



NEWSLETTER

INTERNATIONAL STUDENT SUPPORT

Januar 2025

Liebe Abonent*innen,

in unserer Januar-Ausgabe freuen wir uns, euch über spannende Workshops und Veranstaltungen sowie über Informations- und Unterstützungsangebote zu informieren.

Wie immer ist unser Newsletter über unsere Mailingliste sowie auf unserer Website auf [Deutsch](#) und [Englisch](#) erhältlich.

Wir wünschen euch einen guten Start ins 2025 und freuen uns darauf, euer Studium weiter zu begleiten!

Herzliche Grüße
Das International Student Support Team

Freie Universität Berlin
Zentraleinrichtung Studienberatung und Psychologische Beratung
Illtisstr. 4
14195 Berlin

Website: www.fu-berlin.de/studienberatung/international
E-Mail: international@studienberatung.fu-berlin.de

Abonnieren und abmelden von unserem Newsletter

- Abonnieren: Über diesen [Link](#) könnt ihr euch bei der Mailingliste anmelden.
- Abmelden: Ihr könnt euch selbst über diesen [Link](#) abmelden oder uns eine E-Mail mit dem Betreff ‚Abmelden‘ schreiben.



Tipp des Monats

Hochschulsport an der FU Berlin

Winterferienprogramm: 17.02.2025 bis 20.04.2025



Während der vorlesungsfreien Zeit könnt ihr beim Hochschulsport schöne Fitnessangebote finden!

Ob allein oder im Team – der Hochschulsport bietet ein umfangreiches Repertoire an Sportkursen, Veranstaltungen und Reisen aus den Bereichen Sportspiele, Fitness, Tanzsport, Kampfsport, Ballspiele, Winter-, Mannschafts- und Gesundheitssport.

- **Die Vorschau des Winterferienprogramms** wird am 23.01.2025 veröffentlicht. [Weitere Infos](#).
- **Buchungsstart** ist der 27.01.2025! [Weitere Infos](#).

Wenn ihr mehr über das Kursangebot erfahren wollt, findet ihr [hier](#) alle Kursangebote im Überblick.

Fitnessstudio UniFit

Habt ihr Interesse, dieses Jahr im Fitnessstudio zu trainieren? Dann schaut doch mal, was es an der FU Berlin gibt: das [Fitnessstudio Unifit!](#)

Für weitere Informationen über das Fitnessstudio und eure ermäßigten Mitgliedschaftsoptionen als FU- Studierende, ob als (Wieder-) Einsteiger*innen oder als erfahrene* Sportler*innen, für kurz- oder langfristige Nutzung, findet ihr [hier](#) eine Reihe von Optionen sowie zusätzliche Informationen über die Betreuung durch eine*n Trainer*in, um eure Fitnessziele zu entwickeln und zu erreichen!



VERANSTALTUNGEN & WORKSHOPS

Mental Health Awareness Weeks

im Januar bieten die [support.points](#) im Rahmen der Mental Health Awareness Weeks vom 13.-24.1.2025 wieder eine Reihe von Veranstaltungen an. Dort sprechen wir im lockeren Rahmen unter anderem über guten Schlaf, die Therapieplatzsuche oder das Zeitmanagement im Studium, tauschen uns über das Studieren mit Kind aus oder darüber, wie es ist, als erste Person in der Familie an der Uni zu sein. Alle Veranstaltungen und weitere Infos findet ihr weiter unten.

- [Accessing psychotherapy](#). 14.01.2025. Auf Englisch.
- [Stress vor der Prüfung](#). 15.01.2025. Auf Deutsch.
- [Zeitmanagement](#). 16.01.2025. Auf Deutsch.
- [Austauschtreffen Studieren mit Kind](#). 17.01.2025. Auf Deutsch.
- [Therapieplatzsuche](#). 21.01.25. Auf Deutsch.
- [Austauschtreffen für First Generation Students](#). 21.01.2025. Auf Deutsch.
- [Besser Schlafen](#). 21.01.2025. Auf Deutsch.

Alle Infos zu den Veranstaltungen gibt es [hier](#).

Eine Anmeldung ist nicht nötig. Die Veranstaltungen sind offen für Studierende und Promovierende aller Fachbereiche.

ZE Allgemeine Studienberatung & Psychologische Beratung

Neben der [Studienberatung](#) und der [Psychologischen Beratung](#) bietet die Zentraleinrichtung Allgemeine Studienberatung und Psychologische Beratung regelmäßig Workshops an. Eine vollständige Liste ist [online](#) verfügbar. .

- [Aufschieben? Aufgeschoben!](#) Ab 16.01.2025. Auf Deutsch.
- [Neustart ins Studium](#). Einstieg ist immer möglich. Auf Deutsch.

Career Service

Der [Career Service](#) der FU Berlin organisiert regelmäßig Veranstaltungen, Workshops und Kurse, die die berufliche Entwicklung im Fokus haben und euch neben dem Studium unterstützen. Hier findet ihr eine Auswahl an Workshops, die vom und in Zusammenarbeit mit dem Career Service angeboten werden:

- Career Workshop Series: [KarriereImpulse für Praktikum, Bewerbung und Berufseinstieg](#). Das Programm wird in deutscher Sprache angeboten, wie z. B:
 - [Go out! Wege ins Auslandspraktikum](#). 14.01.2025. Auf Deutsch.
 - [Female Career: Frauen in der Bewerbung Noch 134 Jahre bis zur beruflichen Gleichstellung](#). 21.01.2025. Auf Deutsch.
 - [Berufseinstieg mit Behinderung oder chronischer Erkrankung - eine besondere Herausforderung](#). 23.01.2025. Auf Deutsch.
 - [Berufsorientierung und Bewerbung](#). 30.01.2025. Auf Deutsch.
- [Karriere-Kompass: Mit Deinen Stärken den Weg in eine erfolgreiche Zukunft finden!](#) 24.01.2025. Auf Deutsch.
- [In 5 Schritten zum Wunschjob – Jobsuche mit Social Media und Life/Work Planning](#). 29.01.2025. Auf Deutsch.

studierendenWERK BERLIN

Das [studierendenWERK BERLIN](#) bietet eine Reihe an Services an, wie z.B. eine [Beratung zur Studienfinanzierung](#), [psychotherapeutische Beratung](#), eine [Beratung zum Barrierefreien Studium](#) sowie die [Schreibberatung](#). Am studierendenWERK ist auch das [Centre for Student Refugees](#) angesiedelt, das Studieninteressierten und Studierenden mit Fluchtgeschichte umfangreiche Informationen zum Studium in Deutschland zur Verfügung stellt sowie Beratung unter anderem zum Asyl- und Aufenthaltsrecht bietet. Eine [vollständige Liste](#) der kommenden Veranstaltungen ist online verfügbar. Hier ist eine kurze Vorschau:

STW BERLIN: VERANSTALTUNGEN & WORKSHOPS

- [Umgang mit der kritischen Stimme](#). 14.01.2025. Auf Deutsch.
- [Konzentrationstraining](#). 14.01.2025. Auf Deutsch.
- [FLINTA* Empowerment: Selbstverteidigungsworkshop](#). 16.01.2025. Auf Englisch.
- [Neurodiversität und Berufseinstieg](#). 15.-16.01.2025. Auf Deutsch.
- [Anfangen - aber wie?](#) 17.01.2025. Auf Englisch.
- [Stärker sichtbar machen](#). 17.01.2025. Auf Deutsch.
- [Selbstständigkeit neben dem Studium](#). 20.01.2025. Auf Deutsch.
- [Textwerkstatt für wissenschaftliche Arbeiten](#). Ab 21.01.2025. Auf Deutsch.
- [Mit ADHS erfolgreich studieren](#). 25.01.2025. Auf Deutsch.
- [Bewerbungswerkstatt](#). 27.01.2025. Auf Deutsch.
- [Deutsch sprechen mit Selbstvertrauen](#). 28.01.2025. Auf Deutsch.
- [Zeit- und Selbstmanagement](#). 29.01.2025. Auf Deutsch.
- [Centre for Student Refugees: SprachCafé: Let's speak German!](#) 30.01.2025.
- [Neurodivergentes Peer-Empowerment](#). 31.01.2025. Auf Englisch.
- Centre for Student Refugees: [Buddy Matching Event](#). 20.02.2025 (Anmeldung ab dem 30.01.2025). Auf Deutsch und Englisch.

STW BERLIN: DAS KULTURPROGRAMM

- [Lies los](#). 14.01.2025.
- [CultureTrip: Let's explore the cosmos at Borrowed Light!](#) 18.01.2025. Auf Englisch.
- [Ballroom Session: The Wicked Practice Kiki Ball](#). 21.01.2025. Auf Deutsch und Englisch.
- [CultureTrip: Opera Night, Macbeth on Stage](#). 25.01.2025. Auf Englisch.
- [Musicalaufführung](#). 28.01.2025. Auf Deutsch und Englisch.
- [CultureTrip: Queen Heaven](#). 01.02.2025 (Anmeldung ab dem 14.01.2025). Auf Englisch.
- [CultureTrip: Laser Game](#). 08.02.2025 (Anmeldung ab dem 21.01.2025.). Auf Englisch.
- [Zeig dich!](#) 10.02.2025. Auf Deutsch.