

Liebe Studierende,

heute findet ihr im ÖH-Newsletter folgende Infos:

1. Restplätze Erste-Hilfe-Kurs Sommersemester 2019/20
2. ÖH-Stammtisch am 11.03.2020
3. Stressmanagement und Burnout-Prävention-Kurs
4. ÖH-Chor
5. Studieren probieren

Liebe Grüße,

euer ÖH-Team

[www.oeh-fhcw.at](http://www.oeh-fhcw.at)

[www.facebook.com/oehfhcw](https://www.facebook.com/oehfhcw)

[www.instagram.com/oehfhcw](https://www.instagram.com/oehfhcw)

---

## 1. ERSTE-HILFE-KURS SOMMERSEMESTER 2019/20

Auch im Sommersemester 2019/20 gibt es wieder einen **kostenlosen 16-stündigen Erste-Hilfe-Kurs** für Studierende an der FH Campus Wien.

Alle Teilnehmer\*innen erhalten nach erfolgter Teilnahme am Kurs Ende eine Kursbestätigung.

**Samstag und Sonntag, 07. + 08.03.2020, jeweils 09:00 bis 17:00 Uhr**

**Der Kurs ist für die Führerscheinausbildung anrechenbar!**

Mehr Informationen hier: <https://www.oeh-fhcw.at/erste-hilfe-kurs/>

Wir freuen uns sehr auf eure Anmeldung!

## 2. ÖH-STAMMTISCH AM 11.03.2020

Liebe Studierende!

Am 11.03.2020 laden wir herzlich zum ersten Stammtisch Sommersemester 19/20 ein. Ihr wollt mehr über eure ÖH erfahren, euch mit anderen Studierenden aus diversen Fachrichtungen austauschen oder einfach einen netten Abend bei Essen und Getränk verbringen? Ihr seid aus dem ersten Semester und wollt Infos aus höheren Semestern einholen, oder seid schon länger dabei und hungrig? Dann kommt vorbei! Wir laden euch auf eine Speise und ein Getränk (bis max. 15€) ein!

Hardfacts:

**Wo?** Xu's Cooking, Kaiserstraße 45, 1070 Wien

**Wann?** 11.03.2020 ab 19 Uhr

Anmeldung unter [info@oeh-fhcw.at](mailto:info@oeh-fhcw.at) bis 11.03.2020 um 12:00

Wir freuen uns auf euer Kommen!

### **3. Stressmanagement und Burnout-Prävention-Kurs**

Studierende fühlen sich in Prüfungsphasen oft gestresst, nervös und ängstlich. Manchmal kann sogar ein Burnout die Folge sein. Dann ist es wichtig zu wissen, wie man sich selbst beruhigen kann, um Emotionen die den Körper negativ beeinflussen, zu vermeiden.

**Fühlst du dich angesprochen?**

**Dann haben wir eine super Idee für dich!**

Student\*innen haben in dem Seminar die Möglichkeit, ausreichend Tools zur selbstständigen Anwendung, einerseits zur Stress- und Burnout Prävention und andererseits für akute Stresssituationen, wie z.B. Prüfungssängste zu erlernen.

**Samstag, 14. März 2020, von 09:00 bis 17:00 Uhr**

Mehr Informationen hier: <https://www.oeh-fhcw.at/stressmanagement-und-burnoutpraevention-kurs/>

Wir freuen uns sehr auf eure Anmeldung!

### **4. ÖH-CHOR**

**LUST, IN EINEM CHOR MITZUWIRKEN?**

Die ÖH formt einen eigenen Chor!

Hast du mal Lust auf etwas Anderes? Möchtest du zeigen was in dir steckt? Dann komm vorbei und werde Teil von unserem ÖH-Chor.

**KICK OFF AM 03.03.2020, 18:00 BIS 19:30 UHR im Raum B.E.01 FÜR ALLE INTERESSENTEN!**

Ab dann jeden Dienstagabend auf der FH, der Raum wird noch bekannt gegeben.

Bitte komm auch vorbei, wenn du zukünftig nicht jeden Dienstag vorbeischaun kannst – es findet sich immer eine Lösung.

Es ist keine Anmeldung erforderlich.

Bei Fragen wendet euch jederzeit an: [info@oeh-fhcw.at](mailto:info@oeh-fhcw.at) oder an das ÖH Büro

### **5. STUDIEREN PROBIEREN**

Das Angebot wird von der ÖH Bundesvertretung organisiert und bietet in Kooperation mit Studienvertretungen, Studierenden und Hochschulen bundesweit Schnuppertermine in verschiedensten

Studienrichtungen an, die studieninteressierte Personen kostenlos besuchen können. Es ist vorgesehen, dass die Teilnehmer\_innen die Lehrveranstaltung mit einem/einer Studierenden gemeinsam besuchen und im Anschluss daran noch alle drängenden Fragen stellen können. Die Studierenden, die solche Termine in ihrem Studium anbieten und betreuen, bekommen pro stattgefundenem Termin 34€ von uns bezahlt.

Um einen Termin anzubieten müssen sich Betreuer\_innen einmalig registrieren. Über den Account kann man dann die Terminvorschläge eintragen.

Hier der Link dazu: <https://www.studierenprobieren.at/registrieren/>

Bitte schickt uns eure Termine bis 16. März 2020! Später eingereichte Termine können aus organisatorischen Gründen nur noch in Ausnahmefällen berücksichtigt werden.