein complex, NF-κB in the development of pancreatic cancer. And my brother works in the neuroscience field.

**Do you want to stay in Germany, and do you miss Greece?**

**Konstantinos:** I miss Greece and my everyday life there. Since Greece has almost zero focus on science, the possibility that I will find a job in Germany is quite high. Of



Foto: Lina Zaveleva

### **Favorite food:**

Konstantinos: Moussaka

Miltiadis: A Greek dish called Pastitsio

### **Favorite drink:**

Konstantinos: Screwdriver

Miltiadis: Beer

### **Favorite restaurant:**

Konstantinos: Michelangelo vini - cucina

Miltiadis: Seven Fish

### **Next travel destination:**

Konstantinos: Paris

Miltiadis: Stockholm

course, you never know for sure. I really like Germany. I enjoy my time in Ulm and the other cities I have visited so far. Also, the working environment has many comforts. And call me crazy but I do enjoy the weather, too. What I like about Ulm University is the organization, the big number of external lectures and visits from people that have excelled in their field.

**Miltiadis:** Ulm is smaller than the cities I have lived in the past, so in the beginning it was a bit difficult to adjust. But the city is beautiful and quiet. I guess this helps students to focus on their goals. So, I indeed miss Greece, but I believe I could stay in Germany.

**What about German food? How is it compared to Greek food?**

**Konstantinos:** At first, I didn't really like German food as it differs so much from Greek food. But over the time, I got used to it. If I had to highlight my favourite German food, that would be Käsespätzle.

**Miltiadis:** I guess the only food that I really like here is Käsespätzle, too. This is something you can't find in Greece. I have tried different German dishes but most of them have a very mild taste compared to Greek food.

# NEW SOLUTIONS EMERGE WHEN THINKING ISN'T HARD-WIRED.

SHARE YOUR PASSION.

More than 90% of automotive innovations are based on electronics and software. That's why creative freedom and lateral thinking are so important in the pursuit of truly new solutions. We at BMW Car IT GmbH are driving software innovations inside the BMW Group in various fields such as

- Advanced Driver Assistance Systems
- Navigation Systems
- Infotainment Systems
- Artificial Intelligence
- Machine Learning
- Virtual Reality
- Computer Vision
- Big Data and Data Analytics
- Knowledge Representation
- Using technologies like C, C++, Java, Python, Linux, Autosar, Objective C, Web-technologies...

We want to keep pushing the limits of what's possible, so our teams in Ulm and Munich are currently seeking highly motivated students who are eager to write the next chapter in automotive history with us. We offer bachelor/master thesis, internships and working student positions.

Contact: [students@bmw-carit.de](mailto:students@bmw-carit.de)

You can find out more about us as an employer, our entry programmes and other job opportunities at <http://www.bmw-carit.de/opportunities/>. **Qualifications and experience**

**BMW GROUP** THE NEXT 100 YEARS  
 BMW Car IT GmbH



Rolls-Royce  
 Motor Cars Limited

## KLEINE HOCHSCHULE MIT **INTERNATIONALEM** ANGEBOT

Die **Hochschule Biberach** bietet vielseitige und an der Praxis orientierte Bachelor- und Masterstudiengänge in den Themenfeldern **Biotechnologie, Energie, Bau und Immobilien** an. Dafür wurde sie bereits mehrfach im bundesweiten Hochschulranking mit **Bestnoten ausgezeichnet**

Brücken bauen oder Tunnel planen? Wohn- und Lebensräume schaffen – vom Zimmer bis zur Stadt? Erneuerbare Energien innovativ einsetzen? Neue Technologien entwickeln in der biotechnologischen Herstellung von Medikamenten oder von Wertstoffen? Als Betriebswirt Immobilien- oder Energiemärkte unter die Lupe nehmen? Wer sich für eine dieser Aufgaben interessiert, der ist an der Hochschule Biberach mit ihrem spannenden Studienangebot richtig, mit dem sich die HBC erfolgreich in der bundesweiten Hochschullandschaft etabliert hat. Das Studienangebot ist praxis- und projektorientiert und erhielt wiederholt Bestnoten in den bundesweiten Rankings. Rund 2.500 Studierenden und 80 Professoren schätzen die hervorragende Ausstattung



Foto: HBC/Stefan Sättle

**International studieren:** Die Hochschule Biberach bietet das bundesweit einmalige Studienmodell Bachelor International an

in den Laboren und Ateliers, wie zum Beispiel für Design Thinking oder Gründungsinitiativen. Der Campus ist geprägt durch eine familiäre Atmosphäre, Lehrende und Lernende stehen im persönlichen Kontakt. Neben den klassischen Bachelor- und Masterstudiengängen bietet die

### INFORMATION

Die Hochschule Biberach präsentiert am 20. November ab 14 Uhr alles rund um ihre Studienangebote, alle Studieninteressierten sind dazu eingeladen.

[www.hochschule-biberach.de](http://www.hochschule-biberach.de)

HBC teilweise duale Studienmodelle an sowie den „Bachelor International“: ein Semester investieren – und ein Praxis- und ein Studiensemester im Ausland verbringen!

te

## STUDIS **AUFGEMERKT!**

**Habt ihr Lust, beim Studi@SpaZz mitzuschreiben? Meldet euch!**

Zwei Mal im Jahr, immer zum Anfang des Semesters, erscheint der Studi@SpaZz. Unter dem Motto »von Studis für Studis« erarbeitet eine kreative Redaktion aus Studentinnen und Studenten

### INFORMATION

Wenn du interessiert bist, schreib eine E-Mail mit ein paar Angaben zu dir an

Daniel M. Grafberger,

[redaktion@studispazz.de](mailto:redaktion@studispazz.de)

jedes Heft – von der Ideenfindung bei der Redaktionssitzung bis hin zum fertigen Artikel. Kreativität und Freude am Schreiben sind gefragt, die Arbeit wird natürlich honoriert.



WIR SUCHEN **VERSTÄRKUNG!**  
HAST DU LUST, MITZUARBEITEN?  
**SCHREIB UNS!**

# #BEORANGE

\* **ab**  
**€ 11,20**

\* Stehplatzticket  
ermäßigt

## DIE GRÖSSTE PARTY DER STADT!

WE **ARE** ONE

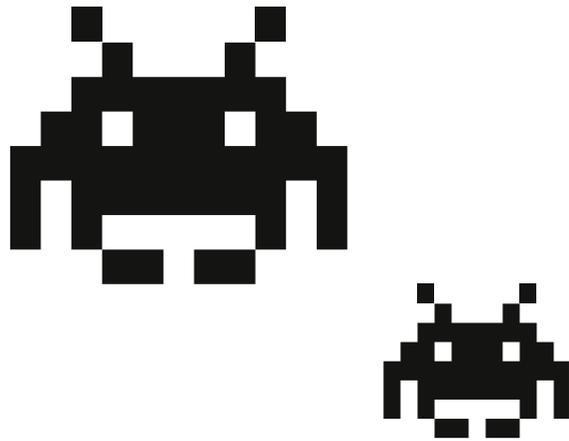


**TICKETS SICHERN UNTER**  
[ratiopharmulm.com](http://ratiopharmulm.com)



# ALLES NEU MACHT DAS WINTERSEMESTER

Die Welt der Unis und Hochschulen gilt oft als eingestaubt und fernab jeglicher Aktualität. Sie ist es nicht, wie die Einführung des **neuen BA-Studiengangs Game-Produktion und Management an der Hochschule Neu-Ulm** zeigt. **Studi@SpaZz-Autorin Sophia Kümmerle** hat sich mit Studiengangsleiter **Professor Dr. Philipp Brune** zum Interview getroffen



**Professor Dr. Philipp Brune:** Studiengangsleiter des neuen BA-Studiengangs Game-Produktion und Management

**Studi@SpaZz:** Herr Prof. Dr. Brune, mit diesem Wintersemester startet in Neu-Ulm ein neuer Studiengang: Game-Produktion und Management. Bedeutet das, der Fachkräftebedarf in diesem Bereich steigt?

**Professor Dr. Philipp Brune:** Wenn wir als Hochschule einen Studiengang einführen, überlegen wir generell, ob am Arbeitsmarkt und bei zukünftigen Studenten Potenzial und Interesse besteht. Zudem muss der Studiengang zur Hochschule passen. So wird es bei uns als Business School zum Beispiel vermutlich keinen neuen Ingenieur-Studiengang geben. Gerade die Gamingbranche hat sich in den letzten Jahren stark entwickelt und wird oft unterschätzt. Unternehmen wie Ubisoft und Electronic Arts sind keine Hinterhoffirmen mehr, sondern internationale Softwareunternehmen, ähnlich wie zum Beispiel SAP. Auch in ihren deutschen Niederlassungen suchen sie immer mehr Game Producer. Daher setzen wir gezielt auch auf eine überregionale Strahlkraft des Studiengangs. Zudem spielt das Thema Entrepreneurship im Studiengang eine große Rolle. Damit wollen wir gezielt die Gründerszene auch in unserer Region fördern.

**Wie läuft das ab, wie wird ein neuer Studiengang entwickelt?**

**„Ich habe mich für den Studiengang GPM in Neu-Ulm entschieden, da ich mich schon von klein auf für Games interessiert habe, aber die meisten Game-Studiengänge entweder oben im Norden waren, oder an einer privaten Schule angeboten wurden.**

**Ich konnte mir ein Studium an einer privaten Schule nicht leisten und wollte auch nicht allzu weit weg von meiner Familie ziehen.**

**Da für mich ein gewisser Teil an Kreativität im Studium nicht fehlen darf, habe ich mich ebenfalls für Digital Media in Ulm, Audiovisuelle Medien in Stuttgart und IMUK in Neu-Ulm beworben, habe mich dann aber für GPM entschieden.“**

*Michelle Ann Gentner (20) aus Gerstetten,  
GPM-Erstsemester*



## INFORMATION

**GPM –  
Game-Produktion und Management**

### Einzigartigkeit:

Der neue Studiengang konzentriert sich nicht auf den Software- oder Designbereich, sondern bildet Studenten zu Projektleitern mit breiten Kenntnissen verschiedener Bereiche aus.

### Voraussetzungen:

Interesse an Games, Mathematik und IT; Englischkenntnisse, da das 3. Studienjahr an der HNU auf Englisch gehalten wird, und die üblichen Voraussetzungen für ein Hochschulstudium

### Einschreiben:

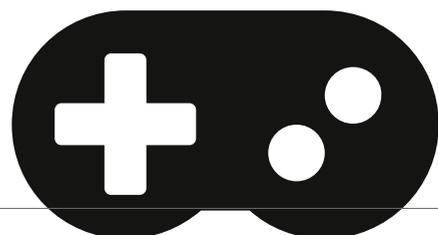
Bisher ist der GPM-Studiengang nicht zulassungsbeschränkt. Wer sich dieses Jahr beworben hat, hat einen Platz bekommen. Das kann sich in Zukunft allerdings ändern.

Alle Infos zur Einschreibung und zum Studiengang findest du auf: [www.hs-neu-ulm.de](http://www.hs-neu-ulm.de)

Generell sind wir als Hochschule frei darin, Studiengänge zu entwickeln. Nachdem ein Studiengang unsere internen Gremien durchlaufen hat, muss er dem Wissenschaftsministerium zur Genehmigung vorgelegt werden. Diese erhielten wir für GPM im Frühjahr und können daher jetzt starten. Ein Studiengang ist breiter ausgerichtet als eine Ausbildung, inhaltlich wurden also zuerst einmal die Grundlagen wie BWL, Mathematik, Projektmanagement und so weiter geplant. Für die branchenspezifischen Inhalte haben wir uns dann Rat bei Firmenvertretern geholt. Bei GPM werden wir in den ersten Semestern zudem viel mit Lehrbeauftragten aus der Spielebranche arbeiten müssen, da wir nun erst die eigenen Professuren aufbauen müssen und das Hintergrundwissen aus der Branche essenziell ist.

**Wo in Deutschland gibt es ähnliche Studiengänge? Was macht den GPM-Studiengang besonders?**

In Kempten findet sich Game Development, also Spieleprogrammierung. In Stuttgart gibt es Game Design und München hat ebenfalls viele Angebote in diese Richtung. Lange Zeit wurden einige dieser Studiengänge nur an privaten Einrichtungen angeboten. Mittlerweile gibt es zwar verstärkt staatliche Angebote, der GPM-Studiengang in Neu-Ulm ist aber einzigartig. Nur hier werden Kenntnisse aus Projektmanagement, Design, Informatik und Betriebswirtschaftslehre vereint. Wir haben sozusagen einen Hybrid aus bisher vorhandenen Studiengängen geschaffen. So sind Studenten auf eine Position als Projektleiter beziehungsweise Game Producer bestens vorbereitet, können aber auch in anderen Berufsfeldern in der Gaming-Branche oder verwandten Bereichen arbeiten.



# Voll abgezockt

Serie (12) – Wir haben uns auf die Suche nach interessanten Hochschulgruppen gemacht und stellen euch eine vor – heute: Die eSport-Hochschulgruppe Sparrows

Egal ob „League of Legends“, „Counter-Strike: Global Offensive“, „Overwatch“ oder „Rocket League“. Wer gerne zockt, findet bei der eSport-Hochschulgruppe „Sparrows“ der Uni Ulm zahlreiche Gleichgesinnte, die ihre Zeit auch gerne vor der Daddelkiste verbringen.

**eSport, kurz für** elektronischer Sport, beschreibt den sportlichen Wettkampf zwischen Menschen mithilfe von Computerspielen, und stellt damit – ähnlich wie Schach – eine Wettkampfform dar, die viele Fähigkeiten abverlangt, zum Beispiel Spielverständnis und taktisches Denkvermögen.

**Die Geschichte des eSports** geht bereits bis in die 1950er Jahre zurück und ist eng mit der Entwicklung von populären Videospiele, wie dem Tic-Tac-Toe-Spiel OXO oder Pong, bei denen Spieler gegeneinander antreten können, verbunden.

**Die Gründung der eSports-Gruppe Sparrows** an der Uni Ulm wurde im Wintersemester 2017/2018 durch – wie kann es anders sein – Studierende des Fachbereichs Informatik initiiert. Diese stellen von den 130 Mitgliedern, darunter 20 aktive Organisatoren, derzeit auch den Großteil dar. Prinzipiell sind aber weibliche und männliche Studierende aus allen Fachbereichen willkommen, denn „das Ziel ist es, Studierende mit gleichen Interessen uniweit zu verbinden“, erklärt Marc Fuchs, Mitglied der PR-Abteilung der Sparrows.

**Die zentralen Fähigkeiten** im eSport, darunter räumliches Orientierungsvermögen, Durchhaltevermögen sowie taktisches und laterales Denken, können im Rahmen von Trainingsveranstaltungen, die am Wochenende an der Uni stattfinden, geschult werden. An diesen Tagen können die Spieler ihre Hardware selber mitbringen. Auch die Spiele werden von den Zockern selbstständig erworben. „Die beliebtesten Spiele sind meist jedoch kostenlos oder recht günstig“, erläutert Marc Fuchs.

**Im Rahmen von Turnieren**, organisiert durch die „University eSport Germany“, kurz „Uniliga“, können die erlernten Fähigkeiten unter Beweis gestellt werden. Diese Turniere starten kurz nach Semesterbeginn und erstrecken sich meist über die gesamte Semesterdauer. Mitmachen dürfen eingeschriebene Studierende einer deutschen Hochschule. Die besten Teams werden sogar mit Preisgeldern belohnt! Geplant ist es, die großen Turniere mittels Public Viewing gemeinsam zu genießen!



## INFORMATION

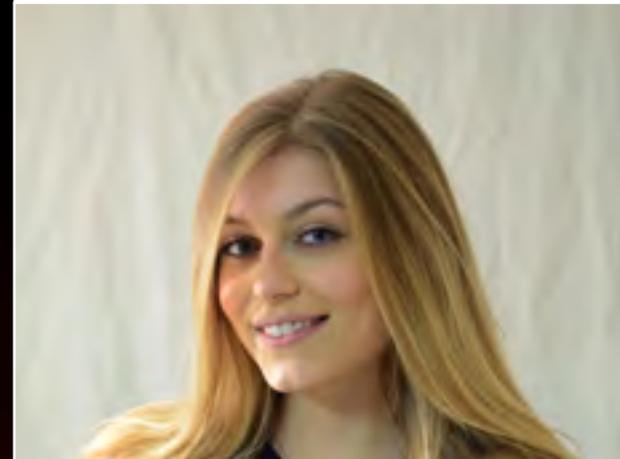
Wer gerne mit zocken möchte, erreicht die Sparrows mithilfe des Kontaktformulars auf der Homepage [www.sparrows-ulm.de](http://www.sparrows-ulm.de).

Die Termine für die zweiwöchig stattfindenden Sitzungen sowie der Zugang zum Teamspeak-Server sind ebenfalls unter dieser Adresse abrufbar.

## WIR ÜBER UNS

STUDI@SPAZZ-AUTOREN INTERVIEWEN SICH GEGENSEITIG

In dieser Ausgabe möchte **Teresa Elsäßer** alles von **Laura Federolf** wissen



**Studi@SpaZz:** Laura, nenne fünf Wörter, die dich am besten beschreiben:

Laura: Natürlich, offen, begeisterungsfähig, loyal, verpeilt  
**Welches ist deine Lieblingsserie?**

Game of Thrones

**Was ist deine Lieblingsjahreszeit und warum?**

Frühling. Man freut sich nach dem Winter über jedes bisschen Sonne, die ersten warmen Tage werden in vollen Zügen genossen und ausgekostet und man erlebt, wie die Natur aufblüht – ich selber oft mit.

**Wenn du drei Wünsche frei hättest, welche wären das?**

Weltfrieden. Soziale Gerechtigkeit. Beseitigung des Klimawandels.

**Was sind deine Hobbys?**

Ich bin ehrenamtlich im Jazzkeller Sauschdall tätig, außerdem mache ich gerne Yoga, gehe in die Natur und unternehme etwas mit Freunden.

**Spielst du ein Instrument?**

Ja, Klavier.

**Was magst du an Ulm?**

Die Menschen und die Donau.

**Kino oder Filmabend auf der Couch?**

Auf der Couch. Da kann man Pause machen, wenn man aufs Klo muss, und muss kein Vermögen für Snacks ausgeben.

**Hund oder Katze?**

Definitiv Hund.

## STECKBRIEF

**Name:**

Laura Federolf

**Geburtsdatum:**

20. April 1998

**Heimatstadt:**

Neu-Ulm

**Beruf/Studiengang:**

Theaterpädagogik

**Der AOK-Studentenservice.**

Mit unseren kostenlosen Webinaren, Online-Vorträgen, E-Books und praktischen Tipps machen wir Sie nicht nur fit fürs Studium. Wir sind auch bei allen Fragen rund um die Gesundheit persönlich für Sie da: online, telefonisch und vor Ort im AOK-KundenCenter. Mehr dazu unter [aok.de/bw/studenten](http://aok.de/bw/studenten)

AOK – Die Gesundheitskasse Ulm-Biberach

**Serie 3:** In jeder Ausgabe stellen wir euch Beschäftigte an der Uni vor

Wer sorgt eigentlich dafür, dass unsere Universität zu einem Ort wird, an dem Studierende nichts missen müssen (außer eventuell das gemütliche Bett zu Hause) und an dem sie um- und versorgt werden? Es sind nicht nur Studierende, Profs und Dozenten tagtäglich an der Universität unterwegs – nein, oft vergessen wir all jene Mitarbeiter, die uns das Leben als Studierende ein Stück weit leichter machen, die uns unterstützen, auch wenn wir sie nicht immer oder gar nie sehen. Deswegen diese Serie! **Studi@SpaZz-Autorin Christine Kulgart** stellt euch dieses Mal die **Gruppen- und KiTa-Leiterin Kerstin Olbrich** vor.

## Für die ganz Kleinen an der Uni

Was passiert, wenn es passiert ist? Passen Kind und Studium überhaupt zusammen? Im Gespräch mit **Studi@SpaZz-Autorin Christine Kulgart** räumt Gruppen- und KiTa-Leiterin Kerstin Olbrich mit elterlichen Sorgen auf. Die gelernte Ergotherapeutin und Erzieherin arbeitet seit Februar 2011 in der Kinderkrippe „Flohzirkus“ des Ulmer Studierendenwerks



**Kerstin Olbrich:**  
Gruppen- und KiTa-Leiterin

**Studi@SpaZz: Frau Olbrich, funktioniert die Kombination von Studium und Kind gut?**

**Kerstin Olbrich:** Ja! Es ist anstrengender, man muss Prioritäten anders setzen und das Studium verlängert sich eventuell, aber wir haben noch nie gehört, dass es gar nicht funktioniert. Wir hatten schon die Aussage, dass die Studienzeit die beste Zeit ist, um Kinder zu kriegen.

**Wie viele Kinder betreuen Sie gerade?**

Wir betreuen 20 Kinder im Alter von 0 bis 3 Jahren. Um das Kind hier betreuen zu lassen, muss mindestens ein Elternteil den Studierendenstatus haben. So lange dieser vorhanden ist, wird das Kind bis zur Vollendung des dritten Lebensjahres hier betreut.

**Wie sieht Ihr normaler Alltag hier aus?**

Als Leitung begrüße ich morgens alle. Das Schöne ist, dass wir eine kleine Einrichtung sind und alles überschaubar ist. Der persönliche Kontakt ist ganz wichtig. Um ruhig und gelassen in den Tag zu starten, gibt es das freie Spielen mit Kuscheln und Vorlesen. Es gibt Frühstück, dann den Morgenkreis als festen Punkt im Tagesablauf, um Rituale zu etablieren. Wir gehen mit den Kindern einkaufen, machen Sport und kochen mit ihnen. Die Bewegung an der frischen Luft ist wichtig. Aber wir geben den Kindern so wenig wie möglich vor, sie dürfen auch mal Langeweile haben oder sich streiten. All diese Sachen sind wichtig, um sich selbst zu entwickeln und verstehen zu können. Um halb zwölf gibt es Mittagessen, ab zwölf können Kinder wieder abgeholt werden. Die Eltern müssen die Kinder nicht bis 17 Uhr bei uns lassen. Manche Eltern müssen die volle Betreuungs-

zeit in Anspruch nehmen, andere Kinder werden schon nach dem Mittagessen geholt. Wir sind ganz flexibel. Es ist wichtig, die Eltern einzubeziehen, damit sie sehen, dass es ihrem Kind gut geht. Es spielt auch ein schlechtes Gewissen mit, dass sie ihre Kinder abgeben müssen.

**Was würden Sie Studierenden gerne sagen?**

Wir selber geben von uns sehr viel Persönliches preis, sonst klappt das Zusammenspiel mit den Eltern nicht. Jeder hat sein eigenes Lebenskonzept und man sollte sich davon nicht abbringen lassen. Man muss für sich selbst entscheiden, was gut für einen selbst und das Kind ist. Wir gewöhnen nicht nur das Kind ein, sondern auch die Eltern. Die ersten Lebensjahre sind die wichtigsten, und wir bemühen uns, dass den Kindern die Möglichkeiten gegeben werden, sich ganz normal wie jedes Kind zu entwickeln. Die Kinder sind danach selbstständig, selbstbewusst und ein Stück weit lebensfähiger. Ich schätze an unseren Eltern die Dankbarkeit, die uns entgegenkommt. Für uns ist es schön zu sehen, wie Eltern bemüht sind, unsere Ratschläge umzusetzen und selbst glücklich und zufrieden sind, wenn es funktioniert. Wir betreuen die Kinder, und sie sind das Wertvollste, was die Eltern haben. Deshalb ist unser Umgang mit ihnen wertschätzend, respektvoll und liebevoll.

**Wie nimmt man am besten Kontakt zu Ihnen auf?**

Erfahrungsgemäß rufen viele Eltern an. Man darf seine Anmeldung bei uns abgeben, sobald der Schwangerschaftstest positiv ist. Das ist wichtig, wenn man sein Studium planen möchte. Man darf auch gerne vorbeikommen, um zu sehen, auf was man sich einlässt.

### INFORMATIONEN

**Studierendenwerk Ulm**  
Kinderkrippe „Flohzirkus“  
Manfred-Börner-Straße 1-5  
89081 Ulm, Tel. 0731 5023835  
[www.studierendenwerk-ulm.de](http://www.studierendenwerk-ulm.de)



## DER WISSENS-COCKTAIL DER REGION FÜR FORSCHUNG UND ENTWICKLUNG!

Die Web-Plattform »nanuuu« hat sich am regionalen Markt für Wissenschaft und Forschung etabliert. »nanuuu« kann aber mehr als nur Internet. nanuuu« ist die übergreifende Standortförderung und Vernetzung von innovativen Einzelpersonen, Start-Ups und etablierten Unternehmen in der Innovationsregion Ulm/Neu-Ulm.

EINE IDEE IST NUR WIRKLICH GUT, WENN SIE NANUUU IST!

Bei Fragen wenden Sie sich an den Stadtentwicklungsverband Ulm/Neu-Ulm. Wir beantworten Ihnen gerne Ihre Fragen!  
Ulrike Sautter, [u.sautter@ulm.de](mailto:u.sautter@ulm.de)

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

# HIER KANNST DU SPAREN!



Egal ob zugezogen oder hineingeboren: Das Schwabenland ist dafür bekannt, dass man hier **gerne spart**. Gerade als Student ist das Geld vor allem zum Monatsende knapp. Dabei funktioniert ein Studierendenausweis als Multifunktionalität, wenn es ums Sparen geht. Studierende haben in Ulm und Neu-Ulm **viele Chancen, bei Freizeitaktivitäten und im Alltag** richtig zu sparen! **Studi@SpaZz-Autorin Christine Kulgart** hat einige Angebote zusammengetragen

## SCHWIMMBÄDER

Im **Donaubad** bekommen Studierende 1 € Rabatt auf jeden Eintrittstarif ins Erlebnisbad. Dienstags gibt es den Tarif „Tageskarte Erlebnisbad & Sauna“ für Studierende und Auszubildende für 15 €, sowie vier Stunden im Erlebnisbad für nur 7 €.

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

Seit dem 23. September 2019 ist das **Neu-Ulmer Hallenbad** wieder geöffnet. Da die Sanierungsarbeiten allerdings noch andauern, kostet der Eintritt für Studierende momentan nur 2,10 € anstatt regulär 2,60 €. Auch die Aqua-Fit-Kurse sind für Studierende günstiger.

Im **Bad Blau** in Baustein gibt es ebenfalls 1 € Ermäßigung auf alle Tarife. Die Rabatte gelten nur für Studierende bis 27 Jahre.

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

## KINOS & THEATER

**Xinedome:** Schüler und Studierende zahlen hier 6 € bzw. 6,50 € für eine Logenplatz. Am Kinotag (Montag und Dienstag) kosten Logenplätze 6 € und alle anderen nur 5,50 €.

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

**Dietrich Theater:** Bis zum 26. Lebensjahr zahlen Studierende hier von Mittwoch bis Sonntag vor 17 Uhr 5,50 €, danach 7,50 €. Montags beträgt der Preis 6,50 € und dienstags am „Halbprice Day“ nur 4,25 €.

[www.dietrich-theater.de](http://www.dietrich-theater.de)

**Theater Ulm:** Bis zum vollendeten 30. Lebensjahr erhalten u.a. Studierende zehn Minuten vor Vorstellungsbeginn Last-Minute-Cards für nur 6 €.

[www.theater-ulm.de](http://www.theater-ulm.de)

## ESSEN & TRINKEN

Gerade um Uni und Hochschulen herum gibt es oft günstigere Mittagsangebote für Studierende. Viele Döner-Imbisse haben einen **„Schülerkebab“**, der gegen Vorlage eines Schüler- oder Studierendenausweises bis zu 2 € günstiger ist.

Wer am Samstag richtig ausschlafen möchte, kann sich gleich danach auf den **Wochenmarkt** begeben: gerade kurz vor Schluss (13 Uhr) an vielen Ständen tolle Angebote, um sich günstig mit frischem Obst und Gemüse einzudecken.

[www.ulmer-wochenmarkt.de](http://www.ulmer-wochenmarkt.de)

Der Umwelt und dem Geldbeutel zuliebe: Kaffee oder Tee im Thermosbecher sicher und auslauffrei mitnehmen anstatt auf teure To-Go-Angebote zurückzugreifen. Wenn es doch mal schnell gehen muss: viele **Coffeeshops und Bäckereien** geben einen Rabatt, wenn man seinen eigenen Becher mitbringt.

## SONSTIGES

Im **Woolworth** in der Frauenstraße 1 in Ulm bekommen Studierende 10 % Rabatt auf ihren gesamten Einkauf. Hier gibt es u. a. Schreibwaren, Bastel- und Dekoartikel und sogar kleine Snacks.

**Online-Angebote** nutzen: Streamingdienste bieten oft Studierendentarife an, manche Versandhäuser verringern den Preis von Premium-Mitgliedschaften.

**App-tastisch:** Natürlich ist der Speicherplatz auf dem Smartphone chronisch voll, aber wer noch Platz hat, sollte nach Apps der Lieblingsläden oder Fastfood-Ketten Ausschau halten. Hier gibt es oft exklusive Rabattaktionen, Gratisartikel und andere Vorteile.

**Copyshops** spezialisieren sich auf das Drucken und Binden von Haus-, Bachelor- und Masterarbeiten. Deshalb gibt es auch hier meistens Studierendentarife, die das professionelle Binden günstiger machen.

Mit der **„My BahnCard“** der Deutschen Bahn fahren alle unter 27 Jahren ab 39 € im Jahr bis 25 bzw. 50 % günstiger. [www.bahn.de](http://www.bahn.de)

**Zeitschriften und Tageszeitungen** bieten meist Studierendenabos an, mit denen bis zu 50 % gespart werden kann.



**Von Schülern für alle:** Unter dem Motto „Alle fürs Klima“ folgten Ulmer aller Altersgruppen dem Aufruf zur Demonstration

## ULM FÜR PLAN(ET) A

Seit Monaten ziehen Schülerstreiks Aufmerksamkeit auf sich, doch nicht mehr nur Schüler nehmen an den freitäglichen Events teil. Was sich hinter **„Fridays for Future“** verbirgt, verrät **Oliver Schmidt im Gespräch mit Studi@SpaZz-Autorin Christin Schiele**

**Studi@SpaZz: Oliver, seit wann engagierst du dich bei „Fridays for Future“, was sind deine Aufgaben?**

**Oliver Schmidt:** Ich bin seit März dabei. Damals habe ich an einem Streik teilgenommen und wollte mich unbedingt einbringen. Da ich mich viel mit Fotografie und Film beschäftige, bin ich jetzt für die Social Media-Kanäle verantwortlich und mache die Marketing- und Presse-AG.

**„Fridays for Future“ ist eine große Bewegung geworden. Wie viele Personen sind in Ulm involviert? Sind das alles Schüler?**

Im Moment besteht unser Organisationsteam aus etwa 30 Leuten. Darunter sind hauptsächlich Schüler und junge Leute, die gerade Abitur gemacht haben. Für Unterstützung können wir uns an die „Scientists for Future“ wenden, die gibt es in Ulm auch, außerdem hat jede Ortsgruppe drei Delegierte, die auf Bundesebene agieren – über die sind wir mit den anderen Gruppen vernetzt. Trotzdem treffen wir die meisten Entscheidungen selbst und organisieren die Events eigenständig.

**Ihr engagiert euch in der Öffentlichkeit sehr laut für den Klimaschutz. Das wirft die Frage auf, ob ihr privat das gleiche Engagement zeigt?**

Wer sich in der Organisationsgruppe einbringt, hat sich auch persönlich damit auseinandergesetzt. Die meisten sind Vegetarier oder Veganer und ich kenne niemanden, der in den Urlaub geflogen ist. „Fridays for Future“ hat als Schülerstreik begonnen, weil es eben nicht die Jugendlichen sind, die große Konsumententscheidungen treffen oder an Wahlen teilnehmen können. Handeln müssen die, die jetzt in den entsprechenden politischen und wirtschaftlichen Positionen sind.

**Für was setzt ihr euch in Ulm ein?**

Besonders präsent ist zum Beispiel der Verkehr in und um Ulm. Anstatt zu versuchen, den Autofahrern entgegenzukommen, sollte mehr in Radwege investiert werden. Auch der öffentliche Nahverkehr hat noch große Lücken. Auch ich muss oft mit einem geliehenen Auto in die Stadt fahren, weil die Busanbindung der umliegenden Orte einfach nicht ausreicht und unzuverlässig ist. So geht es vielen: Wer außerhalb wohnt, ist gezwungen, mit dem Auto zu fahren. Damit die Menschen ihre Lebensweise verändern können, muss erst mal die Struktur dafür geschaffen werden – Schulzuweisungen bringen niemandem etwas.

## INFORMATIONEN

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

# JOBS / FINANZEN



Es gibt unterschiedliche Arten von Menschen und man merkt das ganz besonders in der Uni, denn jeder lernt unterschiedlich. Finde in diesem **Test von Studi@SpaZz-Autorin Sophia Kümmerle** heraus, welcher Lerntyp du bist. **Kreuze dazu je eine Antwort an und zähle zusammen, wie oft du a, b oder c gewählt hast.**

## WELCHER LERN TYP BIST DU?

## DIE FRAGEN

### Woher weißt du, wann Prüfungen sind?

- a) Hallo? Schreib ich mir am Anfang von jedes Semesters natürlich sofort auf!
- b) Wenn sich die Prüfungsphase nähert, schreib ich mir die Daten auf. Reicht locker.
- c) Wenn jemand in WhatsApp schreibt: „Was lernt ihr für morgen?“

### Wenn Prüfungen anstehen, wie lernst du?

- a) Ich plane alles um meine Lerneinheiten herum, stehe früh auf, um den Tag optimal zu nutzen, und streiche mein Freizeitprogramm für die Prüfungsphase. Lohnt sich!
- b) Ich frag mal rum, ob jemand schon Zusammenfassungen für die Fächer hat. Ansonsten schreibe ich meine eigene. Und danach dann eben alles durchgehen und lernen.
- c) Kurz vorher mal alles durchlesen?

### Montagsmorgen, 8 Uhr, Statistikvorlesung. Was machst du?

- a) Ich bin da und frage direkt nach, wenn ich was nicht verstehe. Wie in jeder anderen Vorlesung eben auch.
- b) Ouch, das ist ätzend. Weil's Statistik ist, schlepp ich mich hin, schlaf dann aber vermutlich eh verkatert hinten ein. Wenigstens war ich da.
- c) Wenn ich vor 11 Uhr Vorlesungen hab, verschlaf ich die eigentlich immer.

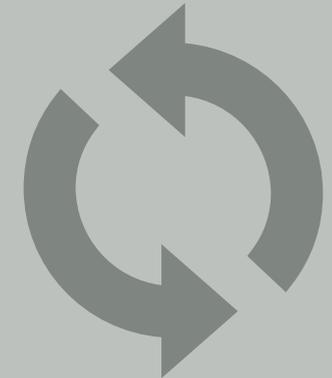
### Wie läuft's mit deiner BA?

- a) Die Schwester meiner Tante aus den USA liest sie gerade Korrektur. Ich habe auf Englisch geschrieben.
- b) Ganz okay, ich habe mein Thema und die Überschrift habe ich auch schon geschrieben.
- c) Frag nicht.

### Du bist in München. Es ist Oktoberfest. Du hast nächste Woche deine große mündliche Abschlussprüfung. Was machst du?

- a) Lernen natürlich, ich habe den Tag schließlich im Lernplan eingeplant – und zwar von morgens bis abends. Oktoberfest ist jedes Jahr, mein Abschluss nur einmal. Und Bier mag ich eh nicht.
- b) Ich würde schon total gerne gehen, aber weil's die Abschlussprüfung ist, lern ich doch lieber. Ich hätte da jetzt keinen Spaß.
- c) Saufeeen! Morgens, mittags, abends ich will saufen. Und das mach ich auch. Die Prüfung klappt schon irgendwie.

## DAS ERGEBNIS



**Überwiegend c:** **Der "Student"**  
Du nimmst das Studium mäßig ernst, die Uni ist eher was, was du so nebenher machst. Irgendwas muss man ja machen. Und ich mein, du hast dich ja schon eingeschrieben, jetzt ist dann auch langsam gut. Weil ... durchkommen wirst du vielleicht trotzdem, ja. Und vom Burnout bist du weit entfernt – aber eben auch von einem guten Abschluss. Tu dich mit einem Streber zusammen. Jedes dritte Mal, wenn er lernt, lernst du mit. Und guck die Streber nicht so verachtend an. Die haben zwar nicht so viele Partyfotos auf dem Handy, aber sicher mehr Punkte in der letzten Prüfung gehabt.

**Überwiegend a:** **Study-Life-King/Queen**  
Wow, du scheinst den Bogen raus zu haben! Nicht zu sehr stressen lassen, aber die Uni trotzdem nicht schleifen lassen. Deine Eltern sind sehr stolz. Deine Freunde auch. Du bist also auf dem richtigen Weg – weitermachen. Und vielleicht ziehst du mal den Streber in deinem Freundeskreis mit auf die nächste WG-Party. Nach 'ner Runde Beer Pong kann man sich mit dem auch ganz gut unterhalten.

**Überwiegend b:** **Geborener Streber**  
Du bist schon bei deiner Geburt überpünktlich gewesen und hast im Kindergarten anderen Kindern die Regeln erklärt. Heute legst du alles daran, auch in der Uni die Nase vorn zu haben. Himmel, klingt das anstrengend! Atme mal tief durch und iss ein Sandwich. (-) Mit etwas weniger Stress klappt's auch. Und ja, man kann in der Prüfungsphase auch mal was trinken gehen – du bestehst trotzdem. Versprochen.

# ZWISCHEN SINNKRISE UND KOMPROMISS

**Studi@SpaZz-Autorin Sarah Berghoff** berichtet von ihrem Übergang vom Studium ins Berufsleben

**Plötzlich habe ich** geschafft, worauf ich dreieinhalb Jahre hingearbeitet habe: Nachdem der Bachelor abgegeben und die Exmatrikulation offiziell waren, wurde schnell klar, dass das schöne Studentenleben jetzt ein Ende hat. Unter meinem Bachelor of Arts in Informationsmanagement und Unternehmenskommunikation lässt sich sehr viel verstehen und es ist kein Leichtes, aus den zusammengewürfelten Fächern herauszufinden, worin man sich auszeichnet. Im Studium erzählen sie einem, dass „der Studiengang weltweit Türen öffne“ und an „agile und moderne Arbeitsweisen angepasst ist“. Nette Information, doch wie finde ich so meinen künftigen Arbeitgeber? Es gibt sie, die schon von Beginn an wissen, wo es sie beruflich hintreibt, und die bewusst von Dozenten gefördert oder vermittelt werden. Denen, den es nicht gelingt, sich zurechtzufinden, die sollen sich im Praxissemester beruflich orientieren: Wer jedoch auch hier wenig Glück mit Beruf oder Arbeitgeber hat, dem bleibt die Chance auf Übernahme verwehrt. An dieser und vielen weiteren Stationen im Laufe des Studiums klopft die Sinnkrise an: Nach dem Abschluss stehst du da und fragst dich, was du eigentlich konkret gemacht hast? Nur leider gab es in meinem Fall nicht die Option auf eine Auszeit, um mir im Klaren darüber zu werden, wohin es gehen soll. Nein, ohne Ersparnisse oder familiäre Unterstützung funktioniert das einfach nicht.

**Zurück zum Berufseinstieg:** Als ich mit einem mittelmäßigen Abschluss in der Realität angekommen war, wurde mir schnell klar, dass es keine leichte Aufgabe sein würde, einen Job zu finden. Während der Suche habe ich feststellen müssen, wie faszinierend irreführend heute einige Berufsbezeichnungen – „Media Buyer“ oder „Brand Performance Manager“ – sind. Hinzu kommt, dass die meisten Stellenausschreibungen langjährige Berufserfahrung voraussetzen und die Anforderungen an Bewerber offensichtlich den Rahmen der Vernunft sprengen. Besonders für Berufseinsteiger sind die Einstiegsbarrieren schwer zu überwinden. Für uns



**Berichtet von ihrem Start**

**ins Berufsleben:**

Studi@SpaZz-Autorin Sarah Berghoff

Studenten bedeutet das nicht weniger, als dass wir erstmal Kompromisse eingehen und uns mit Praktika oder Volontariaten herumschlagen müssen. Wenn das mal kein großer Widerspruch in einer deutschen Wirtschaft ist, die händeringend nach Fachkräften sucht – obwohl Berufseinsteiger neben frischem Wind auch neue Ideen in Unternehmen bringen.

**Relativ bald kam** ich zu einem Volontariat in einer Ulmer Presseagentur. Als PR-Beraterin organisiere ich das Social-Media-Management, übernehme redaktionelle Verantwortung, betreue und berate Kunden. Eine Berufung, die zu Beginn nicht hundert Prozent meinen Wünschen entsprach, kennzeichnet heute mein Profil und schärfte Fähigkeiten, die ich woanders wohl kaum so präzise herausgearbeitet hätte. Sollte es nach dem Studium mal nicht nach Plan laufen, nutzt die Zeit aktiv für persönliches Wachstum, arbeite eure Stärken heraus und begreift die Situation als Hilfsmittel, um anschließend euren eigenen Berufsweg einzuschlagen.

## PROFFILE <sup>FF</sup>



**Finde Deinen Arbeitgeber, der zu Dir passt**

**PROFFILE.DE/MAPS**  
stöbern, suchen, finden

[www.proffile.de](http://www.proffile.de)    [proffile\\_de](https://www.instagram.com/proffile_de)

# MEHR BERUFUNG ALS BERUF

Im vierten Teil unserer Serie erzählt Bestattungsfachkraft **Julia Ordemann (20)** von ihrem Beruf. Sie begann im September 2017 ihre Ausbildung. Auf den Beruf kam sie zufällig durch Ferienarbeit in der zehnten Klasse auf dem Friedhof in Donauwörth. Neben der Grabpflege bekam sie dort bereits erste Einblicke ins Bestattungswesen. **Der Wunsch, Bestatterin zu werden, blieb bis zum Abitur.** „Ich bin superglücklich in dem Beruf – aber es ist mehr Berufung als Beruf“, sagt Julia selbst



**Studi@SpaZz: Julia, was sind die Voraussetzungen, um Bestattungsfachkraft zu werden?**

**Julia:** Man sollte nicht unbedingt zwei linke Hände haben, also handwerkliches Talent, Empathie und Flexibilität durch den Bereitschaftsdienst. Wir haben eine Woche im Monat Bereitschaft, sieben Tage, 24 Stunden. Wenn Angehörige oder die Polizei anrufen, rücken wir aus. Mal sind es fünf Sterbefälle in der Woche, dann wieder sehr viel mehr.

**Wie sieht dein normaler Arbeitsalltag aus?**

Um 7 Uhr fangen wir an, bis 16 Uhr, freitags bis 13:15 Uhr. In einer Woche ohne Bereitschaftsdienst gehören Beerdigungen, Urnengräber machen, Urnenfeiern, Rasenmähen und andere Friedhofsarbeiten draußen im Grünen dazu.

**Was machst du am liebsten, was nicht so gerne?**

Bei Abholungen mit den Angehörigen sprechen und die hygienische Versorgung. Ich bin aber auch sehr gerne draußen im Grünen in Arbeitsklamotten, mache Urnengräber und bin von oben bis unten dreckig. Das gefällt mir so gut an dem Beruf: Man hat das Handwerkliche, die Bürotätigkeit und die Arbeit mit Menschen. Die Kombination macht den Beruf so schön. Rasenmähen mag ich nicht so. Aber eigentlich macht das auch Spaß, weil es ein Ausgleich ist. Wenn man Kinder und Babys beisetzen muss, ist das ein sehr sensibler Bereich, aber das ist der Job.

**Gibt es auch Studierende, die sich für den Beruf entscheiden?**

In der Berufsschule (in Bad Kissingen) gab es jemanden, der Geologie studiert hat. Eine andere hat angefangen, Medizin zu studieren, ist aber über die Rechtsmedizin zum Beruf gekommen. Die Leute kommen aus allen Bereichen.

**Was ist die größte Herausforderung?**

Die Empathie. Den Angehörigen nicht zu nah zu kommen, aber trotzdem für sie da zu sein.

**Kannst du nach Feierabend einfach abschalten?**

Ja, ich fahre dann nach Hause, mach etwas mit meinen Freunden und gehe in die Landjugend. Klar kommt es oft vor, dass man jemanden am Wochenende in der Disco kennenlernt und die fünfte Frage ist, „was arbeitest du?“ Dann fängt die Fragerei natürlich an. Wie, mit Toten? Man redet dann eben eine Stunde nur darüber, aber das ist in Ordnung.

**Wie hat dein Umfeld deine Berufswahl aufgenommen?**

Gut! Mein Bruder macht immer Späße, ich soll ihn nicht anfassen. Aber meine Freunde und Familie stehen voll hinter mir. Ich habe nur positive Erfahrungen gemacht.

**Möchtest du dich noch fortbilden?**

Ich würde gerne Bestattermeisterin werden. Damit warte ich aber noch zwei Jahre. Das sind vier Module. Zwei kann man bei der Handwerkskammer zu Hause machen, und zwei sind in Münnerstadt. Die dauern ein Jahr in Teilzeit.

**Was ist anstrengender, Berufsschule oder Arbeit?**

Ich war viel lieber hier als in der Berufsschule. Mit Abitur kann man die Lehrzeit verkürzen. Die reguläre Lehrzeit ist drei Jahre, mit Abitur nur zwei. Mit Antrag beträgt die kürzeste Lehrzeit eineinhalb Jahre.

**Gibt es viele, die während der Ausbildung aufhören?**

Ja, wir waren am Anfang 30 und am Ende 24 in der Klasse. Man merkt am Anfang, wenn das nichts für einen ist.

*Das Gespräch führte  
Christine Kulgart*

## INFORMATIONEN

In Münnerstadt befindet sich der weltweit einzige Lehrfriedhof als Teil des Bundesausbildungszentrums der Bestatter

# JAVA DEVELOPERS

## Wir

- sind vorwiegend Informatiker (m/w), aber auch Quereinsteiger, Strategen, Macher, Querdenker und Nerds
- haben unterschiedliche Altersgruppen und viele Nationen
- sind stark durch die Vielfalt unserer Kollegen
- haben eine außergewöhnliche Erfolgsgeschichte

## Du

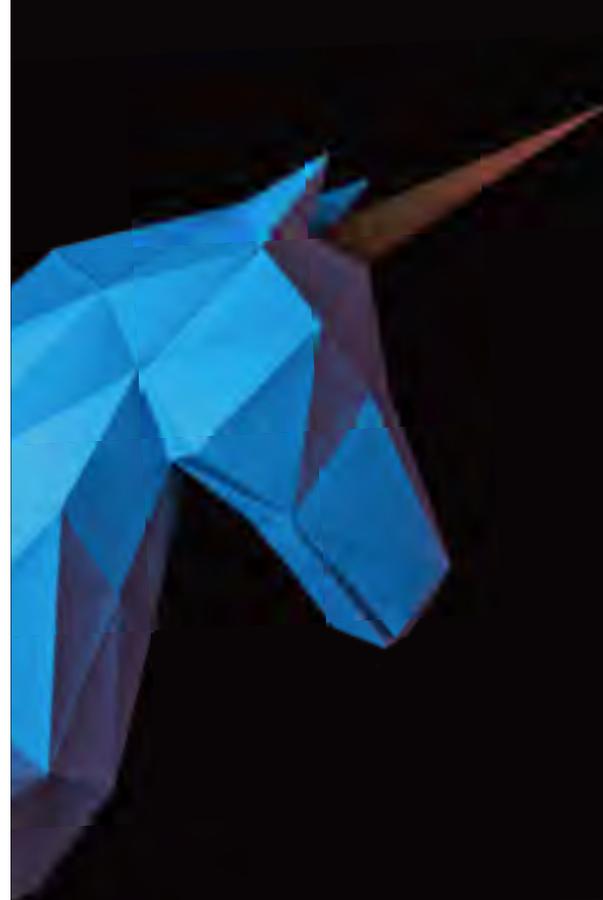
- hast ein abgeschlossenes Studium im Bereich der Informatik oder eine abgeschlossene IT-Ausbildung
- schreckst nicht vor anspruchsvollen Aufgaben zurück
- hast Herzblut für Java, Clean Code, Eclipse, Continuous Delivery, C#, Ansible, Angular und Cloud-Technologien
- arbeitest gerne in internationalen Teams
- kannst mit High-End-Notebooks umgehen
- bist bereit für Weiterbildung, Fachkonferenzen und Workshops
- kannst dir vorstellen an unseren Team-Events teilzunehmen
- kannst dich in deutscher und englischer Sprache gut verständigen

... dann melde dich!

**Deloitte innoWake GmbH**

Robert-Bosch-Straße 1  
89250 Senden  
www.ride-the-wake.de

Monika Hefe  
mhefele@deloitte.com  
07307 92 190 0



## EHRENAMTLICHES ENGAGEMENT IN ULM

Neue Serie – ab sofort stellt euch **Studi@SpaZz-Autorin Laura Federolf** in jeder Ausgabe eine Institution vor, bei der ihr euch engagieren könnt. **Dieses Mal: Engagiert in Ulm e. V.**

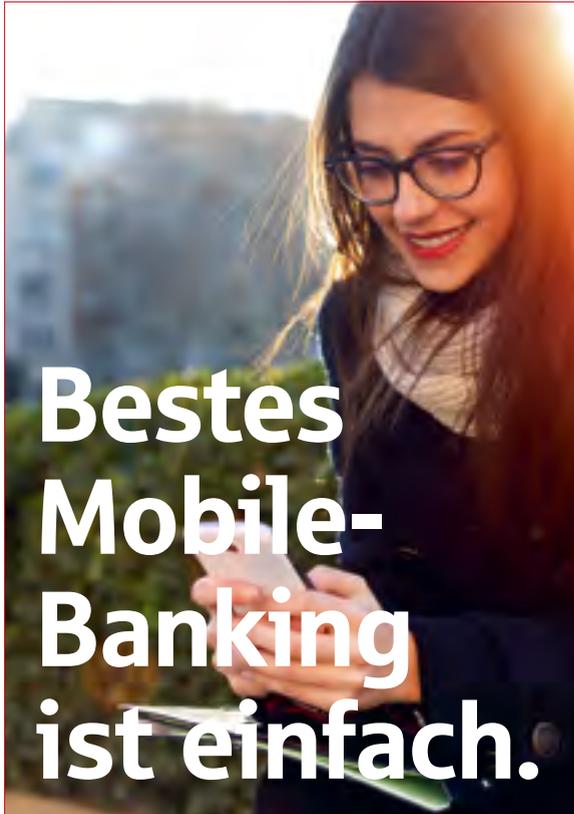


**Freiwilliges Engagement bereichert** in unterschiedlichsten Facetten unseren Alltag. Für die Region Ulm gibt es sogar einen Verein, dessen zentrale Aufgabe es ist, die 228 Angebote für Freiwilligentätigkeiten zusammenzuführen und an den Mann zu bringen. Engagiert in Ulm e.V. schreibt Kurzeitengagements aus sowie eine Liste mit Vereinen und öffentlichen Einrichtungen, die dauerhaft Unterstützung in allen Bereichen suchen.

**Diese Tätigkeiten können** regional sein, wie zum Beispiel Gärtnern, PC- oder Sprachkurse, Yoga-Kurse oder Tätigkeiten mit Kindern. Mittlerweile gibt es aber auch viele überregionale oder internationale Angebote: Es gibt Vereine, die sich gegen Rassismus oder für Menschen- und Kinderrechtsarbeit in der ganzen Welt engagieren.

**Obgleich du wöchentliche** Kleinigkeiten erledigst oder ganz vorne mit dabei ist, die Welt zu verbessern: von deiner Investition in ein Ehrenamt profitiert nicht nur die Gesellschaft, sondern vor allem auch du.





### Die Sparkassen-App wurde vom Wirtschaftsmagazin „Capital“ mit der Höchstnote ausgezeichnet.

Nutzen auch Sie Deutschlands bestbewertete Banking-App.




Bestes Mobile-Banking ist einfach.

## WAS TUN NACH EINEM STUDIENABBRUCH?

**28 Prozent der Studierenden aus Bachelorstudiengängen** verlassen Universitäten oder Hochschulen ohne Abschluss, wie das Bundesinstitut für Berufsbildung in seinem Expertenmonitor feststellt. Die Ursachen sind vielfältig. **Ein Studienabbruch bedeutet nicht das Ende** einer erfolgversprechenden Zukunft, sondern ist eine **Chance für einen Neustart**

**Eine duale Ausbildung** bietet dazu hervorragende Karriereperspektiven. Die IHK hilft bei der Wahl des richtigen Ausbildungsberufs und bei der Suche nach geeigneten Ausbildungsunternehmen. Der Bedarf an Unterstützung ist auch bei dem Angebot der IHK Ulm „Neue Ziele im Blick. Studienabbruch – Chance auf Veränderung“ spürbar. Denn seit Januar 2017 haben rund 285 Studierende, die einen Studienabbruch in Erwägung ziehen oder bereits ihr Studium abgebrochen haben, auf der Suche nach einer neuen beruflichen Perspektive dieses Angebot wahrgenommen. Davon konnte ein Viertel der Studienabbrecher/innen erfolgreich in eine duale Ausbildung starten. Hilfreich hierfür war neben der Beratung unter anderem die Veranstaltung „Speed-Dating für Studienabbrecher“, bei der Interessierte innerhalb von 10 Minuten ein Vorstellungsgespräch direkt mit Personalverantwortlichen von Unternehmen aus der Region führen können. Die Veranstaltung findet zweimal im Jahr statt. Neben individuellen Beratungsgesprächen, Informationsveranstaltungen und Hilfe beim direkten Berufseinstieg hat die IHK ein neues Projekt entwickelt, um die duale Ausbildung für Studienzweifler oder Studienabbrecher attraktiv zu gestalten. Das neue Angebot „BLITZ: IT-Ausbildung auf der Überholspur“ führt die IHK in Kooperation mit der Robert-Bosch-Schule seit dem Ausbildungsbeginn 2018 durch.

**In nur zwei Jahren** kann die Ausbildung zum/zur Fachinformatiker/in für Anwendungsentwicklung (FI-Anw.) und neu seit 2019 die Ausbildung zum/zur Fachinformatiker/in für Systemintegration (FI-Sys.) in einer speziellen Schulklasse mit verdichtetem Unterrichtsstoff und zusätzlichen Inhalten sowie einer Spezialisierung in C# (FI-Anw.) oder in Netzwerktechnik der Cisco Networking Academy (FI-Sys.) durchlaufen werden. *te*



**Berät im Falle eines Studienabbruchs:**  
Paula Amann von der IHK

### INFORMATION

Ansprechpartnerin bei der IHK Ulm:

**Paula Amann**  
Tel. 0731/173-252  
[amann@ulm.ihk.de](mailto:amann@ulm.ihk.de)  
[www.ulm.ihk24.de/studienabbruch](http://www.ulm.ihk24.de/studienabbruch)

[www.mitgehboerse-ulm.de](http://www.mitgehboerse-ulm.de)



Gemeinsam macht Kultur mehr Spaß!  
Info-Film anschauen.



mitgeh  
börseulm

Kultur gemeinsam erleben

ulm

# WOHNEN / LEBEN

## DER GROSSE STUDI@SPAZZ RESTAURANT-TEST

### SUPPEN- & EINTOPF-CHECK

**Du wirst zur Diva?** Schnapp dir einen Schokoriegel! **Du brauchst Denkpower-Nachschub?** Warum meinst du, heißt eine Nussmischung „Studentenfutter“? **Du hast einen Kater?** Warte besser mit dem Essen, bis es auch drinbleibt! **Du frierst und deine Füße sind kalt?** Eine Suppe wärmt von innen! Das richtige Essen zur richtigen Zeit ist essenziell und behebt die meisten unserer Probleme. Dieser Logik folgend, haben wir dieses Mal das weitverbreitete Phänomen des Frierens und der kalten Füße beleuchtet, das häufig bei Mädels auftritt. **Wo ihr nun die besten Suppen und Eintöpfe in Ulm bekommt, hat das Studi@Spazz Team für euch ausgelöffelt**

#### MATROSKKA IN DER „HALLE“



Die Welt zu Hause in einer Halle – Der Halle. Ein simples Konzept mit großer Auswirkung auf seine Besucher. So muss sich niemand mehr vorab entscheiden, auf welche Landesküche er Lust hat. Neben russischen Schmankerln brutzeln, köcheln und schmelzen auch lateinamerikanische, vietnamesische, türkische und eritreische Gerichte vor sich hin. Da Russland offensichtlich sehr kälte-erfahren ist, wenden wir uns vertrauensvoll an das „Matroschka“ und eine Soljanka (6,50 €) mit herzhafter Fleisch- und Wursteinlage. Eine Suppe, die würzig und von Sauerrahm dominiert die körpereigene Heizung anwirft. Ebenso famos gefällt uns die ungarische Gulaschsuppe mit Nockerln (6,90 €). In Schwaben besser bekannt als „Spätzle“.

**Info:** Heigeleshof 5, 89073 Ulm



#### MYHA



Die Sedelhöfe am Bahnhof nehmen Gestalt an und mit dieser rauben sie als riesige Baustelle dem winzigen Myha die Sonne. Davon lässt sich hier aber niemand die Laune vermiesen und alle genießen die authentische vietnamesische Küche im Inneren. Wer hätte das gedacht: Das Nationalgericht Vietnams ist doch tatsächlich eine Suppe: Pho. Mit diesem weit entfernten Land verbindet man doch eher ein warmes Klima. Wie passt denn da eine Suppe dazu? Vielleicht sollten wir noch viel weiter gehen und Suppe als Allzweckwaf-

fe anerkennen? Die Reisbandnudelsuppe im Myha mit Tofu, Koriander und Frühlingszwiebeln (7,50 €), hat sich von der tristen Baustelle gegenüber leider anstecken lassen und wurde etwas karg und ohne weiteres Gemüse und Schnickschnack serviert.

**Info:** Olgastraße 64, 89073 Ulm; Tel. 0731 1405277



#### HACKER-PSCHORR

Das bayerische Wirtshaus im Herzen Ulms besticht mit einer gemütlichen Atmosphäre und pffiffigem Service. Natürlich kann Bayern auch Suppen und fährt mit der hausgemachten Gulaschsuppe mit frischem Mischbrot (4,90 €) auch große Geschütze im kleinen Maßstab auf. Einwandfrei das kräftige Süppchen mit geschmortem Ochsenfleisch, Paprika und Kartoffeln. Diese wünscht man sich als Hauptspeise. Doch mit den Südtiroler Schlutzkrapfen mit Ricotta und Spinatfüllung und Parmesan-Spänen (10,50 €) haben wir eine ebenso gute Wahl getroffen.

**Info:** Sterngasse 17, 89073 Ulm; Tel. 0731 1552222



#### MEDITERRAN TUANA



Die Edelson der Döner-Bude hat die Dönerkultur in Ulm revolutioniert. Einen simplen Döner bekommt man im Mediterranean Tuana natürlich immer noch. Das Angebot hat aber drastisch an Feinschliff gewonnen. Für den Riesenhunger in vegetarisch bestellt man sich hier den Falafel-Teller (8 €). Obwohl der ganze Spaß aus einer Salat-Variation besteht, macht die schiere Portionsgröße mehr als satt. Für den kleineren Hunger gibt es eine Linsensuppe (4,50 €) mit wiederum ausreichend Fladenbrot. Doch Vorsicht: Linsen sind für manch einen eine heikle Geschichte ...

**Info:** Frauenstraße 32, 89073 Ulm, Tel. 0731 7157373



#### ASIA VAN



Noch vor einigen Jahren ein absoluter Geheimtipp in Ulm, ist das Asia Van jetzt ein absolut überlaufenes vietnamesisches Restaurant, das immer noch eine gute Küche im Angebot hat. Für die Pho mit Hühnchen (10,50 €) muss man allerdings ein absoluter Koriander-Fan sein, ansonsten geht man besser zu einem feurigen Thai-Curry über.

**Info:** Hoheschulgasse 1, 89073 Ulm; Tel. 0731 6027600



#### BARFÜßER



Ein gemütlich-modernes Interieur schmiegt sich harmonisch um den Sudkessel. Ganz recht, ihr habt richtig gelesen, denn hier wird im Haus das berühmte Barfüßer-Bier gebraut. Frischer geht es gar nicht. Und wer sein eigenes Bier braut, hat per se einen großen Stein im Brett. Hinzu kommt eine Küche, die bis auf den, für unseren Geschmack, großzügigen Salz-Gebrauch im Haxentopf (7,90 €) mit Paprika, Kartoffeln und frischem Weizenbrot alles richtig macht.

**Info:** Neue Str. 87-89, 89073 Ulm, Tel. 0731 60265615



## SASKIA – ODER MIT LEUCHTENDEN FARBEN IN DEN HERBST!

Das große Styling und Shooting bei Elmas Genisyürek im Salon „Elmas G.“ im Hafenbad

### INFORMATION

#### Elmas G.

Hafenbad 14  
89073 Ulm  
Tel. 0731 1453137  
elmas-g.de

Ein Mittwochabend im Oktober, die Tage werden kürzer, da darf es für den Herbst doch gerne ein Umstyling sein – mit passenden Farben, die kraftvoll leuchten. Nach kurzer Beratung mit Elmas und

seinem Team geht es los. Die Auszubildenden Elena, Jana und Latifa zeichnen heute verantwortlich. Ein wenig Wellness gibt es zu Beginn: Die Haare werden gewaschen und Latifa zupft Saskia die Augenbrauen. Natürlich muss der Look zu Saskia passen, der Schnitt soll alltagstauglich sein, aber auch die natürliche Sprungkraft der Haare fördern. Farblich werden es warme Kupfertöne, die Haut und Augen schmeicheln. Elena bereitet die Farbe vor und setzt mit Jana zusammen die Strähnchen. Auch das finale Styling mit Powerlocken übernehmen die beiden, bevor Latifa für das perfekte Make-up sorgt. Und, wie findet ihr Saskias neuen Look? Wow, oder?

Bericht und Fotos: Daniel M. Grafberger



Vorher – nachher: Saskia

### SASKIA ROHNERT, 34 JAHRE

Saskia hat schon einiges erreicht: Eine Ausbildung zur staatlich geprüften Grafikdesignerin, einen guten Job, sie ist verheiratet und hat zwei Kinder – eine Tochter mit 7 und einen Sohn mit 5. Nach ihrem Job in der Industrie, zwei Elternzeiten, der Rückkehr in den Job und dem Wechsel in eine Werbeagentur wollte sie es mit 31 aber nochmals wissen, sich weiterentwickeln und begann das Studium „Informationsmanagement und Unternehmenskommunikation“ an Hochschule Neu-Ulm. Mit Kindern ist das Studium nicht ganz so linear, so studiert sie seit 6 Semestern, ist formell im 3. Fachsemester, hat aber auch schon Kurse aus dem 5. und 6. Semester belegt. Durch ihre Erfahrung konnte sie im 2. Semester bereits als Tutorin für Drittmester arbeiten. Bei allem steht aber immer die Familie an erster Stelle und wenn – akribisch vorgeplant – Zeit ist, besucht sie sehr gerne Musicals – als Nächstes „Harry Potter“ in Hamburg.



Unser Titel-Modell Saskia (3. von links):  
Mit Elmas, Latifa, Jana und Elena (von links)

### Hol dir den Titel!

Dein Gesicht auf dem Titelbild der Sommersemesterausgabe!



Bewirb dich als Titel-Modell für die kommende Ausgabe des Studi@Spazz, Sommersemester 2020!  
Du bist mindestens 18 Jahre alt, studierst bereits oder möchtest studieren?  
Schreibe eine E-Mail mit Foto von dir an [redaktion@studispazz.de](mailto:redaktion@studispazz.de).  
Anmeldeschluss 28. Februar 2020



**AKTFOTOGRAFIE**  
Akt-Fotoshootings auf TfP-Basis möglich | ohne Kosten – Infos & Referenzen siehe Website | [www.dmg-fotografie.de](http://www.dmg-fotografie.de)



**FOTOGRAFIE**

# Peilid Peilidn k b m o aahar von Kon!

## THAILÄNDISCHES 3-GÄNGE-MENÜ FÜR 3 PERSONEN



Kaum geht das neue Semester los, ist man eigentlich schon wieder reif für den Urlaub. Kein Problem, mit diesem thailändischen Drei-Gänge-Menü von **Studi@SpaZz-Autorin Sophia Kümmerle** träumt ihr euch ganz easy in die Ferne.



\* Man könnte statt eines Mixes die Sauce natürlich auch selber herstellen aus Tamarinden-Paste, Sojasauce und Fischsauce. Da Gewürzmischungen in der asiatischen Küche aber einen ganz anderen Stellenwert haben als bei uns und viele Asiaten sie selbst nutzen, kann man sich's hier auch einfacher machen. Empfehlenswert ist dieser Mix hier aus dem Asialaden.



Tod Man Khao Pod

### VORSPEISE: **TOD MAN KHAO POD** THAILÄNDISCHE MAISK CHLEIN

**Zutaten:** 1 Dose Mais (280 g), 70 g Mehl, 1 Ei, 1 TL Zucker, 1 TL Fischsauce, 1 Knoblauchzehe, 1 Messerspitze rote Thai-Curry-Paste, 1 Lauchzwiebel, S ssauer-Sauce

**Zubereitung:** Die Hälfte des Mais' in ein großes Gefäß geben. Alle anderen Zutaten, bis auf die S ssauer-Sauce, dazugeben. Mit einem Pürierstab zu einer Masse verarbeiten. Dann den übrigen Mais dazugeben. Lauchzwiebel in feine Ringe schneiden und ebenfalls unter die Masse mischen. Alles nochmal verrühren. Öl in einer Pfanne erhitzen und jeweils einen Esslöffel der Masse pro Küchlein hineingeben, dann mit der Rückseite des Löffels flach drücken. Hellbraun braten und mit der S ssauer-Sauce servieren.



Pad Thai

### HAUPTSPESIE: **PAD THAI \*** MIT HUHN UND TOFU

**Zutaten:** 200 g Tofu, 200 g Hühnerbrust, eine Handvoll breite Reisbandnudeln, 1 Ei, 1 Packung Pad-Thai-Mix\*, eine Handvoll gehackte Erdnüsse, 1 Limette, 3 Zwiebelr llchen, 1 T te Bohnensprossen

**Zubereitung:** Die Nudeln mit kochendem Wasser  bergie en, abgießen, ggf. zusammenklebende voneinander lösen. Als Nächstes den Tofu und die Hühnerbrust würfeln und in einer Pfanne anbraten. Sobald beides leicht gebräunt ist, die Nudeln dazugeben. Die Sauce aus dem Pad-Thai-Mix und das Ei dr bergeben und alles mit Gabel oder Essstäbchen vermischen (damit die Nudeln nicht reißen). Die Reihenfolge ist wichtig, denn das Ei soll durch den Kochvorgang zwar gegart werden, aber nicht direkt stocken und zu Rührei werden. Sobald alles vermischt ist, können die Hälfte der Zwiebelr llchen und eine Handvoll Bohnensprossen dazugegeben werden. Alles ein paar Minuten bei gelegentlichem R hren auf dem Herd durchgaren lassen. Nach dem Anrichten auf dem Teller Limette vierteln und darüber quetschen. Gehackte Erdnüsse und frische Bohnensprossen und Zwiebelr llchen drüberstreuen.



Mun Sam Pa Lang Chuam

### NACHSPESIE: **MUN SAM PA LANG CHUAM** S SSE MANIOKWURZELSUPPE

**Zutaten:** 200 g Maniokwurzel (auch Cassava genannt) – entweder frisch oder gefroren, 250 ml Kokosmilch, 3 EL brauner Zucker

**Zubereitung:** Wenn frische Maniokwurzel verwendet wird, muss sie zunächst geschält und dann in mundgerechte St cke geschnitten werden. Gefrorene wird erst einmal so verwendet. Die Wurzel zusammen mit Kokosmilch, Zucker und 250 ml Wasser in einen Topf geben. Zum Kochen bringen und dann 30 Minuten köcheln lassen. Dabei immer wieder umrühren. Sobald die Wurzel so weich geworden ist, dass man mit einer Gabel hineinstecken kann, sollte man die St cke – wenn mit gefrorener Wurzel gearbeitet wurde – kurz herausholen. Jetzt kann man sie in mundgerechte St cke unterteilen und zudem den Strunk entfernen. Letzteres geht zwar auch beim Essen, ist aber umständlicher. Die zerteilte Maniokwurzel anschließend wieder in den Topf geben und in der Suppe servieren.

# DIE BESTE MORNINGSHOW IM RADIO

FELIX

ANDI SCHEITER



**JETZT EINSCHALTEN!**

[www.donau3fm.de](http://www.donau3fm.de)

## BRAUEREI GOLD OCHSEN: MIT TRADITION IN DIE ZUKUNFT

**Vielfältige Ausbildungschancen in der Brauerei:** Die 1597 gegründete Brauerei Gold Ochsen – seit 1867 in Familienbesitz – gehört zu den festen Größen im Ulmer Raum.



Dem deutschen Reinheitsgebot verpflichtet, behauptet sich das Unternehmen als größte regionale Brauerei und Hersteller alkoholfreier Getränke mittlerweile jedoch weit über die Grenzen des Ulmer Umlandes hinaus. So wurden die Produkte und Herstellungsprozesse in den letzten Jahren auf nationaler wie internationaler Bühne wiederholt ausgezeichnet. Zudem untermauern Würdigungen wie die Wirtschaftsmedaille oder der Verdienstorden des Landes Baden-Württemberg die herausragenden unternehmerischen Leistungen und das weitreichende Engagement von Geschäftsführerin Ulrike Freund.

### HOHE ANFORDERUNGEN AN SICH SELBST

Zu den Grundpfeilern der Unternehmensphilosophie zählen vor allem die Markt- und Kundennähe sowie der hohe Anspruch an die eigene Servicequalität. Das vielfältige Produktspektrum demonstriert eindrucksvoll die zugrundeliegende Braukunst. Rohstoffe aus der Region, die Kombination neuester Brautechnik mit konventionellen Brauverfahren sowie modernste und energiesparende Abfülltechnik liefern das Fundament des Erfolgs und haben über die Jahre nachhaltig zur Ausdehnung des Absatzgebiets beigetragen.

### ERFOLG ALS TEAMLEISTUNG

Entscheidende Impulse setzen in diesem Zusammenhang die knapp 200 Mitarbeiter der Brauerei Gold Ochsen GmbH und deren Tochtergesellschaft Ulmer Getränke Vertrieb GmbH. Tag für Tag engagieren sie sich aufs Neue mit voller Leidenschaft, Motivation und Qualifikation. Umfangreiche Beteiligungsmöglichkeiten, kontinuierliche Investitionen in die fachliche Weiterbildung sowie das Angebot individueller Karrierechancen sind wichtige Eckpunkte der Unternehmensführung und tragen maßgeblich zur Attraktivität als Arbeitgeber bei. Nicht nur im Rahmen der Ausbildung zum Brauer und Mälzer ergeben sich spannende Herausforderungen. Auch mit einer kaufmännischen Ausbildung oder einem dualen Studium eröffnen sich vielfältige Aufgabengebiete und die Möglichkeit, die Unternehmensgeschichte von Gold Ochsen in Zukunft erfolgreich fortzuschreiben.

ps

### WIR BILDEN AUS:

- Brauer & Mälzer (m/w/d)
- Industriekaufleute (m/w/d)
- Fachkraft für Lagerlogistik (m/w/d)
- Bachelor of Science – Wirtschaftsinformatik (m/w/d)



### INFORMATION

**Brauerei Gold Ochsen GmbH**  
**Ulmer Getränke Vertrieb GmbH**  
 Veitsbrunnenweg 3-8  
 89073 Ulm  
 0731 164 0  
[www.goldochsen.de](http://www.goldochsen.de)

# UMWELTLIEBE LEICHT GEMACHT –

## 10 TIPPS, UM IM ALLTAG UMWELT- SCHONENDER ZU HANDELN

Man braucht viel Geld, um etwas Gutes für die Umwelt zu tun? Weit gefehlt! Man kann seinen Teil auch als Student beitragen, wie diese **10 Tipps von Studi@SpaZz-Autorin Sophia Kümmerle** zeigen



### RECYCLING

**01 Recyclen:** Müll trennen. Und zwar richtig: Plastik ist zum Beispiel nicht gleich Plastik. Mehr dazu erfahrt ihr unter anderem im Müllquiz von Instagramerin *\_marielina*.

### MÜLLVERMEIDUNG

**02 Gemüsetüten aus Stoff kaufen:** Lidl, Aldi, Rewe & Co. verkaufen in der Obst- und Gemüseabteilung wiederverwendbare Stoffsäckchen. Lohnt sich, weil: ressourcensparend. Übrigens: Auch Papiertüten sind nur dann besser als Plastiktüten, wenn sie wiederverwendet werden.

**03 Mit möglichst wenig Verpackung kaufen:** Wer kleine Gummibärentüten in einer Packung kauft, sorgt für viel Plastikmüll. Nötig? Übrigens: Bald eröffnet in Ulm ein Unverpackt-Laden, in dem man mit eigenen Behältern einkaufen kann.

**04 Coffee-To-Go-Becher/eigene Dosen mitbringen:** Bäcker füllen den Kaffee auch in mitgebrachte To-Go-Becher, oft verkaufen sie sogar welche. Imbissbuden wie zum Beispiel die Grüne Insel in Ulm füllen auch Essen in eigene Tupperboxen.

**05 Bambus-Zahnbürste & Co:** Bambus- statt Plastikbürste. Übrigens: Auch Watte pads zum Abschminken können wiederverwendbar gekauft werden. Und bei Duschgel im Vorratsspark sparst nicht nur du, die Umwelt freut sich auch.

### RESSOURCEN SPAREN

**06 Seltener Klamotten kaufen:** Lieblingsteile behalten, weniger oft shoppen gehen und alles, was nicht mehr gebraucht wird, an Second-Hand-Läden geben. Und das nächste Lieblingsteil vielleicht dort kaufen?

**07 Klamotten trocknen lassen:** Solange ihr gerade noch was anhabt, lasst doch den Trockner mal aus und hängt eure Wäsche auf. Wenn der heiße Mitbewohner mitmacht, gibt's vielleicht bald was zu sehen. ;-)

**08 Weniger Auto fahren:** Mit dem Auto zum Supermarkt? Na, lauft doch mal wieder! Frische Luft hat was. Bei längeren Strecken: Fahrgemeinschaften oder Bus und Bahn. Wer nicht mag, muss sich dabei nicht unterhalten. Die Umwelt freut sich trotzdem.

**09 Herkunft beachten:** Schauen, wo man kauft und woher die Produkte kommen. Bestellt man z. B. bei Amazon, lieber alles als ein Paket schicken lassen als einzeln. Generell: Lieber regional kaufen, denn auch der Versand beansprucht Ressourcen.

### FÜR BONUSPUNKTE

**10 Aufklärung betreiben:** Zeigt diese Tipps ruhig mal euren Kommilitonen und Mitbewohnern. Wenn jeder eine Sache umsetzt, ist das bereits ein Gewinn!

wieland



„Ich Sorge für  
die Mobilität  
der Zukunft.“

**Potenziale freisetzen.** Kupfer verbindet die Welt. In Technologien wie der E-Mobilität, der Energie- und Datenübertragung, der Kälte- und Klimatechnik, der Digitalisierung, dem Internet of Things. Überraschen Sie uns durch Ihr frisches Denken, mit neuen Impulsen und gestalten Sie die Welt von morgen.

Entdecken Sie bei uns zahlreiche Möglichkeiten: **Praktikum, Abschlussarbeit, Direkteinstieg, Werkstudententätigkeit**

Jetzt bewerben  
[wieland-karriere.de](https://www.wieland-karriere.de)



9.000  
MITARBEITER



90+  
STANDORTE



200 Jahre  
ERFOLG



84%  
LÄNGER ALS  
5 JAHRE DABEI

# SZENE / KULTUR

SERIE

Teil 4: **Eric Hegmann**, Dating-Experte

## Die Liebe online finden

Studi@SpaZz-Autorin **Liza Schürmann** hatte vier Fragen an einen Dating-Experten



**Studi@SpaZz: Herr Hegmann, welche drei sind Ihrer Meinung nach die wichtigsten Tipps, die Sie für das Online-Dating haben?**

**Eric Hegmann:** Haben Sie Geduld und pflegen Sie Ihren Optimismus, denn Pessimisten küsst niemand gern. Gestalten Sie ihr Profil, Ihre Aussagen und Ihre Anschreiben lebens-

bejahend und positiv und wagen Sie (auch oder gerade als Frau) den ersten Schritt, sonst ziehen Sie gegenüber den Mutigen immer den Kürzeren.

**Welche Dinge sollte man vor einem ersten Date unbedingt abklären?**

Ein Date ist nur dazu da, um herauszufinden, ob es ein zweites Date geben wird. Deshalb wechseln Sie aus dem Netz oder der App rasch zum Telefon, wenn sich dann der positive Eindruck bestätigt hat, vereinbaren Sie ein Treffen, beispielsweise einen Spaziergang. Auch wenn das Café als Treffpunkt beliebter ist: Dates draußen und in Bewegung sind entspannter und bieten mehr Gesprächsstoff und Gelegenheiten, einander kennenzulernen.

**Mit welchen ersten Worten kann ich beim Anschreiben überzeugen?**

**Online den Traummann bzw. die Traumfrau kennenlernen – geht das?** Aus eigener Erfahrung und wie die Interviews in den vorherigen Ausgaben zeigten, kann man sagen: **Ja, das geht.** Fun-Fact: 90 % aller aktiv suchenden Singles in Deutschland nutzen für ihre Suche das Internet – das ist jeder zweite Deutsche! Und das mit Erfolg, denn jeder Fünfte hat seinen Partner 2019 im Internet kennengelernt.

Doch wie im echten Leben ist der Weg dahin nicht einfach: **Frösche müssen geküsst und Erfahrungen gemacht werden.** Bisher haben wir Leute wie dich und mich nach ihren Erfahrungen mit Online-Dating befragt. Diesmal interviewen wir den Experten: **Eric Hegmann ist seit 15 Jahren Single- und Parship-Coach** und gibt Dating-Tipps sowie Kurse rund um die Partnerwahl. Er ist Chefredakteur des Online-Magazins Beziehungsweise und betreibt einen eigenen Blog zum Thema Dating. Da auch das Online-Dating zu seinen Fachgebieten gehört, haben wir ihn für euch befragt

Es gibt nicht den einen Tipp, der für alle gültig ist. Was ein Kontakt spannend findet, findet der nächste langweilig. Suchen Sie nicht nach der tollen Eisbrecherfrage, die gibt es nicht und im Zweifel klingt die nach Massen-Mailing. Seien Sie persönlich in Ihrem Anschreiben, beziehen Sie sich auf das Profil des Kontaktes, betonen Sie Gemeinsamkeiten, denn die wirken anziehend, und stellen Sie Fragen. Bleiben Sie dabei aber kurz und vor allem: neugierig, offen, respektvoll und optimistisch.

**Was kann beim Online-Dating schief gehen und wie kann man es vermeiden?**

Was auch bei jedem anderen Kennenlernen schief gehen kann. Da macht das Medium der Kontaktaufnahme keinen Unterschied. Entweder Sie bringen soziale Kompetenz mit – oder Sie sollten sie sich aneignen. Menschen sind heute 24 Stunden online dank Ihrer Smartphones. Es ist ein Segen, dass sie dort, wo sie sich aufhalten, also im Netz, auch Kontakte knüpfen können. Und so richtig trennen lässt sich die Online- und Offline-Welt sowieso nicht. In Vorträgen frage ich gerne, ob und wo sich Singles noch direkt ansprechen. Meist kommt dabei raus, dass der Schwarm beispielsweise im Sportstudio erst über Instagram oder Facebook gesucht und dort kontaktiert wird, bevor es zu einem Gespräch kommt. Hier würde ich allen Singles mehr Mut und Vertrauen wünschen. Das sind auch die beiden Gegenmittel gegen Bindungsangst und Verlustangst, die viele Singles in ihrer Suche boykottieren.

# DIE STUDI@SPAZZ LIFEHACKS

SERIE 9

Studi@SpaZz- Autorin **Christine Kulgart** zeigt kleine Tricks und Tipps, die das Leben einfacher machen

## NIE WIEDER KNOTEN POSTGEHEIMNIS



POMMESGABEL

*Auch in Zeiten von AirPods und Co. möchte nicht jeder auf die altbewährten Kopfhörer mit Kabel verzichten. In Hosen- und Jackentaschen verwandeln diese sich allerdings gerne in wahren Kabelsalat. Mit einem kleinen Trick kann*

*man das Chaos umgehen: Mit der Hand eine „Pommesgabel“ formen (Zeigefinger und kleiner Finger gestreckt, alle anderen Finger nach unten geneigt) und die Kopfhörer zwischen Daumen und Zeigefinger festhalten. Nun das Kabel um den kleinen Finger und anschließend straff um Daumen und Zeigefinger wickeln. So oft kreuzweise wiederholen, bis nur noch wenige Zentimeter übrig sind. Diese um die Mitte, wo sich das Kabel kreuzt, wickeln und die Ohrstöpsel durch die Schlaufe ziehen. Zum Schluss den Stecker durchschieben, fertig!*



„VORSICHT GLAS!“

*Wer dem Paketauslieferer manchmal bei der Arbeit zusieht, macht sich beim nächsten Mal sicher mehr Gedanken um eventuell zerbrechliche Inhalte. Ein neon-oranger Aufkleber mit „Vorsicht Glas!“-Aufschrift ist zwar keine Garantie für eine sichere Anlieferung, kann aber helfen, das Paket vor Würfeln zu retten. Gerade bei Sendungen ins Ausland spart das Geld und Nerven. Also, auch wenn das Paket nicht voller Weingläser und Handspiegel ist: Aufkleber drauf.*

## ENTWURZELT



FRISCHHALTEBEUTEL

*Wer kennt es nicht: die Radieschen auf dem Wochen- oder im Supermarkt waren viel zu verlockend und viel zu günstig, um sie nicht mitzunehmen. Leider kann man nicht immer so schnell snacken, wie das Gemüse beginnt zu welken. Mit ein wenig Vorarbeit bleiben Radieschen länger frisch: Das Gemüse vom Bund entfernen und die kleine, weiße Wurzel am unteren Ende sowie den Strunk vorsichtig abschneiden. Kurz abwaschen, und noch feucht in einen Frischhaltebeutel geben. Diesen gut verschließen. Damit halten sich die Radieschen doppelt so lange – und das am besten im Obst- und Gemüsefach des Kühlschranks.*

## PLATZ DA!



ÖFFNERLASCHEN

*Ist der Kleiderschrank auch nach dem Ausmisten noch zu voll, hilft ein kleiner Tipp, schnell mehr Raum zu schaffen. Dazu die Öffnerlasche von einer Getränkedose entfernen und über den Haken eines Kleiderbügels stülpen. Zum Schluss einen zweiten Kleiderbügel leicht versetzt daran hängen.*

# ERNÄHRUNG – GESUND UND GÜNSTIG

Das Thema gesunde Ernährung ist aus unserer Gesellschaft schon lange nicht mehr wegzudenken. Zurzeit gibt es jedoch eine Informationsflut, die wie ein **undurchsichtiger Dschungel mit komplementären Behauptungen** und extrem einschränkenden Ernährungskonzepten wild um sich wirft und oft **teure Lebensmittel oder Nahrungsergänzungsmittel als einzigen Weg zur gesunden Ernährung** darstellt. Gesunde Ernährung muss aber nicht teuer sein – **Studi@SpaZz-Autorin Laura Federolf** hat sich mit dem Thema beschäftigt

**Die folgenden Tipps mögen einfach und banal erscheinen. Sie haben sich aber bewährt. Versucht mal, euch eine Woche oder besser noch einen Monat daran zu halten und behaltet körperliches Wohlbefinden genauso wie den Kontostand im Auge – ihr werdet überrascht sein!**



## App „Too good to go“

**Leckerer Essen zum vergünstigten Preis** – und dazu noch etwas gegen die Lebensmittelverschwendung tun! Über die App kann man täglich sogenannte Wundertüten kaufen, die sonst weggeschmissen werden würden. Das Konzept ist genial, und zum Mehrwert aller machen immer mehr Betriebe in Ulm und Neu-Ulm mit. Je mehr Leute die App herunterladen und nutzen, desto mehr Betriebe werden mitmachen und umso mehr Auswahl gibt es dann wieder für die Nutzer. Also alle runterladen und profitieren!

## Täglich Gemüse und Obst

**Niemand kann dieses Mantra** aus Ernährungsbibeln mehr hören. Dass das so geworden ist, hat aber auch seinen guten Grund: Der Trick funktioniert. Zum Vesperbrot Tomate, Paprika oder Gurke tut nicht nur dem Körper gut, sondern schont auch den Geldbeutel, weil so weniger Brot/Belag gegessen wird, was teurer ist als frisches Gemüse. Anstatt zwei Brote eben nur eins und dazu ein paar Paprika-Streifen oder jegliche andere Rohkost, die einem schmeckt. Es geht um die Ballaststoffe: Schad- und Giftstoffe werden durch sie unschädlich gemacht, außerdem halten sie länger satt. Gut zu wissen: Smoothies zählen nicht zu Obst – die Ballaststoffe sind nur im Fruchtfleisch. Also wenn, dann selber machen und die ganze Frucht nutzen, nicht pressen!

## Essensgewohnheiten vorausplanen, um Fast-Food-Fälle zu vermeiden

**Niemand sagt etwas** gegen gelegentliches Fast Food. Aber wann greifen wir zu dieser Alternative? Wenn nichts im Kühlschrank ist, wenn der Supermarkt schon zu hat, wenn man keine Zeit zu kochen hat. Das darf natürlich mal vorkommen – man kann diese Situationen aber auch vermeiden in dem man sich im Vorhinein organisiert. Meal Prepping ist da die effektivste Methode: Man kocht am Wochenende schon für die nächsten drei Tage oder

sogar die ganze Woche vor. Das ist effektiv, aber erfordert Disziplin. Es hilft schon, immer lang haltendes „Notfallessen“ zu haben, das schnell zubereitet ist: gefrorene Gemüsepfanne oder eine fertige Pastasauce (hier bitte auf Zusatzstoffe achten). Dazu lohnt es sich, immer eine oder mehrere Portionen zu viel zu kochen und den Rest dann einzufrieren. So hat man, wenn man mal kochfaul oder im Zeitstress ist, schnell etwas Leckerer parat und vermeidet das ungesunde und vor allem teure Essen außerhalb Haus.

## Wasser trinken

**Auch diesen Tipp** hat jeder eigentlich schon oft genug gehört. Trotzdem setzen ihn viele nicht um, eben weil er so banal klingt. Er ist aber unglaublich effektiv. Ausreichend Wasser zu trinken ist wichtig für Knorpel, Gelenke und die Niere, die Gift- und Schadstoffe aus dem Körper filtert. Auch für unsere Leistungsfähigkeit sind zwei bis vier Liter Wasser am Tag – je nach Körpergewicht ausschlaggebend: Gedächtnis und Konzentration können nur mit gutem Wasserhaushalt Höchstleistungen erreichen.

Wer sich dann noch selbst Wasser mit Zitronensaft, Minze oder Holunderblütensirup macht, anstatt Limonade zu trinken, tut seinem Blutzuckerspiegel und dem Geldbeutel einen Gefallen.

## Nicht jedem Ernährungstrend nachhaken

**Paleo, Keto oder vegan ...** Man darf sich gerne kritisch mit ihnen auseinandersetzen und eventuell zu dem Schluss kommen, sie auszuprobieren. Dann sollte man aber auf seinen Körper achten. Tut es ihm gut? Fühlt man sich wohl und voller Energie dabei? Schmeckt es? Es hat keinen Sinn, seine Ernährung komplett auf etwas umzustellen, das einen langfristig nicht zufrieden stellt. Außerdem gibt es nicht die eine richtige Ernährung, die für jeden Körper gilt, deswegen muss jeder für sich lernen, was einem guttut und was nicht. Diese Ernährungsarten teilweise in seine eigene zu integrieren, kann aber Abwechslung und Vielseitigkeit bringen. Und wenn man körperlich und geschmacklich zufrieden ist, kann der Stil natürlich auch komplett übernommen werden. Zwingt euch aber nicht.

Arbeiten bei AL-KO Fahrzeugtechnik heißt:

Heute Ideen entwickeln, die morgen wirklich werden.

## AL-KO FAHRZEUGTECHNIK – HIER NIMMT IHRE KARRIERE FAHRT AUF

Wir bieten:

| Praktikum | Abschlussarbeiten | Werkstudententätigkeit | Direkteinstieg

Schauen Sie in unsere Jobbörse unter [www.alko-tech.com](http://www.alko-tech.com).

Wir freuen uns auf Sie!

### ALOIS KOBER GMBH

Daniela Schuster | Human Resources

Ichenhauser Str. 14 | 89359 Kötz

Fon +49 8221 97-8722 | [karriere@alko-tech.com](mailto:karriere@alko-tech.com)

[www.alko-tech.com](http://www.alko-tech.com)

Member of **DEXKO**  
GLOBAL

Die AL-KO Fahrzeugtechnik ist ein global agierendes Technologie-Unternehmen mit weltweit rund 2.600 Mitarbeitern an mehr als 30 Standorten. Hochwertige Chassis- und Fahrwerkskomponenten für Anhänger, Freizeitfahrzeuge und leichte Nutzfahrzeuge stehen für beste Ergonomie und Funktionalität, höchsten Komfort sowie für Innovationen für mehr Fahrsicherheit.

**AL-KO**  
QUALITY FOR LIFE

# BÄRTIERCHEN UND DRACHENZUBER

**Ulm inspiriert** – nicht nur durch die malerische Kulisse, sondern auch durch verborgene Ecken oder durch den Mittelaltermarkt im Ortsteil Wiblingen. Die Autoren **Alexander Meining** und **Helmut Gotschy** sprechen mit **Studi@SpaZz-Bücherexpertin Christine Kulgart** über ihre Romane und ihre Beziehung zur Stadt



## ALEXANDER MEINING

Dr. med. Alexander Meining wurde 1967 in München geboren und studierte Humanmedizin. Als Facharzt für Magen-Darm-Erkrankungen arbeitete er am Universitätsklinikum Ulm. Sein Roman „Tardigrada“ erschien 2018.

haben mich mehr die Erzählungen meiner Großeltern und Eltern aus der Kindheit beeinflusst. Ich selbst bin Münchner.

### Welche Orte gefallen Ihnen in Ulm am besten?

Das Fischerviertel und die Donau. Sehr gerne mag ich auch das Ruhetal. Ich war hier mehrfach wöchentlich joggen oder spazieren. Während meiner Laufrunden sind mir immer wieder gute Ideen zum Schreiben eingefallen. So gesehen hat mich Ulm doch in meiner schriftstellerischen Arbeit beeinflusst!

### Worum geht es in Ihrem Roman „Tardigrada“?

Inzwischen sind ja nach dem ersten Band, der zwischen 1919 und 1951 spielt, noch zwei weitere Bände entstanden. Es ist somit ein komplettes Jahrhundert deutsche Zeitgeschichte abgebildet: von den Wirren nach dem Ende des Ersten Weltkriegs, dem Aufstieg und Fall des Nationalsozialismus, den Zeiten des Wirtschaftswunders, dem Beginn des Linksterrorismus bis zur Wiedervereinigung und dem neuen rechten Terror. „Verpackt“ ist das Ganze in eine Familiengeschichte und der Schil-

derung einer engen Freundschaft zweier Waisenkinder, wobei einer der beiden Waisen etwas „ungewöhnliche“ Fähigkeiten aufweist. Welche das sind? Der Titel „Tardigrada“ = Bärtierchen mag hier eventuell weiterhelfen.

### Haben Sie weitere Romanpläne?

Nach „Tardigrada“ habe ich an einem zeitgenössischen Roman gearbeitet. Ich habe die noch relativ aktuelle Berichterstattung über die Mordserie in Oldenburg und Niels Högel als Anlass genommen, eine fiktive Geschichte zu erzählen, die sich auch mit einigen Missständen der Krankenversorgung in deutschen Kliniken beschäftigt. Wie es mit dieser Geschichte weitergeht und was sonst noch kommt, wird sich zeigen.

**Studi@SpaZz: Herr Meining, Sie haben am Uniklinikum Ulm gearbeitet. Hat Ulm Sie in Ihrer schriftstellerischen Arbeit beeinflusst?**

**Alexander Meining:** Ganz ehrlich? Nein! Da „Tardigrada“ ein historischer Roman ist, welcher hauptsächlich in München spielt,



## HELMUT GOTSCHY

Vom Drehleierbauer zum Autor – dieser spezielle Sprung ist Helmut Gotschy gelungen. Inspiriert von den „Ulmer Autoren“ wandte er sich der Kriminalliteratur zu, bis 2017 sein erster Krimi mit dem Titel „Die Tote in der Blau“ erschien.

[www.helmut-gotschy.de](http://www.helmut-gotschy.de)

interessant finde und sie zudem liebe, liegt es auf der Hand, meine Krimis dort spielen zu lassen. Hinzu kommt,

**Studi@SpaZz: Herr Gotschy, durch die „Ulmer Autoren“ sind Sie zum Schreiben von Kriminalromanen in Ulm und um Ulm herum gekommen. Warum gerade diese Region?**

**Helmut Gotschy:** Wichtig ist, dass man die Region oder das Genre kennt, über das man schreibt. Da ich Ulmer bin, diese Stadt

dass der Emons-Verlag auf Kriminalromane mit regionalem Flair spezialisiert ist. Dennoch machen meine Protagonisten, speziell die Kommissarin Kula Skoulatopulos, gerne Ausflüge in fremde Gegenden, mit denen ich mich ebenfalls verbunden fühle.

### Haben Sie einen Lieblingsplatz in Ulm, den Sie gerne in Ihren Romanen verwenden würden?

Ulm hat viele wunderbare Ecken. Sei es die Wissenschaftsstadt am Eselsberg, das Fischerviertel oder der Ulmer Wochenmarkt, den ich selber gern und so oft wie möglich besuche. Und sei es nur der Bratwurst wegen.

### In „Tod im Drachenzuber“ geht es um den Mittelaltermarkt in Wiblingen. Sind Sie dort selbst oft zu Gast?

Ja, ich war mehrere Male dort, aber nicht als aktiver Teilnehmer, sondern um das besondere Flair zu beobachten und entsprechend treffsicher in den Krimi „Tod im Drachenzuber“ einfließen zu lassen. Ansonsten ist mir diese Szene durch meine frühere Arbeit als Drehleierbauer hinreichend bekannt und mir waren zahlreiche Blicke hinter die Kulissen möglich.

### Ist Ulm, Ihrer Meinung nach, ein guter Ort für Autoren?

Ich denke, jeder Ort ist geeignet als Schauplatz für einen Krimi. Man muss nur die Besonderheiten dieses jewei-

ligen Ortes erkennen und entsprechend sprachlich visualisieren. Eine „langweilige“, im Nebel liegende Moorlandschaft kann genauso spannend rüberkommen wie eine steil abfallende Klippe. Und da sich Ulm in stetem Wandel befindet, und sei es nur durch die aktuellen wissenschaftlichen Gegebenheiten (siehe Batterieforschung Ulm versus Münster) bieten sich immer neue Aspekte. Was spräche dagegen, in diesem Umfeld eine Leiche zu platzieren?

### Was sind Ihre schriftstellerischen Pläne für die Zukunft?

Da fragen Sie mich was! Was mich immer schon angetrieben hat, ist meine nie zur Ruhe kommende Kreativität, die ich manchmal, besonders in schlaflosen Nächten, zum Teufel wünschen könnte. Andererseits beugt sie der Langeweile und rentnerischem Trübsinn vor. Dass ich auf irgendeiner Shortlist landen werde ist Utopie. Aber dass die Leser meine Bücher weiterempfehlen und naggelkauernd auf den nächsten Fall von Bitterle und Skoulatopulos warten – das ist doch auch schon was, oder? Der dritte Krimi mit diesem höchst ungleichen Ermittlerduo ist bereits in Arbeit. Er spielt unter anderem in Ulm und in Oberschwaben und behandelt ein brisantes und immer wieder hochaktuelles Thema.

**HNU** HOCHSCHULE NEU-ULM  
UNIVERSITY  
OF APPLIED SCIENCES

## NEUE STUDIENGÄNGE AN DER HNU

### GAME-PRODUKTION UND MANAGEMENT WIRTSCHAFTSPSYCHOLOGIE

Bewerbung für das Sommersemester 2020 ab 15. November 2019

[hs-neu-ulm.de/info](http://hs-neu-ulm.de/info)



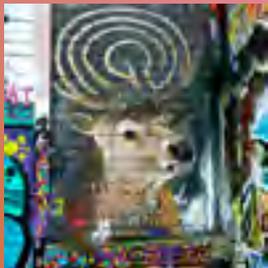
# DO IT FOR THE 'GRAM

Der Hashtag **#ulm** nähert sich langsam der **magischen Marke von einer Million Beiträge** (Stand 7. Oktober: 996.966). Wer sich auch darunter verewigen möchte, braucht coole Locations als Hintergrund für den eigenen Instagram-Feed. **Studi@SpaZz-Autorin Christine Kulgart** hat Vorschläge zusammengetragen



## AM WERK III – DAS RAVELIN AM EHINGER TOR

Eine kurze Fahrt mit der Linie 2 Richtung Kuhberg bringt euch zur Haltestelle Martin-Luther-Kirche. Von dort geht es schnell in Richtung der eigentlichen Kirche und über die Straße. Das Steinrondell im gegenüberliegenden Park wurde zwar durch Graffiti schon in Mitleidenschaft gezogen, zeigt sich aber dennoch fast mythisch aus dem richtigen Winkel. Egal ob von innen oder von außen, interessante Perspektiven gibt es hier.



## ROXY, SCHILLERSTRASSE

Streetart als Hintergrund? Am Roxy ist man dort gerade richtig. Wenige Gehminuten vom Ehinger Tor entfernt kann man sich zwischen Steinquadern in Pose werfen oder vor den bunt besprühten Wänden selbst zum Kunstwerk werden.



## WILLY-BRANDT-PLATZ

Mit der Linie 1, 7 oder 4 geht es schnell zum Willy-Brandt-Platz, wo die berühmten Ulmer Kühe stehen. Außerhalb der Rush Hour bekommt man sogar einen autofreien Hintergrund. Ein ganz schön "kuhles" Motiv mitten in Ulm.



## GRIESBADBRUNNEN

Ganz in der Nähe des Willy-Brandt-Platzes befindet sich der Griesbadbrunnen am Seelhaus-Brunnenwerk. Die gesamte Umgebung ergibt eine schöne Kulisse, und wer kennt nicht die Brunnenbilder von Instagram?



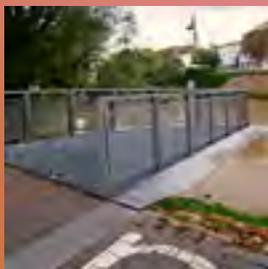
## ZEUGHAUSGASSE

Ein Spaziergang durch die umliegenden Gassen lohnt sich, denn hier findet man so einige interessante Hintergründe. Für echte Neulinge: Vor dem Amtsgericht in der Zeughausgasse befindet sich ein Albert Einstein-Denkmal.



## THEODOR-PFIZER-PLATZ

Hinter der Ulmer Stadtbibliothek gibt es sehr, sehr viele Stufen. So viele, dass man meinen könnte, man wäre in einem Amphitheater. Ob nun von oben oder von unten, diese Kulisse sieht in jedem Fall eindrucksvoll aus. Auch hier lohnt sich ein Ausflug ins Fischerviertel, wo mehr touristische Motive wie das Schiefe Haus warten.



## DONAUUFER NEU-ULM

Man sagt oft, das schönste an Neu-Ulm sei der Blick auf Ulm. Gegenüber dem Schwall, an der „kleinen Donau“, findet man allerdings das bootförmige, balkontartige Gebilde. Ob man nun spontan die berühmte „Titanic“-Szene nachstellen möchte oder nicht, bleibt jedem selbst überlassen.

Boehringer Ingelheim | Humanpharmakologisches Zentrum Biberach

## Probanden für die Arzneimittelforschung gesucht

männlich,  
gesund, zwischen  
18 und 49

Für die Teilnahme an klinischen Arzneimittelstudien im Humanpharmakologischen Zentrum Biberach erhalten Probanden eine angemessene Aufwandsentschädigung.

Fühlen Sie sich angesprochen?

Dann melden Sie sich telefonisch unter

0 73 51/54-4739 oder per E-Mail an

[studien.bc@boehringer-ingelheim.com](mailto:studien.bc@boehringer-ingelheim.com)

Weitere Informationen unter  
[www.studien-biberach.de](http://www.studien-biberach.de)



# DIE STUDI@SPAZZ IN- UND OUT-LISTE

Alles, was im Wintersemester nervt, sollte sich jetzt dick einpacken – denn Studi@SpaZz-Autorin Christine Kulgart weiß, was wir in den nächsten Monaten vor die Tür setzen und was einen warmen Platz am Kamin bekommt.

IN



## MACHEN, NICHT REDEN

Im Sommer gab es kaum eine Woche ohne die berühmtesten „Fridays for Future“. Ob man nun dafür oder dagegen war, das Klima geht jeden etwas an – und dabei zählt mehr machen als große Reden schwingen. Die Stimme sollte man natürlich trotzdem nutzen. Also Freunde einsammeln, Plastik vermeiden, etwas fürs Klima tun – auch im Winter.

## 90'S RELOADED

Scrunchies, Tattoo-Choker und Sneakers mit zentimeterdicken Sohlen – die 90er feiern gerade ein Revival in der Mode. Was vor einem Jahr noch als uncool galt, kostet jetzt wohl doppelt so viel wie das Original aus den 90er-Jahren. Nostalgie für die sogenannten Millennials, und eine völlig neue Mode für Generation Z (d. h. alle, die zwischen 1997 und 2012 geboren wurden), die ab ins erste Semester düsen oder sogar schon mit dem Studium fertig sind. Ob man sich dabei jetzt alt oder jung fühlt, bleibt jedem selbst überlassen ...

## LI-LA-LAVENDEL

Ob im Honig, im Schaumbad oder als Farbe: im Wintersemester zieht alles, was mit Lavendel zu tun hat, bei uns ein. Und das ist auch gut so, denn Lavendel beruhigt bekanntlich und kann stressige Prüfungsphasen ein klein wenig ruhiger gestalten. Also schnell ein paar Lavendel-Duftkerzen kaufen, eine neue Wandfarbe in Erwägung ziehen und gaaaaanz entspannt ins neue Semester starten.

## KLEB' MAL EINEN!

Wenn wir schon gerade im 90's-Fieber sind: Egal wie alt man ist, Gratis-Sticker bleiben doch immer noch ein kleines Highlight. Egal ob auf dem Laptop, der Tasche oder an der Wand: Sie erinnern an Veranstaltungen, den letzten Konzertbesuch oder erfreuen uns einfach nur mit einem lustigen Spruch. Der einzige Nachteil: Man sollte sich gut überlegen, wo man den Sticker hinklebt. Denn ist er einmal fest, bekommt man ihn meistens nicht ohne größere Schäden wieder ab.

OUT



## BEGRIFFSSTUTZIG

E-Girl, VSCO-Girl, Art Hoe – Das Internet bringt beinahe täglich neue Begriffe zu Tage, die sich schnell dank verschiedenster Social-Media-Kanäle verbreiten. Wer kann da schon den Durchblick behalten? Hat man sich erstmal an Millennial und Co. gewöhnt, kommen schon die neuen Begriffe. Da hilft manchmal eben doch nur googlen – oder ganz bewusst in der Ungewissheit leben.

## NICHTS IST SO GRÜN WIE ES SCHEINT

Lavendelextrakt und Olivenöl, 100 Prozent Pflanzenkraft – Hersteller locken gerne mit umweltbewussten Versprechen auf Körper- und Gesichtspflege, um den Anschein zu erwecken, dass es sich um Naturkosmetik handelt. Die wird seit Jahren immer beliebter. Allerdings ist nicht alles natürlich, was einen Pflanzenaufdruck hat: Apps helfen, die Stoffe auf der Inhaltsangabe zu entziffern, und mithilfe von Siegeln kann man echte und vermeintliche Naturkosmetik unterscheiden.

## VERNEBLER

Zigaretenschwaden in Cafés und Restaurants gehören schon lange der Vergangenheit an. Die Zukunft „vybed“ und „vaped“ – oder, kurz gesagt, man steigt auf E-Zigaretten um. Diese nebeln zwar und machen damit jedem Fantasy-Serien-Drachen Konkurrenz, sind aber nicht viel gesünder und stören genauso. Wenn schon E-Zigarette, dann auch den Wasserdampf bitte in die andere Richtung blasen.

## WHAT HAPPENS IN HOLLYWOOD ...

Wer kennt es nicht, man wartet verzweifelt auf das große Serienfinale, und dann läuft alles ganz anders, als man es sich erhofft hatte. Natürlich können Drehbuchautoren und Regisseure es niemals recht machen, aber ganze Erzählstränge über den Haufen zu werfen, nur um Schockmomente zu erzeugen, zeugt nicht gerade von gutem „Fanservice“. Manchmal ist es vielleicht doch besser, Erwartungen zu erfüllen als diese bewusst zu enttäuschen. Bis dahin, die nächste Serie kommt bestimmt ...

## WELCHEN PLATZ IN ULM SUCHEN WIR?



Unter allen richtigen Einsendungen verlosen wir **10 x die Neuauflage „Der Restaurantführer 2020 Ulm/Neu-Ulm und Umgebung“**

Einige Jahrzehnte bevor Barack Obama den wichtigsten internationalen Friedenspreis entgegennehmen durfte, wurde dem Namensgeber dieses Platz ebendiese Ehre zu Teil. Genau wie Mr. Obama war er ein großer Politiker und lenkte die Geschicke Berlins und später des Bundes. Er engagierte sich zwar nicht für mehr grün in den Städten, war auch nicht für seine Liebe zu Kühen, sondern eher zu Frauen bekannt, dennoch trägt dieses kleine Fleckchen grüne Natur mitsamt belebtem Platz seinen Namen. Trotz Straßenbahngebimmel grast hier eine kleine Herde schwarz-weiß gefleckter Kühe friedlich bis starr vor sich hin.



## Verlosung

Du willst gewinnen?

Schreib einfach eine **E-Mail** bis zum **15. Dezember 2019** mit dem Namen des gesuchten Platzes an [verlosung@studispazz.de](mailto:verlosung@studispazz.de). Vergiss nicht, deine vollständige Adresse anzugeben. **Viel Spaß beim Rätseln!**

## Campus erleben

Studieren in den Themenfeldern:

**BIOTECHNOLOGIE**  
**ENERGIE**  
**BAU & IMMOBILIEN**

Duales Studium möglich: **Biberacher Modell.**

Bundesweit einmalig: **Bachelor International!**

**HBC.**  
HOCHSCHULE  
BIBERACH  
UNIVERSITY  
OF APPLIED SCIENCES

infotag  
**20. November**  
Campus Stadt  
14.00 Uhr  
Jetzt informieren!

[www.hochschule-biberach.de](http://www.hochschule-biberach.de)



# FREIZEIT

Ins Kino gehen, sich mit Freunden treffen, lesen – im Grundschulalter standen in allen Freundschaftsbüchern die gleichen Hobbys. Heute hat so manch einer ein ungewöhnliches Hobby – zum Beispiel diese Studenten, die **Studi@SpaZz-Autorin Sophia Kümmerle** zu ihrer Leidenschaft befragt hat

## UNGEWÖHNLICHE HOBBYS

SERIE 6

DIESMAL:  
EINEN PODCAST AUSSTRAHLEN

### DANIEL SEILER (22) DOMINIC KÖSTLER (22)

Zuerst unterhielten sich Daniel Seiler (22) und Dominic Köstler (22) beim Fanradio des FC Heidenheim über Fußball – jetzt in ihrem eigenen Podcast.

**Studi@SpaZz:** Daniel, Dominic, ihr zwei habt gerade die 18. Folge eures eigenen Podcasts „Faktlos“ veröffentlicht. Um was geht's bei euch?

**Dominic:** Eigentlich um alles, was die Fußballwelt so hergibt. In der Kategorie „Aktuelles“ sprechen wir über die neusten Entwicklungen, im „Ligenwahn“ geht es um die letzten Ergebnisse der bekannten Fußballligen. In „Sonstiges“ unterhalten wir uns dann über die lustigen Seiten des Sports. Leider mussten wir unsere Lieblingskategorie „Transferquatsch“ aufgeben, weil der Transfersommer vorbei ist. #RIP

**Daniel:** Wir beenden jede Kategorie dann auch immer mit festen Punkten. Es gibt den Faktlos-Netzfund, den Artikel der Woche und den Unfakt (unnützes Fußballwissen).

**Das klingt ganz schön aufwendig. Wie läuft die Produktion einer Podcast-Folge ab?**

**Dominic:** Unser Podcast erscheint jeden Freitag. Meist machen wir aber schon früh in der Woche einen Termin zum Aufnehmen aus. In einem Skype-Call nehmen wir dann beide mit Aufnahme-Programmen auf, was wir sagen, und schneiden das zusammen.

**Daniel:** Bei der Produktion sind wir auch schon recht gut eingespielt. Während ich mich mehr um den Inhalt kümmere und ein Skript für jede Folge schreibe, schneidet Dome die Audiodateien zusammen und schreibt den Folgentext.

**Kann man euren Podcast auch bei Spotify finden?**

**Daniel:** Spotify ist bei sowas immer eine Diva, daher nein, bisher nicht. Es gibt aber verschiedene Wege, seinen Podcast zu veröffentlichen. Wir arbeiten zusammen mit meinsportpodcast.de. Das ist ein Podcast-Netzwerk für Sportpodcasts. Auf der Plattform wird jede Folge hochgeladen und die kümmern sich dann auch um die Verbreitung auf anderen Kanälen, wie zum Beispiel Apple Podcasts.

**Habt ihr Tipps für jemanden, der selbst einen Podcast anfangen möchte?**

**Dome:** Nicht lange nachdenken, einfach machen! Podcasts sind ein tolles Medium, um sich einfach selbst auszuleben. Auch von Materialkosten sollte man sich nicht abschrecken lassen. Man kann auch mit kleinem Budget sehr gute Qualität erzeugen.

#### INFORMATION

Den Podcast findet man unter  
[meinsportpodcast.de/faktlos](https://meinsportpodcast.de/faktlos)



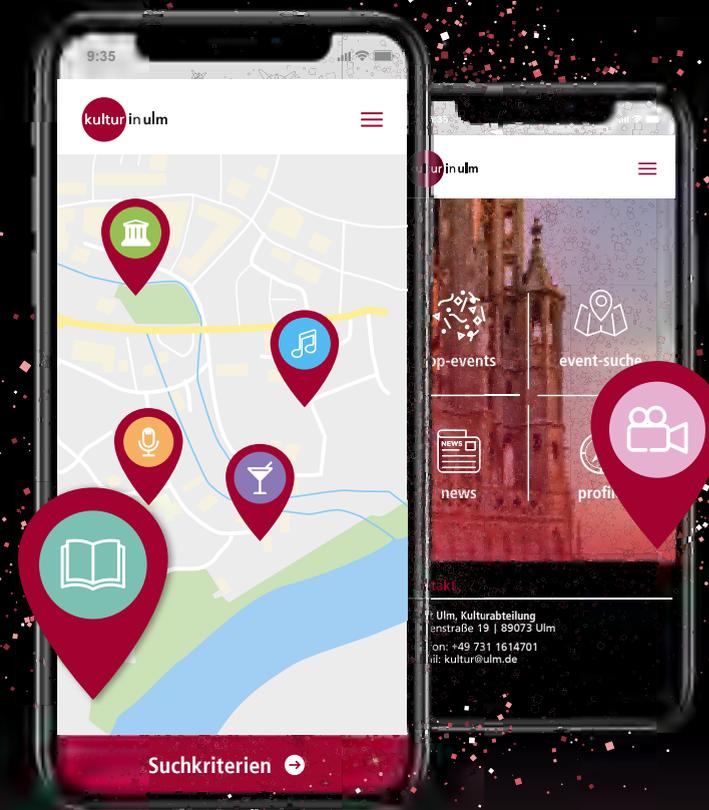
Jetzt in ihrem eigenen Podcast:

Daniel Seiler (22) und  
Dominic Köstler (22)

ulm  
NeuUlm

kultur in ulm

Kultur entdecken.  
[www.kultur-in-ulm.de](http://www.kultur-in-ulm.de)



Die neue Kultur-Website für Ulm und Neu-Ulm.

Folge uns auf  

# STRESS, STRESS, STRESS!

Manchmal wird das Studium zur Belastung – **Studi@SpaZz-Autorin Laura Federolf** hat ein paar **Tipps zur Stressbewältigung** gesammelt und eine Umfrage gestartet

**S**tress bedeutet eigentlich nur, dass der Körper in Alarmbereitschaft versetzt ist, was eine überlebenswichtige Körperreaktion ist. Blutdruck, Puls und Herzfrequenz steigen und es werden Hormone wie Adrenalin und Cortisol ausgeschüttet. Diese Stressreaktion ist bei akuten Gefahren noch immer sinnvoll und hilfreich, gefährlich wird es aber, wenn wir eine Situation dauerhaft als eine solche Gefahrensituation bewerten und die Stressreaktion des Körpers chronisch wird. Nieren, Blutgefäße und Bindegewebe können sich bei einer solchen chronischen Stressbelastung krankhaft verändern, das Immunsystem ist geschwächt, es kommt zu einer körperlichen und seelischen Erschöpfung – und im schlimmsten Fall zu einem Burnout-Syndrom.

**Kurzfristig können Maßnahmen** zur Stressbewältigung wie ein Bier am Abend zu einer Linderung der Stresssymptome führen, langfristig entwickelt sich jedoch leicht eine Regelmäßigkeit und daraus Sucht. Was gute von schlechter Stressbewältigung unterscheidet, ist, was man bekämpft: die Ursache oder die Symptome. Bei ungesunder Stressbewältigung steuert man gegen den schon entstandenen Stress. Die richtige Stressbewältigung zielt auf die Ursachen ab, wodurch die Folgen und Symptome abgeschwächt werden oder im besten Fall gar nicht auftauchen.

## INFORMATION

Empfehlenswerte Apps für Meditations-Neulinge:



Calm



Aura

## TIPPS FÜR GESUNDE STRESSBEWÄLTIGUNG IM STUDIUM

### Lernplan in seinem privaten Kalender erstellen

Schon mit einer groben Fach- und Stoffübersicht eingetragen in seinen privaten Kalender ist viel Stress vorgebeugt. Man behält den Überblick: Wann ist am Wochenende die Party oder das Familienfest, das nicht verpasst werden darf? Sind Geburtstage in dieser Zeit, die einen ganzen Nachmittag rauben können? Je mehr von solchen Ereignissen im Vorhinein berücksichtigt werden, desto niedriger ist die Chance, dass Überraschungen auf einen zukommen, die einem im Lernplan zurückwerfen.

### Keine Vorwürfe wegen Pausen

Pausen dienen der Erholung und sind für eine gute Leistung unabdingbar. Plane Pause direkt von Anfang an mit ein, großzügig und ohne schlechtes Gewissen. Pausen sind keine „verschwendete Zeit“, die hektisch nachgearbeitet werden muss. Entgegen der verbreiteten Haltung, man könne sich keine Minute gönnen, ist es gegen Ende der Lernphase noch viel wichtiger, Pausen einzulegen, um sein Stresslevel so niedrig wie möglich zu halten. Man arbeitet danach konzentrierter, schneller und die Ergebnisse sind besser.

### Achtsamkeitstraining

„Mindful Meditation“ führt wissenschaftlich bewiesen zur Stressreduktion und kann sogar chronische Erkrankungen lindern. Durch das Training lernt man, sich von Belastungen zu befreien und gelassen zu sein. Im Buddhismus wird Achtsamkeitsmeditation als Vipassana bezeichnet, im Yoga als Shakshi Bhavana. Eine einfache Übung für den Anfang wäre folgende: Halte für einige Minuten inne, beobachte Gedanken und Empfindungen. Frage dich, was du gerade denkst und tust und antworte mit „Im Augenblick denke ich.../empfinde ich.../beschäftigt mich...“ Führe diese Übung mehrmals am Tag durch. So belanglos sie und somit vielleicht sogar das gesamte Konzept der Achtsamkeitsmeditation scheinen mag: sie funktioniert. Früher wurde sie belächelt, doch heute nutzen Mediziner und Ärzte diese Methode bei einer Vielzahl physischer und psychischer Beschwerden. Also, den inneren Kritiker überwinden und einfach mal ausprobieren!



**Christoph,**

### Wirtschaftsingenieurwesen

Besonders während der Klausurenzeit lasse ich mich leicht stressen. Um nicht gereizt oder übermäßig gestresst zu sein, lege ich mich schlafen und verbringe dann den Abend mit meiner Freundin oder

mit Kumpels. Auch **eine ruhige Stunde in der Natur** hilft mir, den Kopf frei zu bekommen und mich in meiner lernfreien Zeit vom Prüfungsstress abzukapseln.

**Julia,**

### Wirtschaftsingenieurwesen

Ich versuche, Stress aus dem Studium – den ich mir zum Teil auch selbst mache – in meiner Freizeit mit **Sport und Aktivitäten mit Freunden** abzufangen und auch vorzubeugen. Diese Zeit ist für mich sehr wichtig, da ich hier einfach mal abschalten kann.



**Isabelle,**

### Elementarbildung

In meinem Studium gab es anfangs Seminare zum Thema wissenschaftliches Arbeiten, was mir geholfen hat, mit Stress und Nervosität umzugehen. Später hatten wir dann Selbstmanagement, wo wir gelernt haben,

welche Aufgaben welche Prioritäten haben sollten, um die Zeitfresser herauszufiltern (soziale Medien z. B.). Trotzdem muss ich auch mal abschalten abends, in Form von netten **Gesprächen mit den Mitbewohnern** oder Netflix.

**Patricia,**

### Management im Gesundheitswesen

Auch wenn ich nicht der sportlichste Typ bin, merke ich, dass mir das Lernen weitaus leichter fällt, wenn ich mich während der Prüfungszeit sportlich betätige. Sei es **joggen, schwimmen** oder auch **Yoga**. Ausgepowert, aber mit freiem Kopf, wende ich mich dann wieder meinem Lernstoff zu



**Ronald,**

### Advanced Management

Ich habe neben meinem Vollzeit-Studium noch Vollzeit gearbeitet, dadurch war Stress eigentlich unvermeidbar. Mir hat geholfen, Leute zu finden,

die in einer ähnlichen Situation waren wie ich, also auch gearbeitet haben, denn das Wichtigste zur Stressvermeidung ist **das Planen und Einteilen von Zeit**.



## JOBS MIT ZUKUNFT BEIM ARBEITER-SAMARITER-BUND

- > **Duales Studium in Sozialer Arbeit, Soziale Dienste**
- > **FSJ, BFD, Soziales Praktikum**
- > **Heilerziehungspfleger (m/w/d)**
- > **Heilerziehungspflegeassistent (m/w/d)**
- > **Kaufmann für Büromanagement (m/w/d)**
- > **Notfallsanitäter (m/w/d)**
- > **Pflegefachmann (m/w/d)**

Infotel. 07131/97 39 109

bewerbung@asb-ulm.org

Jetzt für 2020 bewerben!

Wir helfen hier und jetzt



www.facebook.de/asb.ulm  
www.asb-ulm.org

Arbeiter-Samariter-Bund  
Baden-Württemberg e.V.  
Region Ulm, Alb-Donau,  
Heidenheim, Aalen



**Das Donaubad bietet für jeden etwas:** wilde Rutschen und ein Wellenbecken, wohlige warmes Thermalwasser und einen großen Saunabereich

Das **Donaubad in Neu-Ulm** bietet für jeden etwas – viel Spaß, aber ebenso Erholung – und das **am Dienstag zum Studi-Sonderpreis!**

## AB INS GRÖSSTE ERLEBNISBAD DER REGION

**S**paß und Action findet ihr im Erlebnisbad mit Wellenbecken, Rutschenanlage (3 Rutschen), Strömungskanal, Entspannungsbecken, 25-m-Schwimmerbecken, Dampfbad und Kleinkinderbereich. Bei etwa 36 Grad warmem Thermalwasser gibt es im Thermalbereich schon etwas Ruhe. Zwei weitere Becken mit Sprudelliegen sowie Massagedüsen stehen hier zur Verfügung. Im Sommer ist im Erlebnisbad-Eintrittspreis auch der kostenlose Übertritt ins Freibad mit inbegriffen.

**Ruhe und Entspannung** findet ihr in der Saunalandchaft. Eingeheizt wird in Finnischer-, Vier-Jahreszeiten-, Sudhaus-, Blockhaus-, Münsterblick- und Biosauna. Neben Dampfbad, Meditationsraum und Entspannungsbecken gibt es tolle weitere Angebote, wie zum Beispiel die monatlichen Saunaabende mit Motto oder das Entspannungsprogramm mit Yoga und autogenem Training. Ein weiteres Highlight sind die ständig wechselnden Dampfbadanwendungen/-peelings.

**Für Studis** ist der Dienstag besonders attraktiv: Die Tageskarte für Erlebnisbad und Sauna kostet dann nur 15 € (statt 23,50 €) und vier Stunden im Erlebnisbad nur 7 € (statt 11 €). Satte Rabatte also!

**Romantisch wird es** in den Wintermonaten immer am dritten Samstag im Monat. Bei Kerzenschein und sanfter Musik kann man im Erlebnis- und Thermalbad sowie in der Sauna entspannen. Wohlige Stunden voller Ruhe und Genuss warten auf euch! Mit einer großen Anzahl an Kerzen, Lichtern, Kronleuchtern, Kerzenständern, Gläsern, Strahlern und offenem Feuer im Außenbereich entsteht eine romantische Atmosphäre. Zur Donaubad-Anlage gehört auch eine Eisssportanlage mit zwei Eisflächen, die im Winter von Oktober bis März zur Verfügung steht. Hier findet jeden Samstag auch die Eisdisco mit DJ & Lichteffekten statt. In der Donaubad kann man jeden Dienstag bei der legendären After-Work-Salsaparty in Schwung kommen – mit dem Besten aus Salsa, Merengue, Bachata und Kizomba!

### INFORMATION

Die nächsten Termine für die **Candlelight-Abende:**  
16. 11., 21. 12., 18. 01., 15. 02., 21. 03.

### Donaubad

Wiblinger Straße 55  
89231 Neu-Ulm  
[www.donaubad.de](http://www.donaubad.de)



## EINTAUCHEN IN DIE WELT DER AUTOMATISIERUNGSTECHNIK

Interview mit Camilo Alberto Castro Giraldo, 23 Jahre, Kolumbien – Mein Praktikum bei GROB

### CAMILO, WIE WURDEST DU AUF DIE GROB-WERKE UND DEINE STELLE BEI GROB AUFMERKSAM?

Ich habe mich im Rahmen meines Elektrotechnikstudiums in Kolumbien dazu entschieden, ein Auslandssemester an der TU in Dresden und im Anschluss ein Praktikum im Bereich Elektromobilität über mein Stipendium mit dem DAAD (Deutscher Akademischer Austauschdienst) zu machen.

Bei meinen Internetrecherchen bin ich auf GROB gestoßen und habe mich auf die Stelle Softwareentwicklung/Innovationsmanagement beworben. Nach einem unkomplizierten und freundlichen Videointerview hatte ich die Stelle in der Tasche. Überzeugt haben mich die mir vorgestellten Aufgaben in der Automatisierungstechnik, die Unternehmensgröße und der Produktbereich Elektromobilität.

### KÖNNTEST DU UNS EINEN EINBLICK IN DEIN AUFGABENGEBIET GEBEN BZW. UNS DEINE PRAKTIKANTENSTELLE BEI GROB KURZ VORSTELLEN?

Anfangs habe ich bei der Softwareentwicklung einer Anlage für die elektrische Qualitätsprüfung von Elektromotoren mitarbeiten dürfen. Zudem habe ich verschiedene Teilprojekte, wie beispielsweise die Erweiterung einer Anlagensimulation sowie die Entwicklung digitaler Werkzeuge zur Prüfprotokollerstellung selbständig bearbeitet.

Erste praktische Erfahrungen mit GROB Anlagen konnte ich während der Softwarebetriebnahme einer Prototypenanlage sammeln. Besonders spannend waren für mich auch der Einsatz und das Kennenlernen verschiedener Softwareumgebungen.

### WAS HAT DICH AN DEINEM PRAKTIKUM BEGEISTERT?

Definitiv! Meine eigenen Ideen im Rahmen der Entwicklungsprojekte in die Tat umzusetzen und durch die Abwechslung zwischen Büro und Halle den direkten Praxisbezug zu haben.

### WELCHE HERAUSFORDERUNGEN GAB ES IN DEINEM ARBEITSUMFELD?

Langeweile habe ich die letzten sechs Monate nicht gekannt. Obwohl ich mir anfangs aufgrund der sprachlichen Barriere etwas schwer getan habe, würde ich sagen, dass ich alle Aufgaben – und jede davon war eine persönliche Herausforderung für mich – mit Unterstützung meiner Kollegen super meistern konnte.

### WELCHEN MEHRWERT SIEHST DU IN DEINEM PRAKTIKUM FÜR DICH PERSÖNLICH?

Bei GROB habe ich meine erste praktische Erfahrung außerhalb der Universität sammeln dürfen. Zudem habe ich meine Programmier- und Sprachkenntnisse vertieft sowie sehr viel über das Thema Elektromobilität gelernt. Außerdem weiß ich jetzt, dass ich mich auch zukünftig neuen Herausforderungen stellen kann.

### WÜRDEST DU STUDENTEN DIE GROB-WERKE WEITEREMPFEHLEN? WENN JA, WARUM?

Ja, auf jeden Fall! Ich bin ab dem ersten Tag im Team integriert worden und konnte mich immer auf meine Kollegen verlassen. Als Praktikant habe ich verantwortungsvolle Projekte übernommen und habe durch die vielfältigen und abwechslungsreichen Aufgaben im Bereich Automatisierungstechnik sehr viel dazu gelernt. Durch das Studentenprogramm konnte ich einen Einblick in verschiedene Bereiche eines Industrieunternehmens erhalten.

**GROB-WERKE** *Als global operierendes Familienunternehmen in der Entwicklung und Herstellung von Anlagen und Werkzeugmaschinen, schlägt das Herz der GROB-WERKE seit 1968 im bayerischen Mindelheim. Zu seinen Kunden gehören die weltweit namhaftesten Automobilhersteller, deren Zulieferer und weitere renommierte Unternehmen verschiedenster Branchen.*

**Haben Sie ebenfalls Lust bei spannenden Entwicklungsprojekten mitzuwirken?**  
Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung.

Mehr Infos über GROB als Arbeitgeber für Studenten unter:  
<https://www.grobgroup.com/karriere/ihw-weg-zu-grob/studenten/>



## Wenn das fünfte Lichtlein brennt ...

... dann habt ihr Weihnachten verpennt. Mit der **Weihnachtsmarkt-Übersicht** verpasst ihr aber garantiert keinen Weihnachtsmarkt in der Region – **Studi@SpaZz-Autorin Christine Kulgart** kennt sie alle und stellt die schönsten vor

### Ulmer Weihnachtsmarkt

25. November bis 22. Dezember 2019



Ende November ist es wieder so weit: 130 Stände auf dem Münsterplatz bieten Besuchern täglich von 10 bis 20.30 Uhr Geschenkideen, Weihnachtsdekoration, Nützliches und natürlich alles rund um das leibliche Wohl.

[www.ulmer-weihnachtsmarkt.de](http://www.ulmer-weihnachtsmarkt.de)

### Winter auf der Burg, Wintermarkt in Ulm

12. bis 15. Dezember 2019

Mit „Stürmt die Burg“ kam im Sommer bereits zum zweiten Mal Leben in die Wilhelmsburg. Nun findet zum ersten Mal der Wintermarkt „Winter auf der Burg“ statt. Mit dabei sind u. a. kleine Manufakturen und Live-Musik. Mit einem kostenlosen Shuttlebus kommt man auch ganz autofrei zum Ziel.

[www.aufderburg-ulm.de](http://www.aufderburg-ulm.de)

### Mittelalterlicher Weihnachtsmarkt Neu-Ulm

29. November bis 22. Dezember 2019



Bereits zum fünften Mal in Folge lockt der Mittelalterliche Weihnachtsmarkt auf dem Rathaus- und Johannesplatz Besucher zur Weihnachtszeit nach Neu-Ulm. Sonntags bis mittwochs von 11.30

Uhr bis 21.30 Uhr und donnerstags bis samstags sogar bis um 22 Uhr können sich Besucher auf eine Zeitreise ins

Mittelalter begeben und bei „Drachewurst“ und Met den Abend ausklingen lassen.

[www.weihnachtsmarkt-neu-ulm.de](http://www.weihnachtsmarkt-neu-ulm.de)

### Adventsmarkt in Giengen an der Brenz

5. bis 8. Dezember 2019

Vor dem Steiff-Museum und dem Postberg laden über 30 Buden jedes Jahr zum weihnachtlichen Verweilen auf dem Weihnachtsmarkt in Giengen ein. Neben einer lebendigen Krippe gehört das Rahmenprogramm auf der Showbühne zu den Höhepunkten.

### Wintermärchenmarkt Blaubeuren

30. November bis 1. Dezember 2019

An zwei Tagen verwandelt sich der Klosterhof in Blaubeuren in ein Winterwunderland mit über 50 Ständen und einem Weihnachtsflohmarkt vor der Klostermauer am 1. Dezember. Geöffnet hat der Wintermärchenmarkt am Samstag von 15 bis 20 Uhr, am Sonntag von 11 bis 19 Uhr.

### Christkindlesmarkt Memmingen

29. November bis 22. Dezember 2019



Klein, aber vor einer einzigartigen Altkulisse lockt der Memminger Christkindlesmarkt mit etwa 25 Buden und typisch schwäbischen Spezialitäten Besucher nach Memmingen. Im Innenhof des historischen Antonierhauses sind die lebensgroßen Figuren der Weihnachtskrippe des Memminger Malers Josef Madlener ein besonderes Highlight.

### Günzburger Altstadtweihnacht

4. bis 7. Dezember 2019



Im Dossenbergerhof in Günzburgs Innenstadt findet jedes Jahr am zweiten Adventswochenende die Altstadtweihnacht statt. Seit 1889 gehört auch der traditionelle Nikolausmarkt am 5. Dezember von 15 bis 22 Uhr dazu. Etwa 50 Stände laden zum Schlendern ein.

### Weihnachtsmarkt Geislingen an der Steige

13. bis 15. Dezember 2019



Rund um den Kirchplatz findet am dritten Adventswochenende der Geislinger Weihnachtsmarkt mit viel musikalischer Untermalung von Orgeln, Posaunenbläsern und Chören statt. Im Kirchencafé kann man sich nach dem Markt aufwärmen.

### Weihnachtsmarkt Laupheim

7. November bis 1. Dezember 2019

Vor dem Hintergrund von Schloss Großlaupheim locken etwa 40 Buden mit internationalen Köstlichkeiten und Weihnachtssouvenirs zum vorweihnachtlichen Bummeln ein.

### Burgauer Schlossweihnacht

14. bis 16. Dezember 2019



Teilweise bis 23 Uhr können Weihnachtsfans bei der „Schlossweihnacht“ in Burgau das besondere Ambiente rund um das Schloss der Marktgrafenstadt genießen.

### Biberacher Christkindles-Markt

30. November bis 15. Dezember 2019

Traditionell beginnt der Biberacher Christkindles-Markt am 1. Advent und hat täglich von 11 bis 20 Uhr, mittwochs und samstags ab 10 Uhr geöffnet. 70 Hütten bilden dabei ein wahres Weihnachtsdorf auf dem Biberacher Marktplatz.

### Göppinger Waldweihnacht

28. November bis 29. Dezember 2019



Wer auch nach Weihnachten noch Lust auf Glühwein und Punsch hat, für den eignet sich die Göppinger Waldweihnacht. Mit über 600 Tannenbäumen und Holzhütten verwandelt sich die Innenstadt in einen Weihnachtswald. Zum Rahmenprogramm gehören u. a. eine Eisstockbahn und der „Heilige Morgen“ am 24. Dezember.

Haben Sie Tipps, Reiseideen, Ausflugsempfehlungen? Bitte kontaktieren Sie uns: [redaktion@spazz-magazin.de](mailto:redaktion@spazz-magazin.de)

# 3 hours<sup>©</sup>

Die Region erleben – in drei Stunden am Ziel

## GÖPPINGEN UND GEISLINGEN

Nordwestlich von Ulm liegen **die Städte Geislingen an der Steige und Göppingen** so etwa 15 Kilometer voneinander entfernt. Perfekt für einen Tagesausflug, der auch bei schlechtem Wetter garantiert nicht ins Wasser fällt. **Studi@SpaZz-Autorin Christine Kulgart** weiß, welche Highlights die Städte zu bieten haben



### City Outlet Geislingen

Das City Outlet Geislingen bietet über 40 Home-, Fashion- und Lifestyle-Marken ganzjährig bis zu 70 % günstiger. Ob Fashion von Ara Shoes, Only, Betty Barclay, Carl Gross, Verò Moda, Trigema oder Triumph – wer sich neu einkleiden möchte, ist hier genau richtig. Wer auf der Suche nach etwas Neuem für sein Zuhause ist, freut sich über tolle Angebote in Shops wie Nachtmann, WMF, Rosenthal, Estella, Seltmann Weiden oder Gardena. Versüßt wird einem das Shopping-Erlebnis bei Lindt, DeBeukelaer, mymuesli und dem Gummibärenland. Natürliche Wellness-Produkte kann man bei Kneipp entdecken. Das Bistro in der WMF-Fischhalle bietet täglich abwechslungsreiche saisonale Gerichte und lädt darüber hinaus auch zu Kaffee und Kuchen für den kleinen Hunger zwischendurch ein.

Information: [www.cityoutletgeislingen.com](http://www.cityoutletgeislingen.com)

### Verlosung

Der **Studi@SpaZZ** und das **City Outlet Geislingen** verlosen **zwei 100 €-Gutscheine für die WMF-Fischhalle**.  
Betreff: „City Outlet“



### Trailrunning & Wandern auf Geislinger Löwenpfaden

Der Schwäbische Albtrauf kommt in Geislingen ganz unschwäbisch daher: mit seinen Reizen, Steigen und Aussichten reizt er nicht und steigert schnell Puls und Wanderlust. Zu entdecken gibt es die neuen Wanderwege „Löwenpfade“ sowie zahlreiche Aussichtsfelsen und grüne Täler des „Schwäbischen Grand Canyon“, wie der Albtrauf liebevoll von Einheimischen und begeisterten Gästen genannt wird.

Informationen zu den Geislinger Löwenpfaden und weiteren Rundwanderungen unter [www.geislingen.de/wandern](http://www.geislingen.de/wandern).

Seit Kurzem gibt es regelmäßig die Geislinger Lieblingsorte auf Instagram unter [geislingen.de](https://www.instagram.com/geislingen.de) zu entdecken. Hier zeigt die Stadt Geislingen die schönsten Fotos von den vielen tollen Aussichtspunkten am Albtrauf. Gäste können Fotos unter dem Instagram-Hashtag #meingeislingen teilen.

Fotos und [instagram.com/geislingen.de](https://www.instagram.com/geislingen.de)



### Lasertag-Arena Göppingen

Lust auf Abwechslung und Action? Dann nichts wie los zur Lasertag-Arena Göppingen. Hier taucht man in eine Parallelwelt aus Nebel, Lichteffekten und fluoreszierenden Farben ein. Spiele können online gebucht werden, aber auch vor Ort. Das Teamspiel Lasertag ist Hightech, Spaß, Bewegung und Adrenalin für jede Altersgruppe. Nach einer kurzen Einweisung durch geschultes Personal werden die Spieler mit einer Weste sowie einem Phaser ausgerüstet. Gespielt wird in einem futuristischen Parcours mit Hindernissen und Verstecken, die labyrinthartig aufgebaut sind. Passende Musik, leuchtende Bilder und Nebel sorgen zusätzlich für Action und maximalen Spielspaß. Ziel ist es, mithilfe des Phasers die Sensoren auf den Westen der Gegner oder unterschiedliche Sonderziele zu markieren. Gefragt sind dabei Teamfähigkeit, Ausdauer, Zielgenauigkeit und taktisches Vorgehen.

Für Geburtstagsfeiern, Junggesellen-/Junggesellinnen-Abschiede, Firmenevents, Klassenausflüge, Vereinsaktivitäten sowie Partys jeder Art ist dieser Sport bestens geeignet und bietet eine willkommene Abwechslung zu den üblichen Freizeitaktivitäten. 24 Spieler können auf 750 m<sup>2</sup> Spielfläche gleichzeitig spielen.

Information: [www.lasertagarena-gp.de](http://www.lasertagarena-gp.de)

### Verlosung

Der **Studi@SpaZZ** und die **Lasertag-Arena** verlosen **4 Lasertag-Spiele**.  
Betreff: „Lasertag“



### Eröffnung Mai 2020: Das Märklineum

Auf einer Gesamtfläche von rund 3.000 m<sup>2</sup> entsteht eine moderne Ausstellung mit einer eindrucksvollen Modelleisenbahnanlage. Im Mai 2020 soll das Märklineum am Stammsitz der Firma Märklin in Göppingen eröffnen. Nicht nur Modelleisenbahnfans können hier die traditionsreiche Geschichte der Firma Märklin erleben. Der erste Bauabschnitt, der Märklin Store, wurde bereits fertiggestellt und eröffnet. Als Stahlkonstruktion in der Optik eines Lokschuppens aufgebaut, ist der Store alleine für sich sehenswert. In Glasvitrinen werden die Produkte der Firmen Märklin, Trix und LGB präsentiert. Darüber hinaus sind alle namhaften Hersteller von Zubehörtartikeln im Sortiment. In der dazugehörenden Fundgrube sind besondere Schnäppchen zu erstehen, und im Märklin-Service kann jeder Modellbahn geholfen werden. Im Hof vor dem Museum erwartet die Besucher eine Lokomotive der Baureihe 44. Derzeit wird die Lok aufwändig restauriert. Der zweite Bauabschnitt, das Herzstück, soll im Mai 2020 eröffnen. Die Historie von Märklin wird über moderne Kommunikationskonzepte anschaulich und verständlich aufbereitet. Die 400 m<sup>2</sup> große Modellbahnanlage ist auf zwei Ebenen zugänglich und wird zum Zeitpunkt der Eröffnung noch weiter Gestalt annehmen.

Information: [www.maerklin.de](http://www.maerklin.de)

### Verlosung

Der **Studi@SpaZZ** und das **Märklineum** verlosen **2 x 1 Eintrittskarten**.  
Betreff: „Märklineum“

**DU WILLST BEI EINER VERLOSUNG AUF DIESER DOPPELSEITE GEWINNEN?**

Dann schicke **bis 8. Dezember 2019** eine E-Mail mit deinem Namen, der vollständigen Adresse und dem entsprechenden Betreff an [verlosung@studispazz.de](mailto:verlosung@studispazz.de)



PS

„Kühlschrank leer, Taschen leer –  
Studentendiät nach Bafög“

**R**atschlag der Studenten der Ernährungswissenschaft: Spinat schmeckt am besten, wenn man ihn kurz vor dem Verzehr durch ein großes Steak ersetzt.

**W**arum stehen Studenten schon um sechs Uhr auf? – Weil um halb sieben der Supermarkt zu macht.

**P**rof: „Jeder, der die Prüfung besteht, bekommt ein Bier.“ Der Hörsaal jubelt! Prof holt Sixpack Bier hervor: „Das sollte reichen.“ Der Hörsaal schweigt.

**C**hatverlauf zwischen zwei Studenten: Student 1: Wie läuft es in der Uni? Student 2: Der Orangensaft ist konzentrierter als ich ...

**L**erntipp: Mach eine Pause. Streck dich. Mach einen Spaziergang, geh zum Flughafen. Steig in einen Flieger. Komm nie wieder zurück.

**W**ort zum Wochenende: Wer torkelt so spät durch Nacht und Wind, es ist ein Student, vom Rausch fast blind. Er hält es sicher, er hält es warm, das letzte Bier in seinem Arm.

**I**ch bin WGtarier – ich esse alles von meinen Mitbewohnern.

**E**ntschuldigung, darf ich hier Bier trinken?“ „Junger Mann, das ist eine Bibliothek!“ „Ah ... also leise aufmachen?“

**H**abe heute überhaupt keine Verbindung zu meinem E-Lan.

**I**n der Vorlesung ertönt plötzlich das Wort „klausurrelevant“. Alle erwachen aus ihrem Tiefschlaf. 200 Kulis klicken. 7 Bierflaschen fallen um. In der letzten Reihe wird hastig ein Lagerfeuer ausgetreten.



Schickt uns eure Studi-Witze an [witze@studispazz.de](mailto:witze@studispazz.de).  
Jeder veröffentlichte Witz wird vom Xinedome mit **zwei Freikarten** belohnt.

Der SpaZz  
sucht  
→ **Verstärkung**



KSMVERLAG

Als quirliger, junger Verlag suchen wir zum nächstmöglichen Zeitpunkt einen

→ **Anzeigenverkäufer** (m/w/d)

Auf selbstständiger Basis

Sie sind kontaktfreudig, serviceorientiert, sind sicher im Auftreten und besitzen bestensfalls schon Erfahrung?

Sind Sie sicher im Umgang mit den üblichen Office-Anwendungen?

→ **Interesse?**  
Bitte melden Sie sich:

**KSM Verlag**  
Teresa Elsaesser  
Telefon 0731 – 378 3293  
[elsaesser@ksm-verlag.de](mailto:elsaesser@ksm-verlag.de)

Die Marken  
des KSM Verlags:

SpaZz

Studi@  
SpaZz

Dr.  
fit

DER  
RESTAURANTFÜHRER

DER  
BARFÜHRER

DER  
EVENTPLANER

DER  
MUSEUMSFÜHRER

DER  
WELL & FIT FÜHRER

**VORSCHAU**

DIE NÄCHSTE AUSGABE DES Studi@SpaZz ERSCHEINT IM APRIL 2020



# Studi@ren

INNOVATIONSREGION ULM.  
DIE CLEVERE ALTERNATIVE.

[www.innovationsregion-ulm.de](http://www.innovationsregion-ulm.de)



„EINFACH ÜBERZEUGEND, WENN  
KÜNSTLICHE INTELLIGENZ  
TRIFFT.“

**MARIE, 22,**  
STUDIERT AN DER UNI ULM  
INFORMATIK IM 2. SEMESTER

INFOS ZUM STUDIUM IN UNSERER  
REGION FINDEST DU AUF  
[www.innovationsregion-ulm.de/](http://www.innovationsregion-ulm.de/)  
ausbildung



Innovationsregion Ulm  
Olgastraße 101, D - 89073 Ulm  
Tel.: 0731/173-121  
[info@innovationsregion-ulm.de](mailto:info@innovationsregion-ulm.de)

