

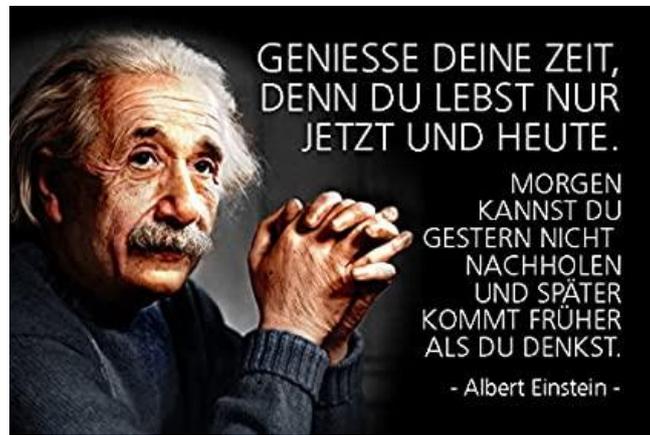
IBIS NEWS

Juni 2021



Hallo Zusammen,

so langsam kommt Normalität zurück. Restaurants, Bars und Fitness-Studios öffnen, die Menschen treffen sich wieder und genießen die zurückgewonnene Freiheit. In solchen Momenten merken wir sehr schnell, wie wichtig Selbstbestimmtheit ist und was für ein Privileg wir haben, dass wir in einer Zeit und einem Land leben, wo wir uns selbst verwirklichen und selbst Entscheidungen treffen können. War uns das vor der Pandemie auch schon so bewusst? Waren wir uns klar darüber, was das bedeutet? Ist es dann nicht jetzt mal an der Zeit, sich wirklich glücklich zu fühlen und neue Ziele zu entwickeln? Ziele hinsichtlich des eigenen Lebens, des Studiums und der eigenen Zukunft? Wollen wir nicht alle mehr sein, mehr sein als nur ein Moment? Go for it. Denn nur Du kannst entscheiden, was mit Dir und Deinem Leben passiert. Nur Du kannst entscheiden, wie Du die Dinge siehst. Denn am Ende ist auch Regen ein Stück Himmel auf der Hand. Und mit dieser Sichtweise macht das Leben doch viel mehr Spaß.



Genieße die Sonne, Deine Freundschaften, Deine Familie und vor allem Dein Leben.

Dein IBIS -Team

Themen dieser Ausgabe

- **IBIS Onlineangebote**
 - SOS-Mathesprechstunde
 - Thesis-Bootcamp
 - Pimp Your Softskills: Digital Bootcamp
- **IBIS Lern- & Schreibtipp**
- **IBIS Tipps**
 - NEXPO: NACHHALTIG VERNETZT – Denken, Handeln, Fühlen
 - Karrierebus geht online
 - Empowerment-Tag für Wissenschaftlerinnen
 - LinkedIn Learning: IBIS Videoempfehlungen des Monats
- **Peer-Mentoring-Programm: Bewerbe Dich jetzt**
- **IBIS Preisausschreiben für Sketch-Notes**
- **(Kein) Rassismus @ HfWU?! Workshops im WiSe 2021/22**

IBIS Onlineangebote - IBIS goes #digital



SOS-Mathe-Sprechstunde

Du kommst bei einer Mathe-Aufgabe nicht weiter? Du hast bei einem Thema total den Überblick verloren oder grundsätzlich Schwierigkeiten mit Mathematik? Dann komm einfach in die offene SOS-Mathe-Sprechstunde

Hier werden alle Fragen und Probleme zum Thema Mathematik besprochen. Oder schreib eine Nachricht an jan.malec@hfwu.de und vereinbare einen individuellen Beratungstermin.

Wann: Mittwochs, 13:00 - 14:00 Uhr

Wo: MS Teams // Teamcode: rpw8n6s



Thesis-Bootcamp

Du fängst bald mit Deiner Abschlussarbeit an? Du brauchst aber noch ein bisschen Input, möchtest Dich mit anderen Studierenden austauschen und Rat von IBIS Schreibberaterinnen einholen? Dann bist Du beim Thesis-Bootcamp genau richtig.

Notiere Dir schon mal den Termin für das Thesis-Bootcamp, welches vom 19.07. - 22.07.2021 stattfindet. Du kannst Dich auch gerne jetzt schon anmelden. Die Plätze sind begrenzt.

4 Tage voller Workshops, Beratungssprechstunden und Austausch mit Gleichgesinnten. Alle Infos zum Bootcamp und zu den Inhalten bekommst Du noch per Mail.

Wann: 19.07. - 22.07.2021

Wo: MS Teams // Teamcode:6k46oca

Anmeldung per Mail: alina.kuthe@hfwu.de



Pimp Your Softskills - Digital Bootcamp

Unter dem Motto „Digital Bootcamp“ bieten wir Dir vielfältige Workshops an, bei denen Du wichtige Kompetenzen erwerben kannst. Damit bist Du perfekt als zukünftige Führungskraft vorbereitet, die Digitalisierung nicht nur aussprechen, sondern auch anwenden kann.

Die Workshop-Reihe "Digital Bootcamp", die im SoSe 2021 und im WiSe 2021/22 stattfindet, wird von der Unternehmensberatung Achtzig20 durchgeführt, die Expert*innen in dem Bereich Projektmanagement, Agilität und Digitalisierung sind.

Im Sommersemester 2021 findet der Workshop „Projektmanagement“ statt. Nutze Deine Chance und sichere Dir einen der wenigen freien Plätze.

Wann: Teil 1: 24.06.2021 // 14:00 - 18:00 Uhr & Teil 2: 25.06.2021 // 13:00 - 17:00 Uhr

Wo: MS Teams

Anmeldung per Mail bis 19.06.2021 an jessica.lubzyk@hfwu.de.

Im WiSe 2021/22 finden folgende Workshops statt:

- Customer Centricity
- Agile Methoden
- Process-Hub
- Marketing Bootcamp

Für die Workshops im Wintersemester 2021/22 kannst Du dich erst im Herbst nächstes Semester anmelden. Hierzu bekommst Du noch eine extra Mail im kommenden Semester.

IBIS Lern- & Schreibtipp



Organisation und Ruhe erhöhen Deinen Lern- und Prüfungserfolg

Der Juni ist der klassische Monat, das Lernen hochzufahren und Vollgas zu geben. Pausen und Erholungszeiten für Geist und Seele werden wenige Wochen vor den Prüfungen meist vernachlässigt.

Doch gerade jetzt, wo das Gehirn so viel leisten muss und wo der persönliche Stress möglicherweise deutlich höher liegt als sonst, benötigen wir unbedingt Pausen und Zeiten der Entspannung. Wann kann das Gelernte abgespeichert werden, wenn nicht in Lernpausen? Wie kann ich mich bestens konzentrieren, wenn ich nicht auch einmal am Tag so richtig entspannt abschalte?

Es gilt als Faustregel fürs Lernen:

- Nicht mehr als sechs Stunden am Tag lernen.
- Ideale Tagesaufteilung (wenn es der Stundenplan zulässt): Maximal 3 Stunden vormittags lernen und maximal 3 Stunden nachmittags.

- Aufteilung der 3 Stunden: 3 x 50 Min. lernen, dazwischen je 5 Min. Pause.
- Wie verbringst Du die 5 Min. Pause? Fenster öffnen, lüften, Blick raus ins Grüne, kurze Braingym-Einheit, Wasser trinken...

Es gilt als Faustregel fürs Entspannen:

- Mindestens 2x täglich Atem-Entspannung à 5 Min.: Bequeme Position im Sitzen oder Liegen einnehmen, tief in den Bauch einatmen, entspannt ausatmen. Der Bauch hebt und senkt sich dabei. Das ist alles und entspannt total! Und atmen musst Du sowieso - na dann am besten entspannt.
- Mache etwas, das Dir gut tut. Und 5 Min. nichts tun, können auch sehr entspannend sein. Oder höre Dein Lieblingslied an, mache Dir einen Kaffee, genieße die Stille und träume von Urlaub und Reisen, mache Sport... Für jeden ist Entspannung etwas Anderes. Finde Dein Entspannungsritual.

Wenn Du diese Faustregeln für Dich beherzigst, dann kannst Du bessere Prüfungsergebnisse erzielen – und das auch noch entspannter!

Viel Erfolg beim Lernen 😊



Citavi – Nicht nur Literatur verwalten, auch Wissen

Citavi als Literaturverwaltungsprogramm kennst Du vielleicht. Aber kennst Du auch die Funktion „Wissen“, um Zitate zu verwalten und zu organisieren?

Unter dem Reiter „Wissen“ kannst Du alle relevanten Aussagen und Textpassagen für Deine Arbeit speichern. Wenn Du das passende PDF-Dokument bei einem Titel hinzugefügt hast, kannst Du häufig sogar einfach den Text markieren und mit dem roten Marker die markierte Stelle als Zitat übernehmen.

Neben den direkten Zitaten aus den Dokumenten kannst Du natürlich auch selbst eigene Gedanken, Zusammenfassungen oder indirekte Zitate sammeln. Sogar Bilder oder Sprachdateien lassen sich dabei ganz einfach markieren und speichern. Später kannst Du diese dann einfach in Word über die Citavi-Add Funktion einfügen.

Alle von Dir gespeicherten Wissens Elemente kannst Du dann losgelöst von der jeweiligen Quelle, z.B. sortiert nach Deiner jeweiligen Kategorie, anzeigen lassen. Dafür klickst Du auf den Reiter „Wissen“. Verwende am besten die Kategorien passend zu Deinen einzelnen Kapiteln und Unterkapiteln. So kannst Du dir passend für jedes Kapitel die dafür gespeicherten Wissens Elemente anzeigen lassen – und los geht es!

Citavi kannst Du Dir kostenlos installieren. Alle Infos findest Du bei der Bibliothek auf der [HfWU Homepage](#).

Viel Erfolg bei Deiner wissenschaftlichen Arbeit. Falls Du Fragen hast, kannst Du gerne in die offene IBIS Writing Lab Onlinesprechstunde kommen oder einen individuellen Schreibberatungstermin vereinbaren.

IBIS Writing Lab Onlinesprechstunde

Dreimal die Woche bieten wir eine einstündige Onlinesprechstunde über Teams an. Hier können alle teilnehmen, die uns Fragen stellen möchten.

Wann: Montag (Jessi), Mittwoch (Alina), Freitag (Alina) // 13:00 - 14:00 Uhr

Wo: MS Teams, Teamcode: f0hszt9

Individuelle Schreibberatung

Jessica Lubzyk (Geislingen): jessica.lubzyk@hfwu.de

Alina Kuthe (Geislingen und Nürtingen): alina.kuthe@hfwu.de

Sylvia Lepp (Nürtingen): sylvia.lepp@hfwu.de

IBIS Tipps



NEXPO: NACHHALTIG VERNETZT – Denken, Handeln, Fühlen

Mit der NEXPO lädt Dich das studentische Projektteam der Ringvorlesung Nachhaltige Entwicklung zu einem digitalen Event ein, in dem Du spielerisch, niedrighschwellig und interaktiv mit anderen Teilnehmer*innen in den Austausch über verschiedene Aspekte der nachhaltigen Entwicklung kommst.

Studierenden unterschiedlicher Studiengänge haben sich mit dem Phänomen beschäftigt, dass pures Wissen über Nachhaltigkeit nicht ausreicht, um ins Handeln zu kommen - gewohnte Verhaltensweisen, in der eigenen Filterblase reproduzierende Denkweisen und manchmal auch erhobene moralische Zeigefinger, wirken dem entgegen.

Bei diesem sozialen Online-Event erwartet Dich ein abwechslungsreiches Programm mit neuen Impulsen, die Lust auf nachhaltiges Handeln machen und zum Nachdenken anregen!

Abschluss der Ringvorlesung: Do, 24. Juni 2021 // 14:00 – 17:00 Uhr

NEXPO – Nachhaltig vernetzt: Denken, handeln, fühlen (Samira Böhmisch, Johannes Briemann, Luisa Höhn, Janosch Ludwig, Ivana Tokic, Dorothee Apfel, Johannes Fuchs)

Den Link zum Vortragsraum senden wir Dir nach Deiner Anmeldung zu.

Anmeldung per Mail an: boehmischs@stud.hfwu.de



Der KarriereBus geht online - im Gespräch mit Unternehmerinnen

"Steige in den KarriereBus ein" und lass Dich dabei von erfolgreichen Frauen inspirieren, die als Unternehmerinnen ihren Weg gefunden haben.

Profitiere von den Erfahrungen der Unternehmerinnen!

Mit dabei:

- Sonja Alefi, Little Travel Society, München
- Bettina Deininger, Momelino, Bobingen
- Linda Kelly, Biolandhof Kelly, Herdwangen

Wann: Mittwoch, 16.06.2021 // 16:00 - 17:30 Uhr

Wo: MS Teams

Alle Infos zur Veranstaltung zur Anmeldung findest Du auf der [HfWU Homepage](#).



Empowerment-Tag für Wissenschaftlerinnen

Um motivierte Frauen in ihrem beruflichen Werdegang zu empowern, braucht es Vernetzung, Unterstützung durch Mentor*innen und vor allem gute Vorbilder.

Die Baden-Württemberg Stiftung veranstaltet den 5. Empowerment-Tag zum Thema „Elternhaus, Bildung, Persönlichkeit - Die Einflussfaktoren unseres Erfolgs“. Bereits das fünfte Jahr in Folge bietet die Stiftung ein buntes Programm mit persönlichkeits- und karrierefördernden Workshops und Vorträgen an.

Wann: Mittwoch, 16.06.2021 // 18:00 - 22:00 Uhr
Wo: Zoom

Alle Infos findest Du [hier](#).



LinkedIn Learning - IBIS Videoempfehlungen des Monats

Über Deinen Hochschulaccount hast Du kostenfreien Zugang zur Video-Plattform [LinkedIn Learning](#). Dort stehen Dir ca. 20.000 Lernvideos in 7 Sprachen zur Verfügung.

Egal ob Rechnungswesen, Marketing, Grafikdesign oder Persönliche Entwicklung – unter den 3 Kernthemen Business, Kreativität und Technik ist für jede*n etwas dabei. Du kannst Dir ein wöchentliches Lernziel setzen, die Videos in individuellen Sammlungen speichern und so flexibel und bequem von zuhause aus die Videos streamen.

Also: Netflix, AmazonPrime und Co aus – LinkedIn Learning an! Zumindest manchmal 😊

Hier sind unsere Videoempfehlungen des Monats:

- [Agil arbeiten: Vom Wasserfall zum agilen Projektmanagement](#)
- [Eigenwahrnehmung verbessern](#)
- [Gehirngerechtes Lernen](#)
- [Digitalkompetenz: Digitale Inhalte erstellen](#)
- [Rhetorik: Mit guten Argumenten überzeugen](#)

Peer-Mentoring-Programm WiSe 2021/22



Du möchtest Mentor*in werden? Dann bewerbe Dich jetzt!

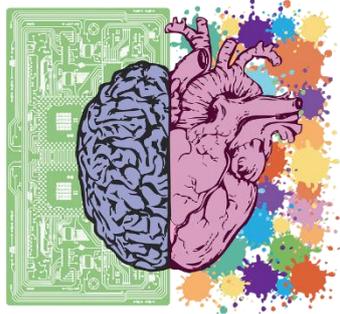
Du möchtest den Erstis im Wintersemester 2021/22 den Einstieg ins Studium erleichtern, hast Lust Deine Erfahrungen weiterzugeben und die Atmosphäre im Studiengang mitzugestalten? Dann bewerbe Dich mit einem kurzen Motivationsschreiben.

Die Vorlage für dieses Motivationsschreiben mit Leitfragen findest Du auf unserer Homepage. Bitte schicke Deine Bewerbung per E-Mail an peer-mentoring@hfwu.de. Weitere Informationen zum Peer-Mentoring-Programm findest Du auf der [Homepage](#).

Bitte bewerbe Dich idealerweise bis zum Ende der Prüfungszeit.

Wir freuen uns auf Dich!

IBIS Preisausschreiben für Sketch-Notes



Sei kreativ und gestalte mit!

Du wolltest schon immer Deiner kreativen Ader freien Lauf lassen und an der Hochschule etwas mitgestalten? Du hast ein Auge fürs Detail? Sketch-Notes oder Zeichnungen für bestimmte Anlässe sind nichts Neues für Dich und beim Zeichnen gehst Du erst richtig auf? Und Du hast Interesse daran, als studentische Hilfskraft unsere Website aktiv mitzugestalten?

Dann hast genau Du jetzt die Möglichkeit, an unserem Preisausschreiben teilzunehmen!

Was ist die Aufgabe?

Wir möchten, dass Du exemplarisch für die Leerstelle zu Beginn des „[Erstsemester-Navigators](#)“ auf der Website der HfWU eine Sketchnote anfertigst.

Gibt es etwas zu gewinnen?

Neben der Anstellung als studentische Hilfskraft des Kompetenzzentrums Lehre für die beste Sketchnote, vergeben wir noch drei Wertgutscheine.

1. Preis: Gutschein der Buchhandlung Zimmermann über 100 €
2. Preis: Gutschein der Buchhandlung Zimmermann über 50 €
3. Preis: Gutschein der Buchhandlung Zimmermann über 25 €

Darüber hinaus: Die Teilnehmer*innen, die von unserer Jury als die 13 besten gekürt werden, bekommen einen ganztägigen Workshop am Samstag, den 09.10.2021 von [Sigi Bütetisch](#).

Was gibt es noch zu sagen?

- Deine Sketchnote schickst Du an das Kompetenzzentrum Lehre der HfWU. Du kannst Sie gerne in unseren Briefkasten Nr. 69 im Gebäude CI5 in der Neckarsteige selbst einlegen oder per Mail an ibis@hfwu.de schicken.
- Für Deine Teilnahme benötigen wir von Dir eine Eigenständigkeitserklärung, welche besagt, dass deine Zeichnung frei von Rechten Dritter ist.
- Die Bewerbungsfrist endet am Samstag, den 18. September. Unsere Jury entscheidet sich bis Samstag, 25.09.2021. An diesem Tag bekommst Du das Ergebnis der Auswahl mitgeteilt.

Also worauf wartest du noch?

Bleistift in die Hand und kreativ sein! Viel Spaß und viel Erfolg!

(Kein) Rassismus @ HfWU?! Workshops im WiSe 2021/22



Wir müssen uns von der Vorstellung verabschieden, dass Rassismus nur von Rassisten produziert und reproduziert wird.“ (Eric Otieno)

Am 08.06.2021 bildete der von ca. 50 Studierenden besuchte Vortrag von Eric Otieno den Auftakt zu den Angeboten zum Thema Anti-Rassismus im Wintersemester 2021/22.

Was erwartet Dich?

Empowerment-Training für Studierende mit Rassismuserfahrungen

Menschen, deren persönliche Biografien z.B. nach Afrika, Asien oder in die Türkei zurückweisen, machen in Deutschland rassistische Erfahrungen in verschiedener Form, Intensität und Ausprägung. Der Anteil dieser Menschen in unserer Gesellschaft wird größer. Die Bedrohung durch rassistische Angriffe steigt, aber auch der Alltagsrassismus hat eine enorme Bedeutung für das Leben hier. Im zweitägigen Empowerment-Training wird Dir die Möglichkeit zum Kennenlernen gegeben: zum persönlichen Kennenlernen und auch zum Kennenlernen der verschiedenen kulturellen und politischen Hintergründe. Wir kommen aus verschiedenen Kontexten, mit verschiedenen Erfahrungen. Doch uns verbindet die Erfahrung des Rassismus im Deutschland von heute. Wie können wir trotz dieser tagtäglichen Wirklichkeit unsere eigenen persönlichen Ziele verfolgen, wie können wir konstruktiv in dieser Gesellschaft leben und was können wir tun, um Rassismus zu verringern?

Wer: Mutlu Ergün-Hamaz und N.N. (beide Trainer*innen vom Phoenix e.V.)

Wann: Montag & Dienstag, 18. & 19.10.2021 // jeweils 9:00 - 17:00 Uhr

Anti-Rassismus-Training für Studierende zur Sensibilisierung von (eigenen) Rassismusthematiken

Im zweitägigen Anti-Rassismus-Training wird Dir die Möglichkeit gegeben, die Mechanismen des Rassismus zu entdecken und Wege zu einer Verringerung des Rassismus zu finden. Dabei ist die Entdeckung des Rassismus auf der persönlichen und der strukturellen Ebene wichtig. Das Anti-Rassismus-Training hilft, die Eingebundenheit der eigenen Persönlichkeit in rassistische Denk- und Gefühlsmuster zu erkennen und einen Bogen zu schlagen zu der rassistischen Prägung in der Sozialisation. Im Alltag werden diese Prägungen durch Medien, durch Zusammensein in Familie, Beruf und Freund*innenkreis immer wieder bestätigt. Die politische Alltagskultur verstärkt zudem diese Klischees. Das Training will Erkenntnis stärken, den Kontakt zum eigenen Ich verstärken und stellt letztendlich die Frage: Wie kann ich wirkungsvoll etwas gegen Rassismus unternehmen?

Wer: Dr. Cyril Brand und Mutlu Ergün-Hamaz (beide Trainer vom Phoenix e.V.)

Wann: Mittwoch & Donnerstag, 24. & 25.11.2021 // jeweils 9:00 - 17:00 Uhr

An beiden Workshops können jeweils max. 18 Personen teilnehmen. Die Teilnahme ist kostenfrei.

Beide Workshops sind in Präsenz (Nürtingen) geplant, können bei Bedarf kurzfristig jedoch auch digital durchgeführt werden. Alle Details hierzu sowie zur Anmeldung bekommst Du in den nächsten Wochen per E-Mail. Also EMails checken nicht vergessen 😊

Ansprechpartnerinnen: Sabine Wanko (sabine.wanko@hfwu.de) und Isabel Acker (isabel.acker@hfwu.de)

Kontakt



#ibis_hfwu #IBISONINSTAGRAM

Whoop, whoop... IBIS ist jetzt auch auf Instagram.

Folge uns auf Instagram und erfahre alle News. So verpasst Du nichts mehr. Was will man denn mehr? Und auch in der derzeitigen besonderen Zeit sind wir über Instagram für Dich da.

#nofilter #studienberatung #meinibis #hfwu
#fürallesgibteseinhastag



Studienberatung IBIS am Standort Nürtingen

Marktstr. 16, C112
72622 Nürtingen
Telefon 07022/201 493

Studienberatung IBIS am Standort Geislingen

Bahnhofstr. 37
73312 Geislingen an der Steige
Telefon 07331/22 539

E-Mail: ibis@hfwu.de
www.hfwu.de/ibis
