

# Wie gesund sind Heidelbergs Studenten?

Das soll ein neues Langzeitprojekt herausfinden – Dabei sollen auch Tipps für einen gesunden Lernalltag erarbeitet werden

Von Inga Jahn

Wie und wie gut achten Heidelberger Studenten auf ihre Gesundheit? Dieser Frage wollen Wissenschaftler und Studenten der Universität Heidelberg in Kooperation mit der Techniker-Krankenkasse im Rahmen eines Langzeitprojektes auf den Grund gehen. Zum Auftakt fand am Donnerstag ein Aktionstag an der Zentralmensa statt, an dem bereits erste Fragebögen ausgefüllt werden konnten – dabei ging es um das Sitzen im Alltag: „Sie wissen ja: Sitzen ist das neue Rauchen“, schmunzelte Projektleiter Klaus Weiß.

Auf die „Study-Life-Balance“ aufmerksam machen und Studenten ermutigen, mehr auf ihre Gesundheit zu achten, sei Ziel des Projektes, das nun mit seiner Analysephase startet. „Über Erhebungen, Fitnesschecks und Workshops wollen wir uns jetzt ein Bild davon machen, wie die Realität so aussieht“, erklärte Mona Kellner, studentische Mitarbeiterin am Institut für Sport und Sportwissenschaften.

Wissenschaftlich sehe diese gar nicht so schlecht aus, betonte Gerhard Huber, wissenschaftlicher Leiter des Projektes: „Noch nie hatten wir so gesunde Studenten wie heute.“ Nur ein Drittel der Befragten sei unzufrieden mit der eigenen Gesundheit. Im Übrigen meine der Begriff „Gesundheit“ deutlich mehr als die Häufigkeit der Arztbesuche. „Uns inter-



Mit einem Infomobil wurde das Langzeitprojekt vorgestellt. Klaus Weiß, Lea Baas, Mona Kellner, Verena Schultz-Coulon, Brigitte Steinke, Petra Dann und Gerhard Huber (v.l.) klärten die Studenten auf. Foto: Rothe

essiert, wie die Studierenden ihren Alltag gestalten und vor allem, wie wir diesen noch abwechslungsreicher gestalten können“, so Kellner. Es sollen sowohl körperliche als auch psychische Gesundheit untersucht werden. Ernährung, Bewegung und Stress seien nur einige Themen, die unter die Lupe genommen werden.

Ein Studium soll nicht nur erfolgreich, sondern auch gesund und mit Spaß

absolviert werden. „Genügend Ausgleich während des Lernens ist deshalb wichtig und sollte von jedem Studierenden gepflegt werden – darauf wollen wir aufmerksam machen“, betonte Verena Schultz-Coulon vom Dezernat Studium und Lehre der Uni. Zudem habe frühzeitige Sensibilisierung weitreichendere Folgen, als zunächst vermutet. „Wer schon früh lernt, wie und auf welchem Weg ein

gesunder Lernalltag geführt werden kann, kann dies später im Berufsleben anwenden und im besten Fall auch an andere weitergeben“, ist sich Kellner sicher. Deshalb sei es wichtig, dass die Studenten auch im Anschluss an die Analysephase eingebunden werden, Maßnahmen und Pilotprojekte selbst mitgestalten können. „Dabei ist es unerlässlich, dass nicht nur Studierende aus der Sportwissenschaft dabei sind“, fügte Kellner hinzu.

Fakultätsübergreifend wollen sie sich und ihr Projekt deshalb präsentieren, suchen nach neuen Blickwinkeln und interessanten Ideen. Am Freitag, 10. Mai, startet der erste Workshop im Rahmen des Projektes. Studenten können zudem im studentischen Beirat, bei einem Aktivitätsmonitoring oder einem Fitnesscheck Teil der Erhebung werden. „Wir freuen uns über jeden, der uns unterstützen will“, so Kellner. Angesetzt ist das Projekt bis 2020. Es werde begleitet durch diverse Master- und Bachelorarbeiten. „Außerdem besteht natürlich die Option auf eine Verlängerung, aber da müssen wir jetzt erst mal schauen, wie sich das Ganze ab sofort entwickelt“, fügte die Masterstudentin hinzu.

Info: Informationen zu dem Projekt sowie Kontakte zu den Mitarbeitern findet man im Internet unter [www.issw.uni-heidelberg.de](http://www.issw.uni-heidelberg.de).

## Abstimmen über Semesterticket

Wird Abendregelung ausgeweitet?

Wie geht es weiter mit dem Semesterticket für die Studenten der Uni Heidelberg? Diese Frage wird seit gestern in einer Urabstimmung geklärt, die noch bis morgen läuft. Die Studenten entscheiden darüber, ob der Vertrag für das Ticket für weitere fünf Jahre – bis 2024 – verlängert wird. Die Konditionen dazu wurden in den vergangenen Wochen mit Vertretern der Verkehrsverbundes Rhein-Neckar (VRN) ausgehandelt: Sie sehen vor, dass der Grundbetrag, den jeder Student zu Semesterbeginn zahlen muss, von 25,80 auf 29,30 Euro steigt. Zudem würde der Kaufpreis für das eigentliche Ticket (aktuell: 170 Euro) pro Jahr um 5 Euro steigen.

Darüber hinaus wird darüber abgestimmt, ob die Abend- und Wochenendregelung ausgeweitet wird. Bislang dürfen Studenten ohne Semesterticket ab 19 Uhr sowie am Wochenende und an Feiertagen ganztägig kostenlos innerhalb von Heidelberg, Eppelheim, Sandhausen und Leimen fahren. Wenn sie einer Erhöhung des Grundbetrages um weitere 6 Euro (auf insgesamt 35,30 Euro pro Semester) zustimmen, gilt diese Regelung künftig für das gesamte VRN-Gebiet.

Ihre Stimmen können Studenten noch heute und morgen in fünf Wahllokalen in Heidelberg abgeben: In der Neuen Uni, im Kollegiengebäude beim Marstallhof, im Theoretikum (Im Neuenheimer Feld 306), im Campus Bergheim und im Hörsaalzentrum Chemie (Im Neuenheimer Feld 252). Die Urabstimmung ist gültig, wenn sich mindestens zehn Prozent der Studenten daran beteiligen.

### CAMPUS IN KÜRZE

#### Einkaufen ganz ohne Plastik

Die Studentengruppe „HD Plastikfrei“ lädt am Samstag, 11. Mai, zum Abschluss ihrer Aktionswoche zum plastikfreien Einkaufen in der Altstadt ein. Dazu startet um 15 Uhr am Bismarckplatz eine Shopping-Challenge: Dabei gewinnt das Team, das es schafft, die meisten Produkte der Einkaufsliste plastikfrei einzukaufen. Denn laut der Gruppe gibt es deutlich mehr Produkte ohne eine Kunststoffverpackung, als man denkt. Die besten Teams erhalten einen Preis.

#### Brunchen mit Mutti

Am Sonntag, 12. Mai, ist Muttertag. Und jeder, der diesen Tag gemütlich mit seiner Mutter – oder auch jemand anderem – starten möchte, hat dazu die Gelegenheit in der Marstallmensa. Dort findet von 10 bis 14 Uhr der Muttertagsbrunch statt. Es gibt unter anderem Schnitzel, Spargel mit Sauce hollandaise, Kartoffeln und Pfannkuchen sowie einen Schokobrunnen mit frischen Erdbeeren.

#### Kunst für Anfänger

Der „Art Slam“ des Studierendenwerkes bietet am Sonntag, 12. Mai, wieder Hobbykünstlern die Möglichkeit, ihr Talent unter Beweis zu stellen. Von 10 bis 16 Uhr fertigen Künstler im Marstallhof ihr eigenes Werk – egal mit welchen Materialien – an, das am Ende von Publikum und Jury bewertet wird. Die besten Künstler bekommen attraktive Preise. Anmeldung im Internet unter [www.artslam.de](http://www.artslam.de).

## Eine Ausstellung ganz nach ihrem Geschmack

Studenten stellen Schau selbst zusammen – Auch Werke prominenter Künstler – Vernissage am 14. Mai

Von Lena Scheuermann

Gemälde, Skulpturen und Grafiken in Ausstellungen präsentieren – das gehört zu den Aufgaben vieler Kunsthistoriker. Normalerweise erhält man erst im Berufsleben die Gelegenheit, eine eigene Ausstellung auf die Beine zu stellen. Am Institut für Europäische Kunstgeschichte durften einige Studierende sich dieser Herausforderung aber schon jetzt stellen: Im Rahmen eines Seminars organisierten 13 Master-Studenten eine Ausstellung in der Universitätsbibliothek. Dort werden ab kommenden Dienstag Werke aus der Privatsammlung von Erik Jayme gezeigt.

Mit Kunstsammlungen und Sammlern beschäftigten sich die angehenden Kunsthistoriker auch während des Semesters: „Der Großteil des Seminars beinhaltete, sich die theoretischen Grundlagen des Sammelns anzueignen und dann auf ein konkretes Ausstellungsprojekt anzuwenden“, erklärte Nils Jonas Weber. Dafür mussten sich die Studierenden erst einmal mit dem Konzept des Sammelns, den unterschiedlichen Formen von Kunstsammlungen und der Motivation der Sammler auseinandersetzen. „Erst dann haben wir uns so langsam den einzelnen Werken unseres Sammlers genähert“, meinte Studentin Laura Glötter.

Gezeigt werden in der Ausstellung nicht etwa Reproduktionen, sondern Originale aus dem Privatbestand des Rechtswissenschaftlers Erik Jayme. Seine Sammlung umfasst mehr als 600 Gemälde, Grafiken,



Das Werk „Homage to Hokusai I“ von Stan Cardinet ist Teil der Ausstellung. Foto: privat

Skulpturen und Kunsthandwerk aus verschiedenen Epochen, darunter Werke von Anselm Feuerbach und Otto Dix. Beim Sammeln verfolgt Jayme kein bestimmtes Konzept – gekauft wird, was gefällt.

Nach diesem Grundsatz wählten auch die angehenden Kunsthistoriker die insgesamt 55 gezeigten Werke aus: „Wir zeigen nur einen Bruchteil der Sammlung, den wir uns nach unserem Gusto ausgesucht haben“, so Jonas. Besonders diese Freiheit bei der Gestaltung ihrer persönlichen Ausstellung kam bei den Studierenden an. Schlussendlich sind es hauptsächlich Wer-

ke der Klassischen Moderne aus dem 19. und 20. Jahrhundert geworden, die in die Themenbereiche Mythologie, Traum und Erzählung, abstrakte Kunst nach 1945 in Italien und Deutschland, Momentaufnahmen sowie Landschaft und Heidelberg gegliedert wurden.

Präsentiert werden die Werke nach dem „Show & Tell“-Prinzip: Dabei wählt man ein Objekt aus, zeigt es seinen Kommilitonen oder den Besuchern und stellt es vor. Während der Ausstellungszeit gestaltet sich der „Tell“-Teil allerdings etwas schwierig – statt den Studierenden übernimmt der eigene für die Ausstellung angelegte Katalog die Erzählfunktion und versorgt Interessierte mit allen Informationen über die gezeigten Werke. Im Katalog steckt auch die Hauptarbeit: Jeder Studierende stellt hier „seine“ vier ausgewählten Werke vor. Da nicht alle Kunstwerke von bekannten Künstlern stammen, gestaltete sich das nicht immer einfach: „Beim Namen meines Künstlers hat nicht mal mehr Google geholfen, da stößt man manchmal doch wirklich an Grenzen“, lachte Glötter.

Wegen der aufwendigen Forschungsarbeit haben die Studierenden fast ein Jahr lang an der Ausstellung gefeilt, jetzt ist sie endlich fertig: Am Dienstag, 14. Mai, wird sie um 18 Uhr in der Aula der Alten Universität eröffnet. Neben Musik wird es auch ein Gespräch mit Erik Jayme geben, anschließend ist ein Empfang in der Unibibliothek geplant. Dort sind die ausgewählten Werke ab dem 15. Mai täglich von 10 bis 18 Uhr zu sehen. Der Eintritt ist frei.

## Grüne wollen Studis stärker unterstützen

RNZ. Aktuell stimmen die Uni-Studenten über die Zukunft des Semestertickets ab (siehe oben). Kur vor den Kommunalwahlen erhalten sie nun Unterstützung von den Grünen im Gemeinderat. Deren Fraktion möchte das Semesterticket stärker als bislang durch die Stadt subventionieren lassen. Das Ticket kostet aktuell 170 Euro pro Halbjahr und soll sich pro Jahr um fünf Euro verteuern. Die Grünen fordern, dass die Stadt von diesen Erhöhungen jeweils 50 Cent übernimmt, wodurch das Ticket in fünf Jahren – statt mit 2,50 Euro –, mit fünf Euro unterstützt würde.

## Vom Hörsaal in den Gemeinderat

Wenn am 26. Mai der Gemeinderat gewählt wird, stehen auf fast allen Listen auch Studentinnen und Studenten zur Wahl. Sieben von ihnen stellen sich am Donnerstag, 16. Mai, bei einer Podiumsdiskussion um 19 Uhr im Ziegler, Bergheimer Straße 1B, vor. Organisiert hat die Infoveranstaltung die Hochschulgruppe „Studis für den Stadtrat“. Sie hat studentische Kandidaten eingeladen, die auf ihrer jeweiligen Liste auf einem der ersten zehn Plätze stehen. Zugesagt haben Vertreter von CDU, Grünen, SPD, FDP, Linken, Heidelbergern und Heidelberg in Bewegung. Der Eintritt ist frei.

## Julian Nagelsmann: Der Typ, den man nie in der Uni gesehen hat

Studenten befragten den Hoffenheim-Trainer beim „Studi-Talk“ – „Man muss hart arbeiten können“

Von Katharina Kausche

Ein Haufen Arbeit und keine Lust anzufangen? Bei all den Klausuren, Referaten und der Frage, ob man überhaupt das richtige Studium für sich gefunden hat, kann es Studenten schon mal an Motivation mangeln. Statt in einem stückigen, kleinen Seminarraum Motivationsreden von Dozenten zu lauschen, stellten beim „Studi-Talk“ jetzt Studenten die Fragen. Und das niemand Geringeres als Hoffenheim-Trainer Julian Nagelsmann. Das zog: Die Neue Aula war mit ihren 600 Stühlen voll besetzt, einige Zuhörer mussten sich mit Plätzen auf der Treppe zur Galerie begnügen. Zur Veranstaltung hatten der Heidelberger Career Service, das Gründungsmanagement der Uni und die „Startup Partners“, die Gründer bei der Entwicklung ihres Geschäftsmodells unterstützen, eingeladen.

Beim „Studi-Talk“ verstand es sich von selbst, dass die Universität den Studenten die Bühne und das Interview überließ. Drei Studenten mit mal mehr, mal weniger Verbindung zum Sport löcherten Nagelsmann

mit Fragen zum Thema „Motivation, Erfolg, Herausforderungen – Was Studierende vom Spitzensport lernen können“: Sebastian Fromm, Rugby-Spieler beim RG Heidelberg, Lina Bürger, Fußballspielerin beim Bundesligisten TSG Hoffenheim, und Lorenzo Sperlich, der „manchmal Joggen geht“. Fromm (Humanmedizin) und Bürger (Psychologie) sind beide Stipendiaten der Spitzensportförderung Metropolregion Rhein-Neckar. Sperlich studiert Biowissenschaften und hat bei „Heidelred“, der studentischen Redaktion Heidelberg, journalistische Erfahrungen gesammelt.

Zwei Mal stand Nagelsmann bereits vor der Frage, vor der auch viele Studenten stehen: Weitermachen oder wechseln? Zuerst beendete er mit gerade mal 20 Jahren verletzungsbedingt seine Profikarriere als Fußballer, studierte BWL und war „aber froh, als das vorbei war“. Nebenbei begann er bereits, als Trainer bei Hoffenheim zu arbeiten. Wieder änderte er seinen Plan und schrieb sich für ein Fernstudium der Sport- und angewandten Trainingswissenschaften ein. „Ich bin kein Mensch, der einfach in

den Tag hineinlebt“, sagte der 31-Jährige. Er habe immer einen Plan, aber auch keine Angst, den zu ändern. „Man muss dann einfach mutig sein.“ Mut stehe als „Überschrift“ über all seinen Entscheidungen.

Was für ein Studenten-Typ er gewesen sei, fragte Sperlich den Hoffenheim-Trainer. „Ich war auf jeden Fall kein Vorzeigestudent, sondern eher der Typ, den man nie in der Uni gesehen hat“, lachte Nagelsmann. „Nach der Uni ging es für mich direkt zum Training, weil ich dann schnell als Trainer bei Hoffenheim angefangen habe.“ Das wirklich „freie Uni-Leben“ habe er nicht erlebt. Studenten empfiehlt er, „einfach mal das Buch zuzuschlagen“ und den eigenen Interessen nachzugehen. „Mit der Lebensfreude aus Hobbys kann man sich Motivation holen.“ Seine eigene Motivation sei vor allem der Erfolg, „also Titel gewinnen“. Natürlich aber auch die Freude am Sport. Sein Credo: Talent bedeutet nicht gleich Erfolg. „Man muss auch hart arbeiten können.“ Arbeiten musste Nagelsmann dann auch noch. Um sein Gastgeschenk – eine „Ersti-Tüte“ – zu bekommen, trat er



Volles Haus in der Neuen Aula der Universität: Hoffenheim-Trainer Julian Nagelsmann (3.v.l.) spricht beim „Studi-Talk“ – und stellt sich den Fragen der Studenten. Foto: Philipp Rothe

erfolgreich gegen Bürger im „Schnick-Schnack-Schnuck“-Duell an.

Die Moderatoren waren mit dem Studi-Talk zufrieden. „Es war ziemlich entspannt, weil er auf alle Fragen geantwortet hat“, freute sich Sperlich. Und Bürger ergänzte: „Ich glaube, wir hatten einen guten Mix zwischen Studi- und Sportthemen.“ Der Talk habe ihr gezeigt, dass „die Uni einfach viel mehr bietet als nur Studiernehalt“. Rugby-Spieler Sebastian Fromm konnte viel für sein Studium und seinen Sport mitnehmen, „weil Julian Nagels-

mann, so wie ich zurzeit, einiges während seines Studiums nebenherlaufen hatte“.

Auch den Zuhörern hat die Veranstaltung gefallen. Dorian Vester und Pascal Wiegand haben nach ihrer Vorlesung spontan vorbeigeschaut. „Bei mir bleibt auf jeden Fall hängen, dass man hart arbeiten muss, aber nicht verbittert sein sollte“, meinte Vester. Diese Stelle hatte auch Anika Weidner beeindruckt: „Egal, ob man Talent hat oder nicht, man muss immer hart an sich arbeiten.“ Nagelsmann habe das auf den Punkt gebracht.