

Campus HD

1113

++++ Eröffnungsfeier der Kita in der Humboldtstraße +++++ Spätestens jetzt den BAföG-Antrag stellen! +++++ Uni macht Theater – Der Theatercampus +++++ „Komm und initiiere“ – Die neue Ausstellung im zeughaus +++++ „Marstall en Swing“ – Swingabend im Marstallcafé +++++



So erreichen Sie uns ...

INFORMATION & BERATUNG – ALLGEMEINE INFOS

InfoCenter Triplex-Mensa am Uniplatz
Mo - Do 9.00 - 17.00 Uhr, Fr 9.00 - 15.00 Uhr

InfoCafé International – ICI
Zentralmensa, Im Neuenheimer Feld 304
Mo - Do 10.00 - 17.00 Uhr, Fr 10.00 - 15.00 Uhr

Psychosoziale Beratung für Studierende (PBS)
Gartenstraße 2
Tel: 06221.54 37 50
E-Mail: pbs@stw.uni-heidelberg.de

Anmeldung und Terminvereinbarung
Mo - Do 8.30 - 13.00 Uhr, 14.00 - 15.00 Uhr
Fr 8.30 - 12.30 Uhr

Offene Sprechstunde
(Anmeldung vor Ort zwischen 10.30 - 11.00 Uhr)
Mo - Do 11.00 - 12.00 Uhr

Internetbasierte Beratung (PBS)
Anmeldung unter www.pbsonline-heidelberg.de

Sozialberatung in der PBS
Sprechstunden ohne Voranmeldung:
Di 14.00 - 16.00 Uhr
Mi 14.00 - 16.00 Uhr
Tel: 06221.54 37 58

E-Mail: sozb@stw.uni-heidelberg.de

Persönliche Termine sind nach Vereinbarung möglich.

Rechtsberatung
Marshallhof 1, EG, Zi. 004
Di 14.30 - 16.00 Uhr

Kita-Verwaltung

Marshallhof 1, EG, Zi. 004
Tel: 06221.54 34 98
E-Mail: kitav@stw.uni-heidelberg.de
Sprechzeiten: Mo - Do 9.30 - 12.00 Uhr und nach Vereinbarung

STUDENTISCHES WOHNEN

Marshallhof 1, 1. OG
Tel: 06221.54 27 06
E-Mail: wohnen@stw.uni-heidelberg.de
Mi 12.30 - 15.30 Uhr, Fr 9.00 - 12.00 Uhr

STUDIENFINANZIERUNG

Marshallhof 3 (Zugang neben Haupteingang zeughaus)

BAföG

Tel: 06221.54 54 04
Fax: 06221.54 35 24
E-Mail: foe@stw.uni-heidelberg.de

Offene Sprechstunde im Foyer der Abteilung
Mo - Fr 8.00 - 18.00 Uhr

Persönliche Sprechstunde
Mi 12.30 - 15.30 Uhr

Ausführliche BAföG-Beratung im ICI
in der Zentralmensa (INF 304)
Mo 8.00 - 16.00 Uhr

Studienkredite

Tel: 06221.54 37 34
E-Mail: studienkredit@stw.uni-heidelberg.de
Mo - Fr 10.00 - 12.00 Uhr

RAUMVERGABE STUDIHAUS & INF

Bianca Fasiello
Tel: 06221.54 26 57
E-Mail: pr@stw.uni-heidelberg.de

ALLES WIRD GUT!

WIR MACHEN DEN KOPF FREI

STUDENTEN TICKET

1 Woche kostenlos
trainieren & entspannen

Einmal pro Person einzulösen bis zum 30.11.2013 im Wellness & Fitness Park deiner Wahl. Der Gutschein ist gültig in Verbindung mit einem Studentenausweis oder einer Immatrikulationsbescheinigung. Eine Barauszahlung ist nicht möglich.

PFITZENMEIER
WELLNESS & FITNESS PARK

Bensheim • Heidelberg / City Carré • Mannheim / City Airport
Mannheim / Seilwolf-Center • Neustadt • Schwetzingen
Schwetzingen / MediFit • Speyer • Wiesloch

www.pfitzenmeier.de



„Liebe Studierende,
ich hoffe, Sie alle hatten einen angenehmen Start ins Wintersemester!

Langsam aber sicher werden die Tage im Spätherbst dunkler. Doch die Herbstfarben und das bunte Freizeitangebot des Studentenwerks lassen die kalte Jahreszeit nicht aufs Gemüt schlagen. So kann man es sich bei einem Filmabend im Marstallkino gemütlich machen! Genießen Sie auch verschiedene Mensa-Specials an Sankt Martin und südländische Spezialitäten während der Lateinamerikanischen Woche!

Wir freuen uns auf Sie und einen bunten Herbst!“

Ulrike Leiblein
Geschäftsführerin Studentenwerk Heidelberg

Inhalt

02/03_einstieg

So erreichen Sie uns
Editorial | Inhalt | Impressum

04/05/06_servicezeit

Eröffnungsfeier der Kita in der Humboldtstraße
Spätestens jetzt den BAföG-Antrag stellen!
Wohnen in Heidelberg | StuRa-Wahl
zeitwille: „Komm und initiiere“
Weihnachtsbäckerei im Marstall
Uni macht Theater | Hochschulgruppen: radioaktiv

07_lesezeit

Buchtipp: Arthur Conan Doyle: Die neuen Abenteuer des Sherlock Holmes
Filmtipps der Redaktion

08/09/10/11_mahlzeit

Mein Lieblingsrezept zum Nachkochen
Vegetarischer Kochkurs | Mensa-Special
Die kulinarische Sprechstunde | Der Sonntagsbrunch
Der Mensa-Speiseplan für November
Öffnungszeiten | Marstallcafé goes Musical

12/13_auszeit

Lateinamerikanische Woche
Nachtflohmarkt | Marstallcafé en Swing
Ein November der Musik
Heidelbergs „Sex and the City“ | Der ICI-Club

14_redezeit

Die Kolumne: Herbstzeit, Regenzeit?
Die Umfrage: Herbstzeit, Regenzeit – Zeit zum Drinnenbleiben?

Impressum Campus HD

Ausgabe 11/13, Auflage: 7.500

Herausgeber: Studentenwerk Heidelberg AöR, Ulrike Leiblein (Geschäftsführerin) Marstallhof 1, 69117 Heidelberg, www.studentenwerk-heidelberg.de und campushd@stw.uni-heidelberg.de | **Redaktion:** Melanie Böttche (elm), Stefanie Bulirsch (stb), Gina Errico (mia), Nadine Hillenbrand (nah), Deborah Kram (kra), Angelika Mandzel (ika), Anja Riedel (ari), Mehtap Sahin (may), Jessica Walterscheid (jwa) | **Gesamtherstellung:** DER PLAN OHG, www.derplan-online.de | **Fotos und Abbildungen:** istockphoto.com (Titel, Seite 7), Studentenwerk Heidelberg (Seiten 3, 4, 6, 12), Melanie Böttche (elm) (Seite 8), Gina Errico (mia) (Seite 14) | **Campus HD** wird in den Mensen, Cafés, Wohnheimen und Verwaltungsabteilungen des Studentenwerks kostenlos verteilt.

„Wir hüpfen vor Freude“: Eröffnungsfeier der Kita in der Humboldtstraße

Mit dem Lied „Wir hüpfen vor Freude“ begrüßten die Kinder ihre Gäste nach der offiziellen Eröffnungsrede der Geschäftsführerin des Studentenwerks Heidelberg, Ulrike Leiblein, die sich zahlreich zur Eröffnungsfeier der „neuen“ Kindertagesstätte in der Humboldtstraße 17 versammelt hatten. Unter den Gästen befanden sich neben den Eltern der Kinder auch der Rektor der Universität Heidelberg Professor Bernhard Eitel, Dr. Hans J. Reiter vom Ministerium für Wissenschaft, Forschung und Kunst Baden-Württemberg und Myriam Feldhaus – Leiterin des Kinder- und Jugendamtes Stadt Heidelberg.



Zur Einweihung sang Rodolfo Lehnbech, Studentenwerks-Mitarbeiter für die musikalische Früherziehung und Musiklehrer, mit den Kindern ein Lied.

Das Studentenwerk Heidelberg realisierte schon im Jahre 1968 die Idee einer studentischen Kinderkrippe mit Tagesbetreuung und konnte nun die Kita-Betreuungsplätze des Studentenwerks Heidelberg mit dem Neubau nochmals erweitern. Damit wurden insgesamt 298 Plätze für Kinder zwischen zwei Monaten und sechs Jahren geschaffen. Allein im dreistöckigen Neubau können nun 65 Kinder mehr betreut werden als zuvor, die sich nun nach Herzenslust in der schönen Außenanlage, aber auch in den geräumigen Räumen und den dazugehörigen Terrassen der neuen Kita austoben können. Sehr zur Freude der größtenteils studierenden Eltern, die sich sicher sein können, dass bei ihren Kleinen keine Langeweile aufkommt. Zudem bieten alle Heidelberger Kitas des Studentenwerks einen Musik-



v. l. n. r. Myriam Feldhaus (Leiterin Kinder- u. Jugendamt Stadt Heidelberg), Ulrike Leiblein (Geschäftsführerin des Studentenwerks Heidelberg), Johanna Scheffer (Leiterin der Kindertagesstätte Humboldtstraße 17), Prof. Dr. Bernhard Eitel (Rektor der Universität Heidelberg), Ministerialrat Dr. Hans J. Reiter (Ministerium für Wissenschaft, Forschung u. Kunst Baden-Württemberg)

unterricht an: So konnten die Kinder in der Humboldtstraße ihr Können beweisen und ließen ihre Gäste begeistert applaudieren, als sie gemeinsam sangen und „Hand in Hand vor Freude hüpfen“, weil ihre Kita nun noch mehr Platz für noch mehr Freunde bietet. (may) ■

unterricht an: So konnten die Kinder in der Humboldtstraße ihr Können beweisen und ließen ihre Gäste begeistert applaudieren, als sie gemeinsam sangen und „Hand in Hand vor Freude hüpfen“, weil ihre Kita nun noch mehr Platz für noch mehr Freunde bietet. (may) ■

Schon BAföG beantragt?

Es ist immer eine Herausforderung, sich mit bürokratischen Papieren auseinanderzusetzen. Hier fehlt noch ein Kreuzchen, da muss noch ein Nachweis her – sonst wird das nichts mit dem Antrag! Ein Glück, dass man nicht ganz alleine die vielen Unbekannten bearbeiten muss: Die Beratung der Abteilung Studienfinanzierung des Studentenwerks Heidelberg ist für die Studierenden da und hilft bei Fragen rund um die Themen BAföG und Studienfinanzierung.

Das A und O der Antragstellung ist jedoch, dass der BAföG-Antrag rechtzeitig eingereicht wird. Man kann den Antrag bis zu zwei Monate vor Ausbildungsbeginn stellen – was jedoch erst sinnvoll ist, wenn feststeht, an welcher Hochschule man tatsächlich studieren wird. Spätestens im Verlauf des ersten Monats der Ausbildung bzw. eures Studiums sollte der Antrag gestellt werden. Der Antrag kann zwar auch später gestellt werden, aber die Förderung wird nicht rückwirkend gewährt. Das heißt, wenn euer Studium im Oktober begonnen hat und ihr den Antrag erst im November stellt, dann geht der Förderbetrag für den Monat Oktober verloren.

Der Antrag sollte zwar so vollständig wie möglich eingereicht werden; bestimmte Nachweise können jedoch auch nachgereicht werden. Es kann daher auch sinnvoll sein, einen Antrag fristgerecht, wenn auch unvollständig, einzureichen.

Auf der Homepage des Studentenwerks findet ihr nicht nur viele nützliche Tipps zum Thema BAföG, sondern auch den praktischen Online-Antrag. Dieser hat den Vorteil, dass euch eine Plausibilitätsprüfung beim Ausfüllen des Antrags hilft und euch über einzureichende Unterlagen informiert. Danach müsst ihr den ausgedruckten Antrag inklusive der Nachweise nur noch zur Post bringen!

In der offenen Sprechstunde der Abteilung Studienfinanzierung steht ihr euch von Montag bis Freitag von 8.00 bis 18.00 Uhr ein kompetenter Berater bereit, der euch alle Fragen zum BAföG beantworten kann. (stb) ■

Wohnen in Heidelberg

Die Wohnsituation in Heidelberg ist und bleibt prekär. Gemäß Informationen des ZDF ist auch zu Semesterbeginn noch jeder zehnte Studierende auf Wohnungssuche. Im Vergleich zum letzten Wintersemester stellt dies eine erhebliche Verschärfung der Lage dar. Die Gründe hierfür liegen einerseits in den doppelten Abiturjahrgängen und andererseits an einer erhöhten Immatrikulationsrate.

Das Studentenwerk Heidelberg versucht, der Verknappung an Wohnraum durch verschiedene Maßnahmen entgegenzuwirken. Im Neuenheimer Feld beispielsweise wurden sechs neue Gebäude mit rund 550 Zimmern errichtet. Hierdurch sind fast 250 zusätzliche Bettplätze entstanden. Im Klausenpfad wurden drei neue Gebäude mit insgesamt 265 Bettplätzen erbaut. Ergänzend hierzu wurde vorletztes Jahr auf den amerikanischen Konversionsflächen ein Areal mit 192 Wohnungen angemietet und für studentische Zwecke nutzbar gemacht. Seit zwei Jahren leben dort rund 650 Studierende. Parallel dazu werden derzeit zwei Wohnhäuser auf den Konversionsflächen saniert. Hier entstehen weitere 138 Bettplätze. Zusammenfassend lässt sich sagen, dass durch die ergriffenen Maßnahmen in den letzten zwei Jahren über 1.200 Bettplätze neu hinzugekommen sind.

Auch durch die Anwerbung von Privatzimmern wird versucht, die problematische Wohnraumsituation zu verbessern. Durch werbemäßig beschriftete Busse und Banner an verschiedenen Anlagen soll die Heidelberger Bevölkerung für das Thema sensibilisiert werden.

Studierende, die trotz aller Bemühungen noch keine Bleibe finden konnten, haben die Möglichkeit, für 4 Euro pro Nacht in den so genannten Notquartieren unterzukommen. Dies sind mit Betten ausgestattete Gemeinschaftsräume in Wohnanlagen, wo vier bis fünf Studierende in einem Raum mit Küche und sanitären Anlagen wohnen können. (mia) ■

StuRa-Wahl vom 18. bis 20. November

Jetzt kannst du mitbestimmen!

Heidelberg hat wieder eine Verfasste Studierendenschaft und hat sich im Mai für das Modell eines Studierendenrats (StuRa) entschieden. Jetzt ist es an der Zeit, dass dieser StuRa gewählt wird.

Alle Erstis und die alten Hasen, bei denen der Unistoff die Wahl verdrängt hat, fragen sich jetzt: Verfasste Studierendenschaft? StuRa? Was ist das und was interessiert es mich?

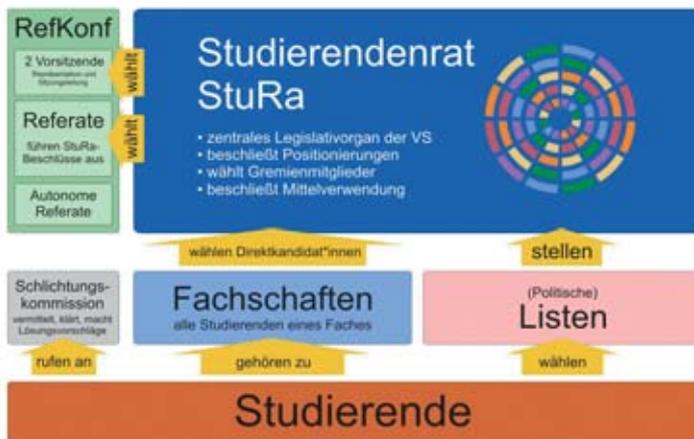
Hier einige Infos zur Wahl und Gründe, warum ihr wählen solltet:

Was ist die Verfasste Studierendenschaft?

Im Jahr 1977 wurde die Verfasste Studierendenschaft in Baden-Württemberg abgeschafft und durch verschiedene Fachschaftskonferenzen (FSK) ersetzt. Diese hatten jedoch politisch gesehen kaum ein Mitspracherecht und galten auch nicht als vertragsmündig. Im Juni 2012 beschloss der Landtag von Baden-Württemberg durch eine Änderung des Landeshochschulgesetzes (LHG) die Wiedereinführung der VS. In Heidelberg hat sich im Mai das Modell des StuRa durchgesetzt.

Was ist der StuRa?

Der StuRa setzt sich aus Vertretern aus Fachschaften und politischen Listen zusammen, welche von den Studis gewählt werden. Die Vertreter der Fachschaften werden direkt in den jeweiligen Studienfächern gewählt, während die Kandidaten der Hochschulgruppen uniweit gewählt werden können. Der StuRa ist das oberste legislative Organ der Studierendenschaft und ist somit deren Stimme. In inhaltlichen Referaten werden Themen wie das Semesterticket, Qualitätssicherungsmittel oder Bachelor-Prüfungsordnungen mitbestimmt. Und da kommst du ins Spiel!



Warum sollte ich wählen gehen und wie mache ich das?

Bisher hattest du bei Themen wie Bachelor-Prüfungsordnungen oder dem Semesterticket kein Mitspracherecht, hast dich aber trotzdem über Unsinnigkeiten und Preissteigerungen aufgeregt? Jetzt hast du die Möglichkeit, mitzubestimmen. Du kannst deinem Fachschaftskandidaten oder einem Kandidaten einer Hochschulgruppe oder studentischen Initiativen deine Stimme geben.

Die Wahl an sich ist ganz einfach. Vom 18. bis 20. November kannst du von 11.00 bis 16.00 Uhr wählen. Die Wahllokale befinden sich je nach Fakultät in der Neuen Uni, im Neuenheimer Feld, im Campus Bergheim und in Mannheim für die Mannheimer Mediziner. Du musst nur deinen Studierendenausweis mitbringen und kannst dein Kreuz setzen.

Und wenn du dich in Zukunft mehr beteiligen möchtest, lass dich als Kandidat für deine Fachschaft oder Hochschulgruppe aufstellen, dann kannst du direkt mitbestimmen.

Wenn du jetzt noch Fragen zu StuRa-Wahl hast, frage einfach deine Fachschaft oder schau auf www.stura.uni-hd.de vorbei. Also, nix wie hin zur StuRa-Wahl, denn nur so kannst du mitbestimmen! (jwa) ■

Zeitwille: „Komm und initiiere“

Vernissage am 8. November im zeughaus

Nach langer Vorankündigung hat das Warten endlich ein Ende: Wir freuen uns darauf, am 8. November um 19.00 Uhr die Ausstellung von Zeitwille im zeughaus mit euch eröffnen zu können! Thema der Ausstellung ist „Komm und initiiere“. Es geht vor allem darum, wie wir heutzutage mit Kommunikation umgehen und welche Themen uns dabei wichtig sind; dabei soll es auch um die Themen gehen, die für uns besonders wichtig sind, auch wenn wir nie darüber sprechen.

► Wie sind die Künstler auf dieses Thema gekommen?

Zeitwille: Das Thema kam zu uns beziehungsweise betrifft auch uns das Thema jeden Tag, jede Sekunde. Wie viele Menschen gehen auch wir regelmäßig in den Marstall. Dort sind uns immer die vielen Gespräche aufgefallen: Worüber reden die Leute, deren Sprache man nicht versteht, oder was hört man eigentlich manchmal raus, wenn man kein einzelnes Gespräch fokussieren kann?

► Welche Arbeitstechniken kann das Publikum erwarten?

Zeitwille: Wir benutzen an sich wie jeder Mensch alles, um etwas auszudrücken: Jeder Mensch ist an sich Künstler. Wir sehen keine Grenze zwischen Künstler und Publikum. Deshalb ist die Frage nach der Technik irrelevant: Selbst in diesem Moment kreieren wir etwas: Du hast dir die Fragen ausgedacht und wir versuchen, sie zu beantworten. Dann wird der Text von jemandem gedruckt, gestaltet, ausgeliefert usw. Schlussendlich liest jemand genau diesen Text, was wiederum Kreativität ist. Vielleicht schneidet sogar jemand eine Kollage daraus.

Als kleinen Vorgeschmack gibt es schon am 7. November um 19.00 Uhr im Lesecafé einen Vortrag von einem Wegbegleiter Joseph Beuys'. Am 8. November zu Beginn der Vernissage könnt ihr Luftballons mit Botschaften steigen lassen, die irgendwann zu Boden fallen, um die anonyme Kommunikation anzukurbeln. Für weitere Informationen zur Eröffnung der Ausstellung haltet ihr am besten eure Augen und Ohren im November offen. (kra) ■

UNISHOP HEIDELBERG
 UniShop Studentenkärzer
 Augustinergasse 2
 D 69117 Heidelberg
 T. +49.6221.54 35 54
 aktuell uni unishop heidelberg
www.unishop.uni-hd.de

Kurse zum LATINUM + GRAECUM
 während der Semesterferien und semesterbegleitend
 • für Anfänger und Fortgeschrittene • kleine Arbeitsgruppen
 • soziale Beiträge + Lernmittelfreiheit • erfahrene Dozenten
HEIDELBERGER PÄDAGOGIUM
 69120 Heidelberg, Schröderstr. 22a, Tel.: 45 68-0, Fax: 45 68-19
www.heidelberger-paedagogium.de

KOPIEREN. DRUCKEN. ZAUBERN.
 Abgabe-Termine
 Euer zuverlässiger
Zeitplan-Optimierer
 Express vs. Studien-Stress
BAIER DigitalDruck
 Mönchhofstraße 3
 69120 Heidelberg
 Tel. 06221 4577-11
 moenchhof@baier.de
 Im Neuenheimer Feld 371
 69120 Heidelberg
 Tel. 06221 600090
 inf@baier.de

Weihnachtsbäckerei im Marstall

Jingle bells, jingle bells, jingle all the way! Die Weihnachtszeit ist die schönste Zeit des Jahres. Es wird früh dunkel, aber das macht nichts, weil überall Kerzen brennen und der Duft von Tannengrün und Plätzchen



Die Studis präsentieren stolz ihr Backwerk.

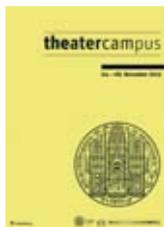
in der Luft liegt. In der Weihnachtszeit macht es richtig viel Spaß, gemeinsam mit Freunden zu backen, dabei Glühwein zu trinken und gemütlich ein bisschen zu quatschen. Selbst die größten Backmuffel finden auf einmal Freude am Plätzchenbacken oder

zumindest an den geselligen Abenden, die man miteinander verbringt, während die Plätzchen im Ofen schön knusprig und braun werden. Und wer freut sich nicht über eine kleine Tüte mit selbstgebackenen Keksen, die man von seinen Lieben geschenkt bekommt – einfach so, um zu zeigen, dass man aneinander denkt.

Damit eure Plätzchen dieses Jahr auch wirklich gelingen, öffnet der Marstall auch dieses Jahr wieder seine Tore zur Weihnachtsbäckerei. Am Mittwoch, den 4. Dezember, verwandelt sich das gemütliche Lesecafé von 15.00 Uhr bis 19.00 Uhr in eine Backstube, in der ihr unter fachkundiger Anleitung lernen könnt, welche Zutaten man – außer Liebe – zum Plätzchenbacken sonst noch braucht. Gebacken werden dieses Jahr Vanillekipferl, Butterplätzchen, Spritzgebäck, Kokosmakronen und Hildabrötchen. Euer eigens gebackenes Sortiment an Plätzchen könnt ihr natürlich am Ende mit nach Hause nehmen. Die Teilnahme am Plätzchenbackworkshop kostet 9,50 Euro pro Person. Ein heißer Glühwein, Stollen und alle Backzutaten sind im Preis natürlich inbegriffen. Mitbringen müsst ihr zu der weihnachtlichen Backstunde also nur gute Laune und etwas Geduld. Anmelden könnt ihr euch unter pr@stw.uni-heidelberg.de. (mia) ■

Uni macht Theater

Ihr wollt Theaterluft schnuppern, Bühnenerfahrung sammeln und intensiv über Stücke diskutieren? Dann habt ihr jetzt die einmalige Chance dazu. Vom 4. bis 8. November läuft die erste Kooperation zwischen Ruprecht-Karls-Universität und dem Theater und Orchester Heidelberg. Ihr tauscht Unibib gegen Theaterbühne, Büroarbeit gegen darstellende Kunst. Studierende und Lehrende der Universität Heidelberg sind während dieser Kreativwoche Teil der Theaterproduktion. Die Ergebnisse werden im Publikum erörtert und auch die Mitarbeiter des Theaters analysieren eure Arbeit. Ob Publikumsgespräche, Bühnenbildgestaltung oder Tanzprojekte, das Programm ist vielfältig. Der Theatercampus bietet die Möglichkeit, sich über Kunst und Wissenschaft auszutauschen und zu erfahren, was Theater und Universität gemein haben.



In die Welt der Geschichten könnt ihr im zwingen eintauchen, wenn die Theatergruppen der Universität Heidelberg Ausschnitte aus ihren Stücken präsentieren. Studierende erhalten gegen Vorlage ihres Ausweises für diese und für die Vorstellungen im Maguerre-Saal und im Alten Saal alle Tickets für 6,50 Euro. Die Backstage-Specials, bei denen ihr einen Blick hinter die Kulissen erhaschen könnt, sind kostenlos; allerdings müsst ihr euch hierfür bis zum 1. November unter theatercampus@heidelberg.de anmelden. Zum Abschluss erwartet euch die „Night of the Profs“, bei der sich Theatermacher, Schauspieler und Universitätsprofessoren die Macht über die Musik teilen und sich am Mischpult ausprobieren. Alle, die Lust auf Theatermachen bekommen haben, finden weitere Infos unter www.theaterheidelberg.de. (nah) ■

Konfrontation mit der Angst: Selbstbehaupten lernen

Manchmal mag einen dieses mulmige Gefühl nicht loslassen, sondern begleitet einen mit jedem Schritt, der weiter durch die nächtlichen Straßen führt. Im Normalfall bleibt es bei diesem Gefühl, denn nicht jede Angst realisiert sich in einem Übergriff. Wie ist aber mit jener Angst umzugehen? Inwiefern provoziert vielleicht gerade eine solch ängstliche Haltung einen Angriff? Und was ist zu tun, wenn man tatsächlich in eine Konfrontation mit einem Angreifer gerät?

Um diese Fragen zu beantworten, bietet das Studentenwerk in Zusammenarbeit mit der Polizei auch in diesem Semester wieder den Selbstbehauptungskurs für Studentinnen an. Einerseits werdet ihr in dem zweiteiligen Kurs natürlich lernen, wie ihr euch in der konkreten Angriffssituation effizient wehren könnt. Andererseits erfahrt ihr aber auch, wie ihr euer eigenes Verhalten und Auftreten modifizieren könnt, um für potentielle Täter uninteressant zu werden.

Folglich geht es in diesem Kurs nicht um komplizierte Verteidigungstechniken; vielmehr steht die eigene mentale Haltung im Mittelpunkt, die durch diese Gefährdungssituationen bereits vermieden werden können. Doch auch für den Fall der Fälle sollt ihr natürlich wissen, wie ihr einen Angreifer – trotz der Angst – abwehren könnt.

Wenn ihr hierzu also mehr erfahren wollt, dann seid ihr herzlich willkommen, und zwar am 21. November und 5. Dezember jeweils von 16.00 bis 19.30 Uhr im Marstall. Die Teilnahme ist kostenlos; da es jedoch nur eine begrenzte Anzahl an Plätzen gibt, wird um Voranmeldung unter pr@stw.uni-heidelberg.de gebeten. (elm) ■

Hochschulgruppen

radioaktiv – Dein Campus, dein Radio, deine Stadt



Bei radioaktiv gestalten Studierende die Sendungen des Campusradios für Heidelberg und Mannheim selbstständig und in eigener Regie. Es gibt sechs Ressorts mit je unterschiedlichen Themenschwerpunkten. Hierzu gehören Kultur, Musik und Sport. Zudem haben die Städte Heidelberg und Mannheim je ihr eigenes Ressort. In der Sendung HeiLife dreht sich alles um Heidelberg. Hier geht es um das Leben der Heidelberger Studierenden. Dabei sind die Radiobeiträge so abwechslungsreich wie das Leben selbst. Es werden Konzerte und Kunstausstellungen besucht, über Erlebnisse von Heidelberger Studierenden im Ausland berichtet, Rezepte ausgetauscht und vieles mehr. Die Sendung läuft immer dienstags von 18.00 bis 19.00 Uhr. Anschließend ist um 20.00 Uhr Teamsitzung in der Neuen PH. Hier wird über die vergangene Sendung reflektiert und die kommende geplant. Das Besondere an radioaktiv ist das Ausbildungsressort. Beim Heidelberger und Mannheimer Campusradio könnt ihr nämlich ganz nebenbei eine Ausbildung zum Redakteur zu absolvieren.

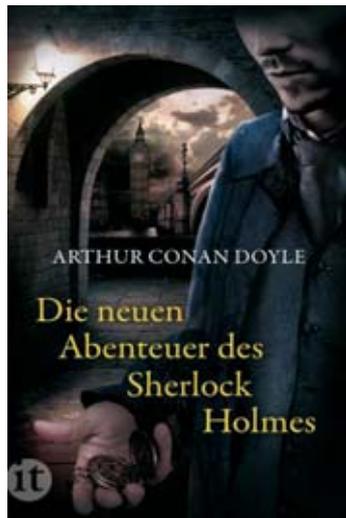
Bei radioaktiv kann man seine ganze Kreativität entfalten, lernt viele interessante Menschen kennen und bewegt sich immer direkt im Zentrum des Erlebnisradius Heidelbergs. Nebenbei lernt man so einiges über den Radiojournalismus und sammelt viele praktische Erfahrungen. Wer in seinem späteren Berufsleben einmal in die Welt der Medien einsteigen will, kann hier einen Einblick in das Berufsfeld Radio bekommen. In Heidelberg könnt ihr radioaktiv auf der Frequenz 105,4 hören, in Mannheim auf 89,6. Wer kein Radio zu Hause stehen hat, der kann auch im weltweiten Livestream reinschalten. Hierfür geht ihr auf die Internetseite www.radioaktiv.org und klickt auf „reinhören“. Wer nun neugierig geworden ist und gerne mitmachen möchte, melde sich bitte bei Ilona unter der Mail-Adresse heidelberg@radioaktiv.org. (mia) ■

Buchtipps der Redaktion

Arthur Conan Doyle: Die neuen Abenteuer des Sherlock Holmes

Sherlock Holmes und Dr. Watson sind wieder auf Verbrecherjagd. „Die neuen Abenteuer des Sherlock Holmes“ enthalten kurze Erzählungen, in denen das Gespann Holmes und Watson weitere Kriminalfälle löst.

Schon in der ersten Kurzgeschichte macht es Doyle besonders spannend, denn es kommt zur Begegnung mit James Moriarty, Sherlock Holmes gefährlichstem Gegner, weil er ihm intellektuell ebenbürtig ist. Leider nutzt Moriarty seine Fähigkeiten für das Böse und stellt somit eine Art dunkles „Spiegelbild“ Holmes' dar. Es kommt zum Katz-und-Maus-Spiel, das beide verlieren werden – so scheint es jedenfalls.



Lange hält Doyle seine Leser im Dunkeln, denn eigentlich wollte er mit der Erzählung „Das letzte Problem“ seinen Helden Sherlock Holmes sterben lassen, wahrscheinlich um nicht ständig gedrängt zu werden, neue Romane und Geschichten über ihn zu schreiben. Doch mit „Die neuen Abenteuer des Sherlock Holmes“ erweckt er ihn wieder zum Leben. Wie der flinke Holmes es schafft,

sich aus den Fängen des ebenso gerissenen, aber auch bössartigen Moriarty zu befreien um dann weitere spannende Fälle mit seinem Freund Dr. Watson zu lösen, könnt ihr nun selbst nachlesen.

Ein spannendes Werk über einen zeitlosen Privatdetektiv, der immer wieder Stoff auch für neue Hollywood-Blockbuster bieten wird. Ausleihen könnt ihr euch „Die neuen Abenteuer von Sherlock Holmes“ von Arthur Conan Doyle nun auch in der Studentenbücherei des Studentenwerks Heidelberg sowie auch weitere tolle Werke der Welt- und Fachliteratur. Die vierwöchige Ausleihe ist kostenlos. Die Öffnungszeiten sind von Montag bis Donnerstag von 11.00 Uhr bis 17.00 Uhr und freitags von 11.00 Uhr bis 14.00 Uhr.

Viel Vergnügen beim Stöbern! (may) ■

Filmtipps der Redaktion

Ein (fast) episches Finale

Am 4. November um 20.00 Uhr zeigt euch das KinoCafé den letzten Teil der Trilogie „Hangover“! Ausnahmsweise gibt es in der Handlung von „Hangover 3“, der dieses Jahr erst in die Kinos kam, keinen Junggesellen-Abschied. Trotzdem wird es wie immer chaotisch bis witzig. Diesmal geht es um das Verhältnis der Protagonisten zu Leslie Chow, der zu Beginn des Films aus einem thailändischen Gefängnis ausbricht. Das so genannte „Wolfsrudel“ wird daraufhin auf ihn angesetzt: Sie sollen Chow ausfindig machen. Dies gelingt ihnen nur über Alan, der trotz allem Kontakt zu Chow hatte. Der dritte Teil der „Hangover“-Trilogie findet ihren epischen Abschluss, wie hätte es auch anders sein können, in Las Vegas. Alle, die die Teile eins und zwei schon mochten, sollten diesen letzten Teil nicht verpassen, auch wenn man Ende doch nicht so recht glauben mag, dass dies wirklich das Finale ist. Vielleicht wollten sich die Macher des Films nur ein Türchen offen halten, um eine Fortsetzung zu ermöglichen.



Im November hält das KinoCafé eine Überraschung bereit. Die seit letztem Semester erfolgreich angelaufene KultKino-Reihe geht in die nächste Runde. Das Thema lautet am 20. November „Little Britan“, begonnen wird um 20.00 Uhr mit dem Film „Blow Up“ aus dem Jahre 1966. Der zweite Film des Abends wird „Barry Lyndon“ von Stanley Kubrick sein. Guillermo, engagierter studentischer Mitarbeiter des Studentenwerks, organisiert diese Abende einmal im Monat für euch, zudem gibt es zu Beginn der Reihe einen kurzen Filmvortrag von ihm persönlich. Diesmal geht es unübersehbar um England in seiner modernen und barocken Gestalt. Die Filme werden im Original mit Untertitel gezeigt; außerdem haben alle ICI-Clubmitglieder freien Eintritt. Wir wünschen viel Spaß! (may) ■

Dringend Plasma-Spender gesucht!

Plasmazentrum Heidelberg
Plasma spenden lohnt sich

Für unser Spendezentrum suchen wir Blutplasmaspender. Wir bieten Ihnen: Modernste Ausstattung und einen kostenlosen Gesundheits-Check.
Anmeldung telefonisch unter **06221-8946696**. Mehr Informationen unter www.plasmazentrum-heidelberg.de. Es lohnt sich auch für Sie!

Blutspender für Studien gesucht!

Plasmazentrum Heidelberg
Hans-Böckler-Straße 2a
69115 Heidelberg

Telefon 06221 - 8946696
Telefax 06221 - 8946697
Öffnungszeiten: Mo-Fr von 9-20 Uhr

MAHLZAHN

Vollkornbäckerei
Gaisbergstr. 74
Rathausstr. 1
Ladenburgerstr. 15
Mühltalstr. 2

www.mahlzahn.de

24 VIDEO INN

Rohrbacherstr. 50
Heidelberg

DVDs, Blu-ray
und P.S.3
im Verleih

Aktion:
Verkauf von
gebrauchten DVDs
3 Stück 9,99 €

Täglich 24 Stunden geöffnet
www.videoinn24.de

Die MitarbeiterInnen der Hochschulgastronomie des Studentenwerks Heidelberg präsentieren jeden Monat abwechselnd ihr Lieblingsrezept



Mein Lieblingsrezept zum Nachkochen

Im Januar 2014, so sagt Albertina Hinz, seien es nun schon zwei Jahre, die sie beim Studentenwerk Heidelberg arbeitet. Über die Zeit, die sie bisher hier verbracht habe, könne sie durchaus behaupten, es sei eine sehr schöne gewesen.

Bevor sie anfang, sich um das Qualitätsmanagement sowie die Hygiene in der Hochschulgastronomie des Studentenwerks zu kümmern, war das Thema Lebensmittel bereits Gegenstand ihrer täglichen Arbeit: Sie hatte als Lebensmitteltechnologin in der industriellen Produktion ebenfalls die Bereiche Qualitätsmanagement und Hygiene zu verantworten. Mit ihr ist in der Hochschulgastronomie also eine echte Fachfrau zugegen.

Zwar hat Albertina Hinz durchaus ein festes Büro bei der Zentralmensa, doch ihr Arbeitsplatz erfordert viel Bewegung, schließlich muss sie in den unterschiedlichen Einrichtungen der Hochschulgastronomie überprüfen, ob die Hygienevorschriften und gesetzlichen Vorgaben eingehalten werden. Hier ist auch ein gewisses organisatorisches Talent gefragt, denn bei der großen Mitarbeiterzahl ist es natürlich wichtig, verlässliche Strukturen zu entwickeln. Dabei möchte sie immer auch Ansprechpartnerin für die Mitarbeiter sein, damit diese bei Fragen stets eine zuverlässige Auskunft erhalten. Ohnehin ist ihr das Miteinander unter den Kollegen sehr wichtig: Sie begreift ihre Aufgabe nicht zuletzt unter dem Teamgedanken, denn ohne das Mitwirken aller kann auch die beste Strukturierung und Organisation nicht gelingen. Zudem genießt sie im Studentenwerk die bunte Mischung unter den Kollegen – unterschiedlichste Kulturen und Altersklassen arbeiten gemeinsam daran, das „Projekt Hochschulgastronomie“ Tag für Tag gelingen zu lassen.

Albertina Hinz präsentiert nun passend zur Jahreszeit ihr Grundrezept für eine leckere Kürbissuppe, das sie jedoch stets nach Belieben abwandelt.

Kürbissuppe

Zutaten für 2 Personen:

1 Zwiebel, 600 g Hokkaido-Kürbis, TL Butter, 200 ml fettarme Milch, 1 Scheibe Toastbrot, 2 TL Zitronensaft, 1 TL Kürbiskernöl, 1 Msp. Cayennepfeffer, ½ TL getr. Thymian, Salz, Pfeffer



Zubereitung:

Zwiebel fein würfeln, den Kürbis waschen, putzen und die Kerne entfernen. Dann den Kürbis grob würfeln. 2 TL Butter zerlassen und anschließend Zwiebel- und Kürbiswürfel darin andünsten. Mit Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer und Thymian würzen.

300 ml Wasser und die Milch zugießen und aufkochen. Bei mittlerer Hitze zugedeckt 20 Minuten kochen lassen. Das Toastbrot fein würfeln und mit der restlichen Butter in einer beschichteten Pfanne goldbraun anbraten.

Anschließend die Suppe fein pürieren, mit Salz, Pfeffer und 1 bis 2 TL Zitronensaft abschmecken. Die Teller mit der Suppe werden je mit 1 TL Kürbiskernöl beträufelt und dann mit den Croutons serviert.

Viel Spaß beim Nachkochen und natürlich auch: Guten Appetit! (elm) ■

Lust auf Kochen ohne Fleisch?

Vegetarischer Kochkurs

Längst sind es nicht mehr nur seltene Exemplare, die sich für eine vegetarische Ernährung entscheiden. Wer in einer Konsumgesellschaft lebt, die sich mehr und mehr mit der Frage auseinandersetzen muss, welche Folgen das alltägliche Verhalten auf die Um- und Nachwelt hat, kommt letztlich nicht um die unbequeme Frage herum, wie das eigene Verhalten zu beurteilen ist.

Wer nun zu jenen gehört, die durch Diskussionen über Klimawandel, Tierrechte etc. dazu entschlossen ist, den eigenen Fleischkonsum einzuschränken oder gar ganz auf Fleisch zu verzichten, dafür jedoch noch etwas Inspiration am Herd benötigt, ist beim vegetarischen Kochkurs des Studentenwerks herzlich willkommen. Ebenso gerne gesehen ist natürlich jeder, der einfach nur gemeinsam lecker kochen will oder sich bereits seit vielen Jahren zur vegetarischen Spezies zählt.

Gekocht wird am 14. November von 16.00 bis ca. 20.00 Uhr im Lesecafé unter dem Motto „Traditionelle Lebensmittel neu entdeckt“. Es lockt ein Dreigangmenü, das mit einer schmackhaften Kürbis-Kartoffelsuppe mit Orangen-Gremolata beginnt, gefolgt von Spitzkohlpäckchen mit Quinoa und mit einem süßen Pflaumen-Crumble an Vanillesahne abgerundet wird.

Selbstverständlich verzehrt ihr das selbst zubereitete Menü anschließend im Marstallsaal gemeinsam.

Der Kostenbeitrag von 19,50 Euro schließt Wasser, ein Glas Wein und natürlich die Zutaten ein. Auch die Kochbekleidung wird euch vor Ort zur Verfügung gestellt. Wer also Lust auf eine kulinarische Weiterbildung hat, der sollte sich den Kochkurs nicht entgehen lassen und sich unter pr@stw.uni-heidelberg.de anmelden. Lasst es euch schmecken! (elm) ■

Kochkurs
Vegetarisch
Meisterliches Kochen und lecker essen

Vorpeise:
Kürbis-Kartoffeltoppe auf Orangen-Gremolata
Hauptgang:
Spitzkohlpäckchen mit Quinoa
Dessert:
Pflaumen-Crumble mit Vanille-Sahne

19,50 € (inkl. aller Zutaten, Wasser und einem Glas Wein)
Anmeldung unter pr@stw.uni-heidelberg.de

Do 14.11. 16h
Lesecafé
(über dem Marstallsaal)

Gleich zwei Feste für die Sinne

Im November dürfen sich die Heidelberg Studenten und Studentinnen über die kulinarischen Highlights der Hochschulgastronomie des Studentenwerks Heidelberg freuen.

Am Montag, dem 11. November, wird auch in den Heidelberger Mensen der Martinstag gefeiert. Auf dem Speiseplan stehen traditionelle Gerichte wie die Martinsgans mit Rotkraut und Knödeln.

Am vierten Donnerstag des Monats Novembers, dieses Jahr am 28., feiern die Vereinigten Staaten von Amerika Thanksgiving, Erntedankfest, das wohl wichtigste Familienfest des Jahres neben Weihnachten. Die Hochschulgastronomie des Studentenwerks Heidelberg hat sich auch in diesem Jahr an diesem besonderen Tag für ein traditionelles Thanksgiving-Essen in den Mensen entschieden. Ihr dürft euch über Fleischgerichte wie Roasted Turkey und Pulled Pork freuen, dazu gibt es typisch amerikanische Beilagen wie Cole Slaw, amerikanischen Krautsalat, Sweet Potatoes, Wedges und Cranberry-Sauce. Wir wünschen ein schönes Fest für alle Studierenden und vor allem guten Appetit! (may) ■



November 2013 | Triplex-Mensa am Uniplatz und Zentralmensa INF

	Tagesmenü 1	Tagesmenü 2	Auswahlen 1	Auswahlen 2	Suppe, Beilagen & Dessert
MO 04	Suppe, Allgäuer Käse-Knöpfele mit Schinkenwürfeln, Röstzwiebeln und Kräutern, Salat der Saison 2,15 3,25 5,40	Suppe, 3 Eierpfannkuchen in Champignonsauce, Salat der Saison 2,15 3,25 5,40	Paniertes Schweineschnitzel 1,70 2,55 4,25	Balkan-Pfanne mit Feta und Reis 1,30 1,95 3,25	Suppe, Kartoffelpüree, Nudeln, Reis, Apfelrotkohl, Bananencreme, Frischobst, Salat der Saison 0,20 - 0,50 0,30 - 0,75 0,50 - 1,25
DI 05	Suppe, Currywurst mit Pommes frites, Salat der Saison 2,15 3,25 5,40	Suppe, vegetarische Bolognese auf Penne mit Parmesan, Salat der Saison 2,15 3,25 5,40	Geflügelspieß in Paprikasauce 2,00 3,00 5,00	2 Kartoffeltaschen mit Kräuterfrischkäse und Joghurt-Dip 1,40 2,10 3,50	Suppe, Penne, Schokopudding, Reis, Frischobst, Mischgemüse, Farmersalat, Pommes frites, Salat der Saison 0,20 - 0,50 0,30 - 0,75 0,50 - 1,25
MI 06	Suppe, 5 Fischstäbchen mit Salzkartoffeln und Dillmayonnaise, Salat der Saison 2,15 3,25 5,40	Suppe, 5 Kartoffelpuffer mit Apfelmus, Salat der Saison 2,15 3,25 5,40	Schweinegulasch in Estragon-Senfsauce 1,60 2,40 4,00	2 gebackene Camemberts mit Preiselbeeren 2,00 3,00 5,00	Suppe, Makkaroni, Karotten, Reis, Frischobst, Kirschjoghurt, Kartoffelkroketten, Rotkraut-salat, Salat der Saison 0,20 - 0,50 0,30 - 0,75 0,50 - 1,25
DO 07	Suppe, hausgemachter Hackbraten Jägerart mit Spätzle, Salat der Saison 2,15 3,25 5,40	Suppe, Holsteiner Kartoffel-suppe mit Dampfndel, Pudding 2,15 3,25 5,40	Hähnchen-Nuggets in Barbecuesauce 1,60 2,40 4,00	2 Sesam-Karotten-Knuspersticks mit Joghurt-Dip 1,60 2,40 4,00	Suppe, Reis, Balkangemüse, Frischobst, Karamellcreme, Brückenpfleilerkartoffeln, Karottensalat, Salat der Saison 0,20 - 0,50 0,30 - 0,75 0,50 - 1,25
FR 08	Suppe, Szegediner Gulasch mit Kartoffelpüree, Salat der Saison 2,15 3,25 5,40	Suppe, Reispfanne mit Gemüse und Käsesauce, Salat der Saison 2,15 3,25 5,40	Rinderroulade Hausfrauenart 1,70 2,55 4,25	10 Gemüse-Nuggets mit Joghurt-Dip 2,00 3,00 5,00	Suppe, Kartoffelpüree, Reis, Frischobst, Gemüseauswahl, Müsliriegel, schwäbische Knöpfele, Salat der Saison 0,20 - 0,50 0,30 - 0,75 0,50 - 1,25

Viva Latina – Essen mit Würze: Der Sonntagsbrunch

Für viele Studis ist er ja schon zur Tradition geworden: Der Brunch im Marstall, gemeinsam mit Kommilitonen und Kommilitoninnen schmausen und dabei vielleicht auch einmal die Uni Uni sein lassen. Aber natürlich auch, weil es dort leckeres Essen gibt! Diesmal wird es schwungvoll, denn es handelt sich um einen waschechten Latin-Brunch am 17. November von 10.00 bis 14.00 Uhr, der euch die trübe Novemberlaune austreiben soll. (ari) ■

November 2013 | Triplex-Mensa am Uniplatz und Zentralmensa INF

	Tagesmenü 1	Tagesmenü 2	Auswahlen 1	Auswahlen 2	Suppe, Beilagen & Dessert
MO 11	Suppe, mexikanischer Feuer-topf mit Kaiserbrötchen, Pudding 2,15 3,25 5,40	Suppe, 5 Gemüsemaul-taschen in Petersiliensauce, Salat der Saison 2,15 3,25 5,40	Geflügel-Cordon-bleu in Rahmsauce 1,60 2,40 4,00	5 Gemüse-Taler mit Petersiliensauce 1,60 2,40 4,00	Suppe, Nudeln, Reis, 2 halbe Birnen, Frischobst, Pommes frites, Salat der Saison 0,20 - 0,50 0,30 - 0,75 0,50 - 1,25
DI 12	Suppe, Schinkennudeln mit Ei, Tomatensauce, Reibekäse, Salat der Saison 2,15 3,25 5,40	Suppe, Bratkartoffelpfanne mit Ei und Balkangemüse, Salat der Saison 2,15 3,25 5,40	Geflügelsteak in Zigeunersauce 1,60 2,40 4,00	2 Polentaschnitten mit Spinatfüllung in Tomaten-sauce 1,40 2,10 3,50	Suppe, Boccloitti, Erbsen und Karotten, Reis, Frischobst, Kirschjoghurt, Herzoginkartoffeln, Karottensalat, Salat der Saison 0,20 - 0,50 0,30 - 0,75 0,50 - 1,25
MI 13	Suppe, Gemüse-Rindfleisch-Eintopf, Kaiserbrötchen, Pudding 2,15 3,25 5,40	Suppe, Tortellini mit Käse-füllung in Kräutersauce, Salat der Saison 2,15 3,25 5,40	Schweinekotelett in Zigeunersauce 1,80 2,70 4,50	2 Kartoffeltaschen Tomate-Mozzarella mit Joghurt-Dip 1,70 2,55 4,25	Suppe, Kartoffelpüree, Nudeln, Reis, Apfelrotkohl, Dessertvariationen, Frischobst, Salat der Saison 0,20 - 0,50 0,30 - 0,75 0,50 - 1,25
DO 14	Suppe, 5 Cannelloni in Tomatensauce mit Reibekäse, Salat der Saison 2,15 3,25 5,40	Suppe, indonesische Lauch-nudeln, Salat der Saison 2,15 3,25 5,40	Rindergulasch mit Paprika und Zwiebeln 1,80 2,70 4,50	Blätterteigtasche mit Blatt-spinat & Feta in Kräuter-sauce 1,80 2,70 4,50	Suppe, Nudeln, Reis, Frischobst, Pfirsich-vanillecreme, Rosenkohl, Kartoffelkroketten, Salat der Saison, Weißkrautsalat 0,20 - 0,50 0,30 - 0,75 0,50 - 1,25
FR 15	Gegrillte Hähnchenkeule 1,50 2,25 3,75	Vegetarische Bratlinge in Paprikasauce 1,60 2,40 4,00	Suppe, ungarisches Kartof-felgulasch, Salat der Saison 2,15 3,25 5,40	Suppe, Tortellini mit Ricotta in Petersiliensauce mit Reibekäse, Salat der Saison 2,15 3,25 5,40	Suppe, Nudeln, Reis, Frischobst, gemischtes Kompott, Gemüseauswahl, Pommes frites, Salat der Saison 0,20 - 0,50 0,30 - 0,75 0,50 - 1,25

z eughaus im Marstallhof, Triplex- & Zentralmensa: Kalt/Warmes Buffet: 100 g (0,80 | 0,86 | 1,45)

Zentralmensa und eat & meet: Suppen-Bar: 100 g (0,50 | 0,54 | 0,80)

Botanik und eat & meet am Uniplatz: Tagesessen, Salatbar, Pizza, Bratwurst, belegte Brötchen, Kuchen uvm.

November 2013 | Triplex-Mensa am Uniplatz und Zentralmensa INF

	Tagesmenü 1	Tagesmenü 2	Auswahlen 1	Auswahlen 2	Suppe, Beilagen & Dessert
MO 18	Suppe, hausgemachte Kartoffelsuppe und 2 Wienerle, Kaiserbrötchen, Dessert 2,15 3,25 5,40	Suppe, 5 Kartoffelpuffer mit Apfelmus, Salat der Saison 2,15 3,25 5,40 	Geflügelsteak in Champignonsauce 1,60 2,40 4,00	Spinatspätzle mit Gemüsestreifen in Tomatensauce mit Parmesan 1,60 2,40 4,00 	Suppe, Erbsen, Kräuterreis, Bananencreme, Frischobst, Rigatoni, Herzoginkartoffeln, Salat der Saison 0,20 - 0,50 0,30 - 0,75 0,50 - 1,25
DI 19	Suppe, Fleischkäse in Zwiebelsauce mit Pommes frites, Salat der Saison 2,15 3,25 5,40	Suppe, vegetarischer Eintopf mit Kaiserbrötchen, Pfirsichwürfelkompott 2,15 3,25 5,40 	Wildgulasch mit Champignons und Preiselbeeren 2,00 3,00 5,00	Kaiserschmarrn mit Vanillesauce 1,90 2,85 4,75 	Suppe, Kräuselspätzle, Pfirsichkompott, Reis, Apfelrotkohl, Frischobst, Kartoffelrösti, Salat der Saison, Weißkrautsalat 0,20 - 0,50 0,30 - 0,75 0,50 - 1,25
MI 20	Suppe, Bauernbratwurst auf Sauerkraut und Kartoffelpüree 2,15 3,25 5,40	Suppe, 4 Gemüseknoketten mit Joghurt-Dip auf Reis, Salat der Saison 2,15 3,25 5,40 	Schweinerückensteak Esterhazy 1,70 2,55 4,25	Gebackene Champignonköpfe in Knusperpanade mit Cocktailsauce 2,00 3,00 5,00 	Suppe, Fruchtjoghurt, Nudeln, Reis, Brokkoli, Frischobst, Kartoffelknoketten, Salat der Saison 0,20 - 0,50 0,30 - 0,75 0,50 - 1,25
DO 21	Suppe, Seelachsfilet in Cornflakespanade, mit Salzkartoffeln und Dillmayonnaise, Salat der Saison 2,15 3,25 5,40	Suppe, Ravioli in Kräutersauce, Salat der Saison 2,15 3,25 5,40 	Texashacksteak in Barbecuesauce 1,50 2,25 3,75	2 gebackene Camemberts mit Preiselbeeren 2,00 3,00 5,00 	Suppe, Bocciolotti, Gemüsereis, Frischobst, Karamellcreme, Mais, Karottensalat, Kartoffelschnitze, Salat der Saison 0,20 - 0,50 0,30 - 0,75 0,50 - 1,25
FR 22	Suppe, Spaghetti bolognese mit Reibekäse, Salat der Saison 2,15 3,25 5,40	Suppe, Grießbrei mit Zimt & Zucker, Kompott, 2 Mini Ritter Sport oder Salat der Saison 2,15 3,25 5,40 	Schweineschnitzel Wiener Art mit Zitrone 1,70 2,55 4,25	Vegetarische Bratlinge in Paprikasauce 1,60 2,40 4,00 	Suppe, Nudeln, Schokopudding, Reis, Frischobst, Kaisergemüse, Endiviensalat, Pommes frites 0,20 - 0,50 0,30 - 0,75 0,50 - 1,25

Kulinarische Kommunikation

Nicht nur die Erstis haben Fragen zu dem, was sie tagtäglich in der Mensa zu sich nehmen. Fragen wie: „Was ist die Bolognese in der vegetarischen Bolognese?“ oder „Woher bezieht die Mensa die Zutaten für das, was auf meinem Teller landet?“, werden an fast jedem Tisch in der Mensa gestellt. Wer auf diese und andere Fragen tatsächlich Antworten hören möchte, der sollte am 21. November ins Café Botanik pilgern. Arnold Neveling wird euch alle Fragen zu Mensen und Cafés beantworten. (ari) ■

November 2013 | Triplex-Mensa am Uniplatz und Zentralmensa INF

	Tagesmenü 1	Tagesmenü 2	Auswahlen 1	Auswahlen 2	Suppe, Beilagen & Dessert
MO 25	Suppe, Schweinebraten in Paprikasauce mit Nudeln, Salat der Saison 2,15 3,25 5,40	Suppe, Bratkartoffelpfanne mit Ei und Balkangemüse, Salat der Saison 2,15 3,25 5,40 	Puten-Cevapcici mit Zaziki 1,80 2,70 4,50	4 Knusper-Monde mit Brokkoli und Frischkäse gefüllt mit Sauce hollandaise 1,70 2,55 4,25 	Suppe, Ananaskompott, Erbsen und Karotten, Nudeln, Curryreis, Frischobst, amerikanischer Krautsalat, Pommes frites, Salat der Saison 0,20 - 0,50 0,30 - 0,75 0,50 - 1,25
DI 26	Suppe, 3 Maultaschen mit Zwiebelschmelze und Kartoffelsalat, Salat der Saison 2,15 3,25 5,40	Suppe, 2 Kartoffelknödel mit Pilzragout, Salat der Saison 2,15 3,25 5,40 	Rinderroulade Hausfrauenart 1,70 2,55 4,25	Champignon Tasche mit Petersiliensauce 1,60 2,40 4,00 	Suppe, Kartoffelpüree, Kräuterreis, Apfelrotkohl, Frischobst, Kirschjoghurt, schwäbische Knöpfe, Karottensalat, Salat der Saison 0,20 - 0,50 0,30 - 0,75 0,50 - 1,25
MI 27	Suppe, Erbseneintopf mit 2 Wienerle, Kaiserbrötchen, Pudding 2,15 3,25 5,40	Suppe, indonesische Lauchnudeln, Salat der Saison 2,15 3,25 5,40 	Geflügelsteak in Currysahnesauce 1,60 2,40 4,00	4 Mozzarella-Nuggets mit Joghurt-Dip 1,60 2,40 4,00 	Suppe, Reis, Bandnudeln, Karottenscheiben, Reis, 2 halbe Birnen, Frischobst, Kartoffelknoketten, Salat der Saison 0,20 - 0,50 0,30 - 0,75 0,50 - 1,25
DO 28	Suppe, Feuerwurst mit Senf, dazu Pommes frites, Salat der Saison 2,15 3,25 5,40	Suppe, Gemüsebratling mit Joghurt-Dip auf Reis, Salat der Saison 2,15 3,25 5,40 	Schaschlikspieß in Zigeunersauce 1,70 2,55 4,25	Balkan-Pfanne mit Feta und Reis 1,30 1,95 3,25 	Suppe, Reis, Frischobst, Mandarinenquark, Mischgemüse, Rigatoni, Pommes frites, Salat der Saison 0,20 - 0,50 0,30 - 0,75 0,50 - 1,25
FR 29	Tagesmenü 1 Suppe, Currywurst mit Pommes frites, Salat der Saison 2,15 3,25 5,40	Tagesmenü 2 Suppe, 5 Cannelloni mit Ricotta-Spinat-Füllung in Tomatensauce, Reibekäse, Salat der Saison 2,15 3,25 5,40 	Tagesmenü 3 Suppe, Penne bolognese mit Reibekäse, Salat der Saison 2,15 3,25 5,40	Tagesmenü 4 Suppe, 5 Gemüsemaultaschen in Tomatensauce, Salat der Saison 2,15 3,25 5,40 	Frischobst 0,40 0,60 1,00

Zeughaus im Marstallhof, Triplex- & Zentralmensa: Kalt/Warmes Buffet: 100 g (0,80 | 0,86 | 1,45)

Zentralmensa und eat & meet: Suppen-Bar: 100 g (0,50 | 0,54 | 0,80)

Botanik und eat & meet am Uniplatz: Tagesessen, Salatbar, Pizza, Bratwurst, belegte Brötchen, Kuchen uvm.

Öffnungszeiten November 2013

Mensen

zeughaus-Mensa im Marstall	Mo - Sa	11.00 - 22.00 Uhr
Triplex-Mensa am Uniplatz	Mo - Fr	11.00 - 14.00 Uhr
Zentralmensa (INF 304)	Mo - Fr	11.15 - 14.00 Uhr
Mensa Alte PH Keplerstraße	Mo - Do	11.45 - 14.15 Uhr

Cafés

zeughaus-Bar im Marstall	Mo - Sa	10.00 - 1.00 Uhr
Marstallcafé	Mo - Fr	9.00 - 23.00 Uhr
Fußball	Sa	14.30 - 20.30 Uhr
Fußball + Tatort	So	13.30 - 22.00 Uhr
Lesecafé	Mo - Fr	9.00 - 18.00 Uhr
„eat & meet“ am Uniplatz	Mo - Do Fr	8.00 - 15.00 Uhr 8.00 - 14.00 Uhr
InfoCafé International – ICI (INF 304)	Mo - Do Fr	10.00 - 17.00 Uhr 10.00 - 15.00 Uhr
Café PUR (Bergheimer Str. 58)	Mo - Fr Sa	9.00 - 18.00 Uhr 11.00 - 18.00 Uhr
Botanik (INF 304)	Mo - Do Fr	8.00 - 24.00 Uhr 8.00 - 23.00 Uhr
Chez Pierre (INF 304)	Mo - Fr	11.30 - 14.30 Uhr
Keplers (Café Alte PH)	Mo - Do Fr	9.00 - 16.30 Uhr 9.00 - 15.00 Uhr
Café BlauPause (PH-Cafeteria INF 561)	Mo - Do Fr	8.30 - 16.30 Uhr 8.30 - 13.00 Uhr
Café LEX (Juristisches Seminar)	Mo - Do Fr	10.00 - 15.00 Uhr 10.00 - 13.00 Uhr

Änderungen vorbehalten!

Marstallcafé goes Musical

Katzen auf der Leinwand

Ein leises Rascheln hier, ein Tapsen dort. Fast lautlos schleichen sich geheimnisvolle Geschöpfe durch die Nacht. Es ist nur ein großer runder Mond, der Licht auf den Londoner Schrottplatz wirft und die Schatten erkennen lässt – Katzen. Mit dieser Szene beginnt das Musical „Cats“, ein Weltklassiker, der im November auf „Heidelberger Bühnen“ zu sehen ist. Alte, junge, dicke, schöne Katzen haben sich versammelt, um den Jellicle Ball zu feiern und einer Katze ein weiteres Leben zu schenken. Wer ein weiteres Katzenleben mit nach Hause nehmen darf, erfährt ihr am Mittwoch 13. November 2013 um 20.00 Uhr im Marstallcafé. Dann singen die Jellicle Cats für euch um die Wette. Die Musik, die mit Hits wie „Erinnerung“ Erfolge feierte, wurde von Andrew Lloyd Webber komponiert und wird euch in ihren Bann ziehen. Der Eintritt beträgt einen Euro und ist für ICI-Clubmitglieder frei. (nah) ■



Hochschulteam im November:

- 05.11. Die Bewerbungsmappe**
P. Kuhn und H.-J. Böhler, AA HD
Neue Uni, HS 04 18:00 Uhr
- 12.11. Berufseinstieg plus Masterstudium**
Steinbeis University Berlin
Neue Uni, HS 04 18:00 Uhr
- 20.11. Studium und Arbeitsmarkt**
P. Kuhn und H.-J. Böhler, AA HD
Hörsaal Chemie, INF, 14 Uhr
(beim Studieninfotag)
- 28.11. Workshop Assessment Center Training**
Agentur für Arbeit (10 - 14 Uhr)
Anmeldung per E-Mail erforderlich!
- Check von Bewerbungsunterlagen am 13.11.**
Anmeldung per E-Mail erforderlich!

Agentur für Arbeit Heidelberg
Kaiserstraße 69 / 71, 69115 Heidelberg
E-Mail: Heidelberg.Hochschulteam@arbeitsagentur.de
www.arbeitsagentur.de



Bundesagentur für Arbeit

Im Neuenheimer Feld 583
- Technologiepark -

IKTZ
Fürs Leben gerne Blutspenden

Blutspendezentrale Heidelberg

Fürs Leben gerne Blutspenden

**Jetzt auch
Plasmaspende!**

Spenden Sie zum ersten Mal bei uns?
Kommen Sie bitte mit einem gültigen Ausweis bis spätestens eine Stunde vor Spendenschluss, damit wir Sie umfassend und in Ruhe informieren können.

Spendezeiten:		
Montag	8:00 - 12:00 Uhr	13:00 - 16:00 Uhr
Dienstag	-	13:00 - 18:00 Uhr
Mittwoch	8:00 - 12:00 Uhr	13:00 - 16:00 Uhr
Donnerstag	-	14:00 - 19:00 Uhr
Freitag	8:00 - 12:00 Uhr	13:00 - 16:00 Uhr
Samstag	(immer am 2. Samstag des jeweiligen Monats) 09:00 - 13:00 Uhr	

Mehr auch unter:
www.iktz-hd.de
oder **650 510**

Ein November der Musik

LiveBühne, Jam-Session und PianoCafé



Sebastian Nikolaus am 7. November im Marstallcafé

Auch in diesem voraussichtlich kühlen und etwas nassen Monat sitzen Freunde guter Live-Musik nicht auf dem Trockenen. Bereits am 7. November startet die LiveBühne, diesmal mit Sebastian Nikolaus aus Karlsruhe, einem jungen Ausnahmetalent, das mit seiner Gitarre und seinen reflektierenden Texten über die kleinen und großen Gefühle und Gedanken seines Alltags jetzt sein erstes Album auf den Markt gebracht hat.

Aber so ruhig bleibt der Marstall nicht lange, denn schon am 14. November bringen Buena Onda mit drei Sängern und Percussion, Keyboard, Gitarre und Schlagzeug

lateinamerikanisches Flair nach Heidelberg.

Auch für die aufgeschlossenen Freunde wirklich junger Bands wird gesorgt sein, denn am 21. November kommt GMBH, oder auch Guitar music by hand, in den Marstallhof. Diese Band ist erst ein Jahr lang aktiv; die Jungs haben aber schon in einigen Auftritten bestanden und verfügen daher bereits über eine begeisterte Fangemeinde. Was ihnen an der Musik wichtig ist? Spaß, Spaß und Spaß!

Eine ähnlich junge Band, die am 28. November in die beinahe vorweihnachtliche Altstadt kommt, wird dann schließlich auch die Liebhaber der Popmusik zufrieden stellen. T(EE) mit Papperlapapp existieren schon seit 2010 und bieten die ganze emotionale Bandbreite des Pop, bei der man vor Prüfung und Weihnachtseinkäufen noch einen wirklich entspannten Abend verbringen kann.



Viele Studis musizieren lieber selbst und weil das alleine lange nicht so schön ist wie in der Gruppe, dürfen die Fingerfertigen im Marstallhof wieder in die Tasten hauen: Am 6. und 27. November jeweils 20.00 Uhr ist das Klavier ganz in eurer Gewalt – vorausgesetzt, ihr schreibt an pr@stw.uni-heidelberg.de, dass ihr spielen wollt. Aber nicht nur die Altstadt hat ein Nachtleben; auch die Studis im Neuenheimer Feld kommen nicht zu kurz: am 22. November wird im Café Botanik wieder gemjammt und vor der Kulisse des frühwinterlichen Botanischen Gartens ausgespannt. Jedes dieser Events ist selbstverständlich kostenfrei, aber garantiert nicht umsonst. (ari) ■

Nachtflohmarkt am 30. November: Bei Kerzenlicht feilschen

Wenn die Tage langsam dunkler und kälter werden, muss man seine Kleidung den winterlichen Temperaturen anpassen. Ein Flohmarkt ist dann gerade für uns notorisch klamme Studis perfekt: Hier gibt es Liebhaberstücke und Unikate und das Ganze für wenig Geld. Das Besondere am Nachtflohmarkt: Bei Kerzenschein lässt es sich noch besser stöbern, feilschen und den oder anderen besonderen Fund



Flohmarkt bei Kerzenschein.

machen. Wenn ihr auf der Suche nach Kleidung, Krimskrams oder Büchern seid, dann kommt doch einfach zum Campusflohmarkt im Marstallhof am 30. November zwischen 17.00 und 22.00 Uhr.

Wer selbst etwas zu verkaufen hat oder einfach nur Platz für Weihnachtsgeschenke in seiner Wohnung schaffen will, kann auch seinen eigenen Stand betreiben und seine Habe zu Barem machen. Meldet euch einfach mit einer Mail an pr@stw.uni-heidelberg.de an; dann könnt ihr euch am 30. November einen Standplatz zuteilen lassen, den ihr mit selbstmitgebrachten Kerzen, Decken und Tischen ausstaffieren könnt. Es stehen auch 30 Brauereitische gegen eine Kautions in Höhe von 10 Euro zur Verfügung. Achtung: Studentenausweis nicht vergessen, denn schließlich können nur Studis einen Stand betreiben. (kra) ■

„Marstall en Swing“: Swing-Party mit Schnupper-Workshop!

Der Herbst ist öde? Nicht im Marstall! Am Samstag, 23. November 2013, findet im Marstallcafé ein Swing-Tanzabend statt. Nehmt euch von der grauen Jahreszeit eine Auszeit und lasst euch von klassischem Swing in die schillerndste Zeit des beginnenden 20. Jahrhunderts entführen! Teller-röcke, Petticoats, schicke Frisuren für die Frauen und galante Anzüge und Tolle für die Männer, das macht den Swing-Style aus – aber wie tanzt man Swing?



Ab 21.00 Uhr findet für alle Anfänger ein Schnuppertanzkurs statt.

Eigentlich ist Swing kein Tanz, sondern ein Überbegriff für Tänze wie den Lindy Hop, Charleston, Balboa, Shag und viele mehr. Einen ersten Einblick könnt ihr im Schnupperworkshop für Anfänger und der Tanzshow erhaschen, die von 21.00 bis 22.00 Uhr stattfinden werden. In der Schnupperstunde wird euch eine einfache Charleston-Variante gezeigt, die gut auf flotte Musik getanzt werden kann: der Groove Walk Charleston!

Im Anschluss daran könnt ihr die neu erworbenen Tanzschritte gleich bei der Party mit Swing-DJ Kris Blindert aus Kanada ausprobieren. Einlass ist bereits um 20.30 Uhr. Also, rein in die schicken Swing-Klamotten und „Let's swing!“ (stb) ■

Hola! Bunte Lateinamerikanische Woche



Die Lateinamerikanische Woche bringt nicht nur feurig-würzige kulinarische Eindrücke aus der Mensa, sondern auch südliches Flair bei verschiedenen Veranstaltungen, die vom 11. bis 17. November ein Stück Lateinamerika nach Heidelberg befördern.

Am 11. November startet die Lateinamerikanische Woche mit dem KinoCafé-Special, das den Actionfilm „El Mariachi“ zeigt. Bei einem Infoabend am 12. November berichtet die Amnesty-International-Hochschulgruppe um 20.00 Uhr im Marstallcafé über Bergbauprojekte in Lateinamerika. Im Kampf gegen Umweltverschmutzung und Gewalt klagen peruanische Dorfgemeinschaften ihr Recht auf Mitbestimmung ein. Gezeigt wird der Film „Der Preis des Goldes“. Ein anschließender Vortrag und eine Fotoausstellung bieten Raum zur Diskussion.

Den musikalischen Rhythmus bringt am 14. November ab 20.00 „Buena Onda“ Uhr auf die LiveBühne. Abgerundet wird das Programm durch eine weitere Veranstaltung am 16. November. Zur Latin-Party im Marstallcafé wartet nach dem Einlass um 20.30 Uhr ein Schnupper-Tanzkurs in Salsa, Mergengue und Reaggaton auf euch. Auf der Tanzfläche könnt ihr dann das Gelernte zeigen, wenn DJ Cachondo Latin-Musik auflegt. Der Eintritt ist zur Freude des Studi-Geldbeutels auch günstig, denn mit 3 Euro kommt man regulär zur Latin-Party, während ICI-Clubmitglieder für 2 Euro dabei sind.

Für das Frühstück am Morgen danach ist auch gesorgt. Am 17. November wird von 10.00 bis 14.00 Uhr zum Latin-Brunch geladen. Klingt das nicht nach einer abwechslungsreichen Woche? (ika) ■



Heidelbergs „Sex and the City“

Am 19. November ist es wieder so weit: Zum achten Mal findet der traditionelle „Sex and the City“-Abend im Marstallcafé statt. Ab 19.30 Uhr gibt es selbstgemachte Cosmopolitan-Cocktails sowie Sekt mit Holundertopping. Um 20.15 Uhr werden dann sechs bunt gemischte Folgen aus allen Staffeln in deutscher Sprache mit englischen Untertiteln gezeigt. Auf süße und salzige Knabbereien muss natürlich auch an diesem Abend niemand verzichten. Der Eintritt ist selbstverständlich wieder frei. Auch das männliche Publikum ist herzlich willkommen, obwohl sich dieser Abend bislang eher bei den Damen als beliebt erwiesen hat; es wäre daher an der Zeit, eine neue Ära einzuleiten. (elm) ■

Dem Winterblues keine Chance

Im November werden die Tage grauer und kürzer. Das bunte Herbstlaub, das im Oktober von den Bäumen schimmerte und für gute Laune sorgte, wird von kahlen Ästen abgelöst. Gerade im November, wenn sich der goldene Herbst verabschiedet aber die gemütliche Weihnachtszeit noch nicht begonnen hat, kommt bei vielen der erste Winterblues. Damit euch das nicht passiert, bietet das Studentenwerk ein buntes Programm. Neben lateinamerikanischer Woche, KultKino und Marstallcafé goes Musical werden auch das Sprachcafé und Krazy Karaoke stattfinden. Viele Sprachen warten auf euch am Mittwoch 6. und 20. November ab 20.00 Uhr im Lesecafé. Dann könnt ihr euch auf euren nächsten Urlaub vorbereiten und euch von Muttersprachlern eine neue Sprache zeigen lassen. Oder ihr schwelgt zusammen mit Gleichgesinnten in letzten Urlaubserinnerungen. Bei spanischen Rhythmen, Gesprächen über italienische Pasta und dem Aufbau des Englischwortschatzes ist das Regenwetter draußen schnell vergessen.

Da Musik bekanntlich für gute Laune sorgt, ist auch der Krazy-Karaoke-Abend am 15. November ab 21.00 Uhr genau das Richtige gegen Winterdepressionen. Während ihr im Café Botanik Lied für Lied schmettert, bekommt ihr nicht nur eine Gratisportion Happiness, sondern jedes ICI-Clubmitglied erhält sogar ein Überraschungsgeschenk. Wer jetzt noch Probleme mit den trüben Tagen hat, bei dem hilft nur noch ein ausgedehnter Winterschlaf. (nah) ■



Veranstaltungen im November

- Sa, 02.11.** | 15.30 + 18.30 | Marstallcafé
Bundesliga live
- So, 03.11.** | 15.30 + 17.30 | Marstallcafé
Bundesliga live
- So, 03.11.** | 20.15 | Marstallcafé
TATORT-Café: Erfurt
- Mo, 04.11.** | 20.00 | Marstallcafé
KinoCafé: Hangover 3
- Di, 05.11.** | 20.00 | Marstall und im Feld
Champions League live
- Mi, 06.11.** | 18.00 - 20.00 | Lesecafé
Hello Knitty – Der Stricktreff
- Mi, 06.11.** | 20.00 | Lesecafé
ICI-Club: Internationales Sprachcafé
- Mi, 06.11.** | 20.30 | Marstall und im Feld
Champions League live
- Mi, 06.11.** | 20. | Marstallcafé
PianoCafé
- Do, 07.11.** | 20.00 | Marstallcafé
LiveBühne: Sebastian Niklaus (Singer/Songwriter)
- Do, 07.11.** | 19.00 + 21.00 | Marstall und im Feld
Europa League live
- Fr, 08.11.** | 19.00 | zeughaus
Vernissage der neuen Ausstellung von zeitwille: „Komm und initiiere“
- Fr, 08.11.** | 20.30 | Marstall und im Feld
Bundesliga live
- Sa, 09.11.** | 15.30 + 18.30 | Marstall
Bundesliga live
- So, 10.11.** | 15.30 + 17.30 | Marstallcafé
Bundesliga live
- So, 10.11.** | 20.15 | Marstallcafé
TATORT-Café: Schimanski
- 11.11. - 17.11.2013**
Lateinamerikanische Woche
- Mo, 11.11.** | 20.00 | Marstallcafé
ICI-Club: Latin-KinoCafé mit Filmvortrag: El Mariachi – Freier Eintritt für ICI-Clubmitglieder
- Di, 12.11.** | 19.00 | Marstallcafé
ICI-Club: Amnesty-International-Infoabend: Der Preis des Goldes
- Mi, 13.11.** | 20.00 | Marstallcafé
ICI-Club: Marstallcafé goes Musical: Cats
- Mi, 13.11.** | 18.00 - 20.00 | Lesecafé
Hello Knitty – Der Stricktreff
- Do, 14.11.** | 20.00 | Marstallcafé
LiveBühne: Buena Onda (Latin)
- Do, 14.11.** | 16.00 | Lesecafé
Vegetarischer Kochkurs
- Fr, 15.11.** | 21.00 | Botanik
KrazyKaraoke
- Fr, 15.11.** | 20.00 | Marstall und im Feld
Länderspiel: Italien - Deutschland
- Sa, 16.11.** | 15.30 + 18.30 | Marstall
Bundesliga live
- Sa, 16.11.** | 20.30 | Marstallcafé
ICI-Club: Abschlussfest der Lateinamerikanischen Woche mit Tanzkurs und Party – 2 € Eintritt für ICI-Clubmitglieder
- So, 17.11.** | 10.00 - 14.00 | zeughaus
Brunch
- So, 17.11.** | 15.30 + 17.30 | Marstallcafé
Bundesliga live
- So, 17.11.** | 20.15 | Marstallcafé
TATORT-Café: Dortmund
- Mo, 18.11.** | 20.00 | Marstallcafé
KinoCafé: World War Z
- Di, 19.11.** | 20.00 | Marstall und im Feld
Länderspiel: England - Deutschland
- Di, 19.11.** | 20.00 | Marstallcafé
Serien-Special: Best of SEX AND THE CITY mit Cosmopolitan
- Mi, 20.11.** | 18.00 - 20.00 | Lesecafé
Hello Knitty – Der Stricktreff
- Mi, 20.11.** | 20.00 | Marstallcafé
ICI-Club: KultKino: Little Britain
- Mi, 20.11.** | 20.00 | Lesecafé
ICI-Club: Internationales Sprachcafé
- Do, 21.11.** | 10.30 - 11.00 | Botanik
Kulinarische Sprechstunde
- Do, 21.11.** | 20.00 | Marstallcafé
LiveBühne: Guitar music by hand (Blues/Funk)
- Fr, 22.11.** | 19.00 | Lesecafé
Dichter-Workshop
- Fr, 22.11.** | 20.00 | Botanik
Jam-Session
- Fr, 22.11.** | 20.30 | Marstall
Bundesliga live
- Sa, 23.11.** | 15.30 + 18.30 | Marstall
Bundesliga live
- Sa, 23.11.** | 20.30 | Marstallcafé
ICI-Club: Marstallcafé en Swing – 2 € Eintritt für ICI-Clubmitglieder
- So, 24.11.** | 15.30 + 17.30 | Marstallcafé
Bundesliga live
- So, 24.11.** | 20.15 | Marstallcafé
TATORT-Café: Hamburg
- Mo, 25.11.** | 20.00 | Marstallcafé
KinoCafé: Star Trak Into Darkness
- Mi, 27.11.** | 18.00 - 20.00 | Lesecafé
Hello Knitty – Der Stricktreff
- Mi, 27.11.** | 20.00 | Marstallcafé
PianoCafé
- Do, 28.11.** | 20.00 | Marstallcafé
LiveBühne: T(EE) mit Pappertapapp (Pop)
- Do, 28.11.** | 19.00 + 21.00 | Marstall und im Feld
Europa League live
- Fr, 29.11.** | 20.00 | Marstallcafé
Bundesliga live
- Sa, 30.11.** | 17.00 - 22.00 | Marstall
Nachtflohmarkt

- 01
- 02
- 03
- 04
- 05
- 06
- 07
- 08
- 09
- 10
- 11
- 12
- 13
- 14
- 15
- 16
- 17
- 18
- 19
- 20
- 21
- 22
- 23
- 24
- 25
- 26
- 27
- 28
- 29
- 30

Herbstzeit, Regenzeit?

Sommer, Sonne, Neckarwiese. Es kommt mir so vor, als sei es erst gestern gewesen, dass der warme Sommerduft in der Luft lag und ich endlose Nächte mit Freunden unter freiem Himmel geredet, getanzt, Musik gemacht und einfach nur gelebt habe. Mein einziges Paar Schuhe waren Flip Flops; andere brauchte ich nicht. Es war, als würde der Sommer nie zu Ende gehen. Sogar nachts waren es teilweise noch 26°C.

Aber jetzt ist Herbst. Die Tage werden immer kürzer und vor allem kälter. Ganz zu schweigen von dem ständigen Regen, der teilweise monsunartig auf Heidelberg niederprasselt. Es scheint, als wäre es das jetzt gewesen mit Neckarwiese, warmen Sonntagnachmittagen im Freibad und frühmorgendlichen Joggingrunden. Stattdessen gibt es ab jetzt nur noch Nasswerden, Frieren und ein langes Warten, bis die kalte Jahreszeit endlich wieder vorbei ist. Oder?

Eigentlich möchte ich mich mit diesem Gedanken so gar nicht abfinden. Mir ist wirklich nicht danach, zur Couchpotatoe zu mutieren, nur weil es draußen ein bisschen nass und kalt ist. Im Grunde hindert einen ja niemand daran, auch in der kalten Jahreszeit genau die Dinge zu tun, die man auch im Sommer getan hat. Na und, dann werde ich eben nass. Ich werde sicherlich auch wieder trocken. Und gegen das Frieren gibt es immerhin ganz heiße Duschen, die das Badezimmer in eine subtropische Klimazone verwandeln. Ist doch nett! Ganz ehrlich, ich mag den Regen sogar. Bei Regen gehe ich gerne in den Wald. Wenn es dort geregnet hat, riecht es immer so gut nach Moos, Laub und Rinde. Extra für den Herbst habe ich mir ein Paar Gummistiefel bestellt. Mit Blümchen drauf. Jetzt bekomme ich keine nassen Füße mehr und so hält mich auch wirklich gar nichts mehr davon ab, es mir draußen schön zu machen!

Okay, ich gebe zu, ins Freibad gehe ich jetzt erst mal nicht mehr, das hat eh nicht auf, und lange Nächte auf dem Balkon wird es bei mir wohl vorerst auch nicht mehr geben. Aber es muss ja auch Dinge geben, auf die man sich freuen kann. Und bis ich im nächsten Sommer wieder meine Flip Flops aus dem Schrank kramen kann, ziehe ich mich eben etwas wärmer an, wenn ich mit meinen Inline Skates am Neckar entlang cruise. Damit ich nicht komplett zum Schneemann werde, wenn ich mich länger draußen aufhalten möchte, nehme ich mir eine Thermoskanne voll warmem Tee mit auf den Weg. (mia)

Gina Errico

Die Campus HD Autoren erzählen jeden Monat abwechselnd aus ihrem Leben.

Herbstzeit, Regenzeit – Zeit zum Drinnenbleiben?

Jetzt ist es mal wieder soweit: Der Sommer ist vorbei und damit die schöne Zeit, in der man sich mit Freunden an der Neckarwiese treffen konnte, ins Schwimmbad gegangen ist oder einfach nur auf Balkonien abgehängt hat. Ab sofort ist Herbst angesagt. Und wie vertreiben sich die Studierenden die verregnete Jahreszeit? Campus HD hat nachgefragt.



Firas; Maschinenbau

Bei Regen mache ich das Gleiche wie bei Sonnenschein – mit dem Unterschied, dass ich dabei nass werde! Wer sagt denn, dass man bei Regen immer drinnen bleiben muss? Außerdem treffe ich mich mit Freunden in Bars oder Cafés, gehe ins Kino oder bleibe zu Hause und schreibe an meinen Arbeiten.

Patricia; Übersetzungswissenschaften

Wenn es regnet, gehe ich nicht so gerne raus. Meistens bleibe ich in der kalten Jahreszeit deshalb in meiner Wohnung und lese Bücher oder schreibe Hausarbeiten. Auf mein Sportprogramm möchte ich auch bei Kälte nicht verzichten, deshalb gehe ich regelmäßig ins Fitnessstudio. Mein Lieblingstreffpunkt mit Freunden ist Sommer wie Winter ist der Marstall. Hier verbringe ich sehr viel Zeit.



Christoph; Evangelische Theologie

Ob es regnet oder nicht – am liebsten gehe ich mit meinem Sohn auf den Spielplatz. Der hat Gummistiefel und findet es unheimlich spannend, durch den Matsch zu springen. Ich dagegen habe leider keine Gummistiefel und gehe meistens mit nassen Füßen nach Hause.

Carsten; Jura

Da ich mich derzeit auf mein Erstes Staatsexamen vorbereite, nutze ich die kalte Jahreszeit, um viel zu lernen. Viel Zeit für Hobbys bleibt mir bei dem vielen Lernstress sowieso nicht. In meiner Freizeit mache ich vor allem gerne Sport: Ich laufe regelmäßig und mache auch viel Krafttraining. Ab und an gehe ich mit Freunden essen.



Anna, Johannes, Liv, Anja; Jura

Weil wir den Sommer genießen und uns ein wenig erholen wollten, haben wir unsere Hausarbeiten auf den Herbst verlegt. Da man bei Regen sowieso nicht so viel raus gehen kann, nutzen wir jetzt die Zeit, um etwas für die Uni zu tun.

BOSS
HUGO BOSS

carhartt



CAMPUS

DIESEL

DENIM & SUPPLY
RALPH LAUREN



FRED PERRY

G-STAR RAW

GUESS

HILFIGER
DENIM

khujo™



MAISON SCOTCH
LA FEMME SELON MARIE

minimum



look

new balance

Mud Jeans co

Pepe Jeans
LONDON

SCOTCH
& SODA

*Neue
Trends*

COOLE STYLES &
TOLLE MARKEN

engelhorn
trendhouse

zeitwille
präsentiert
jeder mensch ist künster

das ist
sein
telefon

komm und initiiere



07.11. 19⁰⁰
Beuys - Abend
mit Rainer Rappmann
im Lesecafé Marstall

weitere Informationen unter
www.zeitwille.com

08.11. 19⁰⁰
Vernissage
der Ausstellung im
zeughaus Marstall

Mit freundlicher Unterstützung von:



BAIER
DigitalDruck



LATIN PARTY

ABSCHLUSSTEST DER LATEINAMERIKANISCHEN WOCHE!

SAMSTAG 16.11.2013

BEGINN: 20:30 UHR

EINTRITT: 3,- €

ICI-CLUBMITGLIEDER: 2,- €

21:00 UHR:
SALSA & MERENGUE TANZKURS
(RITMO-Y-SABOR)

22:00 UHR:
LATINPARTY MIT DJ CACHONDO

Mit Tanz-Show
&
Cocktailbar!



Studentenwerk Heidelberg und Swing Step präsentieren:

Marstallcafé en Swing

Samstag, 23. November

Wo?
Marstallcafé HD

Wann?
20.30 Uhr: Einlass
21:00 Uhr: Swing-Tanzkurs
22:00 Uhr:
DJ Kris Blindert
(Kanada)

Eintritt: 3€
(ICI-Clubmitglieder 2 €)

SWING STEP

STUDIENWERK HEIDELBERG
Rat der Studierenden
Lehrer für Studierende

NACHTFLOHMARKT im Marstallhof

VON STUDIS FÜR STUDIS

SA 30.11.13
17.00 - 22.00 Uhr

Anmeldung für einen kostenlosen Stand:
pr@stw.uni-heidelberg.de

