

## Geschenk im Januar

Mehr Wohnraum für Studierende in Potsdam

Das ehemalige Appartementhaus des Landes Brandenburg in der Kaiser-Friedrich-Straße 142 wurde zum 1. Januar 2010 an das Studentenwerk Potsdam übergeben. Zwischen dem Ministerium der Finanzen und dem Studentenwerk wurde ein Besitzüberlassungsvertrag unterzeichnet.

Hier wurde relativ unbürokratisch auf den bekannten Mangel an bezahlbarem Wohnraum für Studierende in Potsdam reagiert. Die Freude ist groß.

Das Gebäude, das Anfang der neunziger Jahre saniert wurde, befindet sich in unmittelbarer Nähe des Universitätsstandortes Am Neuen Palais, und verfügt über eine Kapazität von 135 Wohnplätzen.

Die 20 Appartements mit Küche und Bad und 115 Zimmer mit Bad (Gemeinschaftsküche auf jeder der 3 Etagen) wurden uns modern möbliert überlassen und stehen ab sofort für die Vermietung zur Verfügung. In Abhängigkeit von der Größe des Wohnraums liegt die Warmmiete einschließlich aller Nebenkosten bei den Appartements

zwischen 265 und 315 EUR, bei den Zimmern mit Bad zwischen 185 und 195 EUR. Interessierte wohnungssuchende Studierende sollten auf jeden Fall online einen Antrag stellen ([www.studentenwerk-potsdam.de/wohnen/](http://www.studentenwerk-potsdam.de/wohnen/)), Sie können aber auch direkt in die Sprechstunde der Abteilung Studentisches Wohnen kommen, Ansprechpartnerin ist Frau Lebek.

(Sprechstunde:

Dienstag: 9.00-12.00 Uhr und 13.00-18.00 Uhr,

Donnerstag: 9.00-12.00 Uhr und 13.00-16.00 Uhr)

Im Erdgeschoss des Hauses besteht die Möglichkeit drei Kindertagespflegestellen für 14 Kinder einzurichten. Damit wurde bereits begonnen. Auch diese Kindertagespflegestellen werden in unserem Auftrag von der Kinderwelt GmbH betreut. G.W.

**Die Zimmer in der Kaiser-Friedrich-Straße 142 sind modern möbliert und ab sofort bezugsfertig. Zur Ausstattung gehören noch ein kleines Regal und ein Kleiderschrank.**



Das neue Studentenwohnheim in der Kaiser-Friedrich-Straße 142 befindet sich in unmittelbarer Nähe des Unikomplexes Am Neuen Palais.



Fotos: Ellmer

## BAföG-Freibeträge noch stärker erhöhen

BAföG-Bedarfssätze sollen um 2%, Freibeträge um 3% erhöht werden

Das Deutsche Studentenwerk (DSW) ist erfreut über die Ankündigung der Bundesregierung, das BAföG zum Wintersemester 2010 erhöhen zu wollen, fordert aber, die Elternfreibeträge stärker als geplant zu erhöhen. DSW-Generalsekretär Achim Meyer auf der Heyde erklärte am 12. Januar 2010 in Berlin, wo der 18. BAföG-Bericht der Bundesregierung vorgestellt wurde: „Rein rechnerisch könn-

te sich die Bundesregierung mit der angekündigten Erhöhung der Freibeträge zufrieden geben. Aber wie auch der von ihr eingesetzte Beirat für Ausbildungsförderung betont, sollte sie ein bildungspolitisches Signal setzen und die Freibeträge stärker erhöhen, damit noch mehr Studierende vom BAföG profitieren.“

Laut Meyer auf der Heyde müssten die Freibeträge um

mindestens 5% erhöht werden. Dies hatten das Deutsche Studentenwerk und der Deutsche Gewerkschaftsbund bereits im Dezember als Orientierungswert für die BAföG-Erhöpfung gefordert.

Finanzielle Probleme sind der zweithäufigste Grund, warum Studierende abbrechen, vor allem in den traditionellen Studiengängen. Das geht aus der jüngsten Studienabbrecher-

Befragung des Hochschul-Informations-Systems HIS hervor, die Mitte Januar 2010 veröffentlicht wurde. 19% der befragten 2.500 Studienabbrecher nannten Probleme bei der Studienfinanzierung als Grund für den Studienabbruch. Das Deutsche Studentenwerk (DSW) ist angesichts der Zahlen besorgt und sieht sich in seiner Forderung nach einer regelmäßigen BAföG-Erhöpfung bestätigt. DSW

	Angebot 1	Angebot 2	Angebot 3	Alternativ-Angebot
MO 01	Spaghetti "Carbonara" <sup>(2,3,5)</sup> mit Reibekäse <sup>(1,2)</sup>	Pfannengyros mit Tzatziki <sup>(2)</sup> und Reis, dazu herzhafter Weißkrautsalat	Alaskaseelachsfilet in Sesampanade mit Dillhollandaise, Broccoli, dazu Bio-Reis oder Salzkartoffeln <sup>(3)</sup>	Vegetarisches Bio-Gemüse-schnitzel auf einer bunten Spätzlepfanne, dazu Schmand-Dip und bunter Salat
DI 02	Germknödel mit Vanillesauce <sup>(1)</sup> und Mohnzucker	Berliner Boulette mit Kohlrabigemüse und Petersilienkartoffeln <sup>(3)</sup>	Hähnchenbrust "Siam Art" mit Wokgemüse und Bratnudeln oder Bio-Reis	Gefüllte Canneloni auf einem Gemüsebett, dazu Gorgonzolasauce <sup>(2,3)</sup> , Blattsalat
MI 03	Tageseintopf mit Brot	Geflügelfrikassee mit jungen Erbsen, dazu Bio-Reis oder Kartoffeln <sup>(3)</sup>	Geschmortes Entrecoté mit Kaisergemüse, Kartoffelgratin <sup>(1,2)</sup> oder Kartoffeltaler <sup>(3)</sup>	Äpler Maggerone mit Appenzeller Käse überbacken, dazu Tessiner Mischsalat mit Kräutern
DO 04	Italienisches Nudelgericht mit Reibekäse <sup>(1,2)</sup>	Currywurst <sup>(2,4,5)</sup> mit Amaiizing Pommes, dazu knackiger Salat	Fangfrisches Seelachsfilet mit Grillgemüse, dazu Kräuterkartoffeln <sup>(3)</sup> oder Knoblauchspaghetti	Schweizer Riesenrösti <sup>(4)</sup> mit Champignons, Tomaten und Mozzarella überbacken, dazu Tessiner Mischsalat mit Bio-Dressing
FR 05	Rührei mit Letschogemüse <sup>(3,9)</sup> und Kartoffelpüree <sup>(3)</sup>	Geflügelfrikadelle mit Ananas und Käse gratiniert <sup>(1,2)</sup> , dazu Texikana Salsa, Zucchini-gemüse und Pommes Twister	Schweinesteak "Strindberg Art" mit grünen Bohnen und Bratkartoffeln <sup>(2,3)</sup>	Bio-Nudeln mit Soja-Geschnetzeltem und Grilltomate, dazu Toscana Mixsalat
MO 08	Tageseintopf mit Brot	Königsberger Klopse mit Kapernsauce, dazu Kartoffeln <sup>(3)</sup> oder Bio-Reis und Möhren-Apfelsalat	Hähnchenbrust "Piccata Milanese" <sup>(1,2)</sup> mit Tomatensauce <sup>(3)</sup> , dazu Broccoli und Kräuterspaghetti oder Kroketten	Mexikanische Kartoffelpfanne <sup>(3)</sup> mit Chili-Dip, dazu bunter Maissalat mit Mango
DI 09	Eierfrikassee mit Langkornreis oder Kartoffelpüree <sup>(3)</sup>	Hackfleischspieß "Budapest" <sup>(2,4)</sup> mit buntem Paprikagemüse, dazu Wedges oder Tomatenreis	Seefischfilet mit Spreewälder Sauce, dazu Salzkartoffeln <sup>(3)</sup> und Gurkensalat mit Dill	Tortellini mit vegetarischer Füllung und Pesto Rosso, dazu italienischer Salat
MI 10	Grießspeise mit heißen Früchten	Gegrillte Hähnchenkeule mit jungen Erbsen und Pommes frites	Paniertes Schweinekotelett mit Rahmgemüse, dazu Salzkartoffeln <sup>(3)</sup> oder Kroketten	Schwarzwurzel-Stern mit Kräutersauce, dazu Eierknöpfe und bunter Salat mit Dressing und Sonnenblumenkernen
DO 11	Kräuterquark mit Leinöl oder Tzatziki, dazu Salzkartoffeln <sup>(3)</sup>	Rindergulasch mit Spirelli oder Salzkartoffeln <sup>(3)</sup> , bunter Blattsalat	Märkischer Wildbraten mit Rosenkohl, Salzkartoffeln <sup>(3)</sup> oder Kartoffelgratin <sup>(1,2)</sup>	Bio-Penne mit Kirschtomaten und Rucola, dazu Grana Padano und Salat mit Mozzarellakugeln
FR 12	Panierte Jagdwurst <sup>(2,4,5)</sup> mit Tomatensauce <sup>(3)</sup> und Nudeln	Rügener Matjestopf mit Stangenbohnen und Bratkartoffeln <sup>(2,3)</sup>	Schweinesteak mit Kräuterbutter, Pfannengemüse, dazu Steakhouse Pommes	Überbackene Zucchini auf einer Spätzle-Gemüsepfanne mit Tomaten-Salsa, dazu frischer Salat mit Kräuterdip

Mittagszeit: Montag bis Freitag, 11-14 Uhr in allen Mensen des Studentenwerks Potsdam.  
 Abendversorgung: MO-DO, 16-19 Uhr: Mensen Golm, Am Neuen Palais und Griebnitzsee, Cafeteria Pappelallee  
 In der vorlesungsfreien Zeit entfällt die Abendversorgung.  
 Bitte beachten Sie unsere Aushänge!

(B) BIO-PRODUKT, DE-043-Öko-Kontrollstelle;  
 = mit Schweinefleisch  
 = mit Geflügel  
 = mit Rindfleisch  
 = Fisch  
 = ovo-lacto-vegetabil

## Abendessen in der Mensa Am Neuen Palais

Flexible Angebote und Öffnungszeiten haben wir uns auf die Fahnen geschrieben. Auf Wunsch der Studierendenvertretung der Universität Potsdam bieten wir seit 18. Januar 2010 wieder eine Abendversorgung in der Mensa Am Neuen Palais von Montag bis Donnerstag in der Zeit von 17.00-19.00 Uhr an.

Die Cafeteria Am Neuen Palais schließt dann an diesen Tagen bereits ab 17.00 Uhr. Die Nachfrage ist nicht so groß, dass beide Einrichtungen in den Abendstunden gleichzeitig geöffnet sein müssen.

Mit der vorlesungsfreien Zeit entfällt die Abendversorgung, sie setzt dann aber mit dem Sommersemester wieder ein. Bitte beachten Sie die Aushänge vor Ort.



Foto: Danny Hooks-Fotolia.com

	Angebot 1	Angebot 2	Angebot 3	Alternativ-Angebot
MO 15	Schwäbische Spätzle mit Champignonsauce <sup>(2,3)</sup>	Gefüllte Paprikaschote mit Tomatensauce <sup>(9)</sup> , dazu Bio-Reis oder Salzkartoffeln <sup>(9)</sup> und Salatbeilage	Gebratene Hähnchenbrust mit Zitronen-Buttersauce, dazu bunte Zucchini und Kroketten oder Pesto-Nudeln	Kartoffeltaschen mit Frischkäsefüllung auf einer Gemüsepfanne, dazu Saisonsalat
DI 16	Tageseintopf mit Brot	Friesische Fischerpfanne mit Seelachswürfeln und Gemüse, dazu Dillkartoffeln <sup>(9)</sup>	Schweinefiletmedaillons in indischer Currysauce, dazu Basmatireis und Salat mit Sprossenmix	Nudelaufauf von Bio-Nudeln mit Roquefortsauce, dazu Tomatensalat mit Basilikum
MI 17	Gekochte Eier mit pikanter Sauce, dazu Kräuterpüree <sup>(9)</sup>	Gebratene Hähnchenbruststreifen mit Früchten, Cashewkernen und Rosinen in Masalasaue, dazu Bio-Reis und Chinakohl	Fangfrisches Fischfilet auf Frischkäse-Sauce, dazu Gurkengemüse und Kräuterkartoffeln <sup>(9)</sup>	Blätterteigtaschen mit Champignons auf Tomaten-Nudelreis, dazu griechischer Salat mit Oliven <sup>(9)</sup>
DO 18	Eierkuchen mit Zitronenquark und Früchten	Partyfrikadellen auf Paprikagemüse, dazu Knoblauchspaghetti oder Salzkartoffeln <sup>(9)</sup>	Paniertes Hähnchenschnitzel nach "Barbecue-Dip", dazu junge Erbsen und Steakhouse Pommes	Panzerotti Formaggio <sup>(2,3)</sup> mit Miniklößchen und Eisberg-Paprikasalat mit Bio-Dressing
FR 19	Sülze <sup>(2,4,5)</sup> mit Remouladensauce <sup>(1,2)</sup> und Bratkartoffeln <sup>(2,3)</sup>	Hähnchen-Nuggets mit Würzsauce "Hot & Sweet", dazu Kartoffelspalten und Sombrosalat	Frische Forelle "Müllerin Art" mit Petersilienkartoffeln <sup>(9)</sup> und Gurkensalat	Gemüse-Champignon-Pfanne mit Miniklößchen und Eisberg-Paprikasalat mit Bio-Dressing
MO 22	Tageseintopf mit Brot	Pfefferhacksteak mit Sc. Bearnaise, grüne Bohnen und Kartoffelspalten <sup>(9)</sup>	Gebratenes Pangasiusfilet nach "Admirals Art" mit Champignons und Shrimps, dazu Gemüseris und Mixsalat	Bio-Nudeln mit Soja-Bolognese, dazu Grana Padano und Rucola-Tomatensalat
DI 23	Hefeklöße mit Früchten	Hähnchengeschnetzeltes in Honig-Chilisauce, dazu Mexikogemüse und Bio-Reis	Rinder- oder Schweinesteak mit Kräuterbutter und Blumenkohl-Broccoligemüse, dazu Pommes frites oder Grillkartoffeln <sup>(9)</sup>	Vegetarische Frühlingsrolle auf einem asiatischen Gemüsebett mit kokos-Currysauce und Duftreis
MI 24	Rührei mit Bratkartoffeln <sup>(2,3)</sup> und Senf Gurken	Kohlroulade mit Schmorkohlsauce und Salzkartoffeln <sup>(9)</sup>	Hähnchenspieß mit Paprikarahm, Pfannengemüse und Bio-Reis oder Wedges	Maultaschenpfanne mit Pilzen und frischem Gemüse, dazu bunter Blattsalat
DO 25	Wurstgulasch <sup>(2,4,5)</sup> mit Paprikastreifen, dazu Nudeln	Lammfleisch in Joghurtsauce "Roghon Josh", dazu Curryreis und Salatmix	Fangfrisches Lachsfilet auf Blattspinat mit Tomaten und Pinienkernen, dazu Tagliatelle oder Salzkartoffeln <sup>(9)</sup>	Bio-Tortellini "all Arrabiata" mit Gorgonzolasauce <sup>(1,2)</sup> und italienischem Salat
FR 26	Allgäuer Krautspätzle mit Röstzwiebeln	Geflügelleber in Zwiebelsauce, dazu junge Erbsen und Kartoffelpüree <sup>(9)</sup>	Rindersauerbraten mit Apfelrotkohl und Kartoffelkloß <sup>(2,3,7)</sup> oder Salzkartoffeln <sup>(9)</sup>	Kartoffelnocci <sup>(9)</sup> mit marinierten Austernpilzen und grünem Pfeffer, dazu Salatgarnitur

**Kennzeichnungspflichtige Zusatzstoffe:** 1 mit Farbstoff 2 mit Konservierungsstoff 3 mit Antioxidationsmittel 4 mit Geschmacksverstärker 5 mit Phosphat 6 gewachst bzw. mit Thiabendazol 7 geschwefelt 8 geschwärzt 9 mit Süßungsmittel 10 enthält eine Phenylalaninquelle 11 mit Alkohol.

Zu jedem Essen gehört ein Dessert oder ein Frischobst Ihrer Wahl. Änderungen sind nicht beabsichtigt, aber aus betrieblichen Gründen möglich. Alle Speisen werden mit jodiertem Salz zubereitet.

Preise:	Angebot 1	Angebot 2	Angebot 3	Angebot 4	Salatteller	Suppe	Kompott
Studierende:	1,20 €	2,00 €	2,50 €	2,30 €	1,50 €	0,50 €	0,25 €
Bedienstete:	2,60 €	3,35 €	3,85 €	3,65 €	2,35 €	0,50 €	0,25 €
Gäste:	3,00 €	4,00 €	4,60 €	4,60 €	3,00 €	0,50 €	0,25 €

Bei Fragen zu unserem Speisenangebot und dessen Inhaltsstoffen wenden Sie sich bitte an unser Personal.

### Die nächsten Sprechtage an den Fachhochschulen

Nächster Sprechtag der Abteilungen des Studentenwerks Potsdam an den Fachhochschulen:

TH Wildau (Bibliothek)  
10.03.2010 10.00 - 14.00 Uhr  
FH Brandenburg (AStA)  
24.03.2010 10.00 - 14.00 Uhr  
Aushänge beachten!

### Buchtipps:

Sebastian Christ, Onlineredakteur beim Stern, wählte für seinen ersten Roman einen Stoff, den er kennt - Absolvent als Journalist und Dauerpraktikant.

Eine Empfehlung für Praktikanten und die Kritik an übermäßigem Leistungsdruck finden Sie bei: Sebastian Christ

„... und wünschen Ihnen für die Zukunft alles Gute!“ Ein Leben als Praktikant.

Als Taschenbuch erschienen im Goldmann-Verlag, 176 Seiten, 7,95 EUR.

## Erfolgreich bewerben!

Die Broschüre der ZAV „Erfolgreich bewerben!“, die Hochschulabsolventinnen und -absolventen mit Behinderung/chronischer Krankheit bei Stellensuche und Bewerbung unterstützen soll, ist jetzt auch als PDF-Datei

verfügbar. Die Druckausgabe können Sie mit einer E-Mail an ZAV-Bonn.SBAkademiker@arbeitsagentur.de bestellen. Die PDF-Datei finden Sie hier: [http://www.studentenwerke.de/pdf/Erfolgreich\\_bewerben.pdf](http://www.studentenwerke.de/pdf/Erfolgreich_bewerben.pdf)

# FOTOWETTBEWERB DER STUDENTENWERKE

Berlin | Dresden | Frankfurt (Oder) | Halle | Leipzig |  
Magdeburg | Potsdam | Rostock | Thüringen

## „Wege wagen“

► Mitmachen lohnt sich!

**Hauptpreise im  
Wert von 1000 Euro**

Weitere Gewinne im Gesamtwert  
von **2000 Euro** und **Sonderpreise**



► Einsendeschluss

**8. April 2010**

bei den zuständigen  
Studentenwerken

Preisverleihung & Vernissage am 18. Juni in der Festung Mark Magdeburg

Ausschreibung und Informationen unter  
**[www.fotowettbewerb-studentenwerke.de](http://www.fotowettbewerb-studentenwerke.de)**

## Eine Idee wird verwirklicht



Das studentische Kulturzentrum (KuZe, Hermann-Elfein-Straße 10) ist seit November 2005 offen für studentisches Leben und Kultur im Herzen der Stadt Potsdam – es ist eine zentrale Anlaufstelle für alle Studierenden.

Das KuZe funktioniert in Zusammenarbeit mit dem Offenen Kunstverein, welcher das KunstWERK betreibt und verschiedenste Kurse der bildenden und darstellenden Kunst sowie regelmäßige Ausstellungen bietet, und dem ekze e.V. als Trägerverein der Kneipe, deren Gewinne in einen Kulturfonds fließen. Dazu gehören auch Unterstützer\_innen wie das Studentenwerk und zahlreiche ehrenamtliche Einzelpersonen.

Der tägliche Betrieb wird unter anderem durch einen technischen Leiter, einen Geschäftsführer, welche beim AStA der Uni Potsdam beschäftigt sind, und eine\_n Referent\_in für das KuZe im AStA gewährleistet. Über die Gestaltung des KuZe entscheidet das Nutzer\_innenplenum, welches öffentlich tagt. Hier werden die Vergabe von Mitteln aus dem Kulturfonds, von Räumen und alle anderen strategischen Entscheidungen diskutiert und im Konsens entschieden.

Die Aktiven im KuZe freuen sich immer über weitere Unterstützer\_innen. Wollt ihr Tresenschichten übernehmen oder euch im Plenum einbringen? Alle Infos und die aktuellen Veranstaltungen für Januar findet ihr auf unserer Homepage unter [www.kuze-potsdam.de](http://www.kuze-potsdam.de).

### Regelmäßige Termine:

**Montag: ab 18:00 Uhr** offenen Sprechstunde in der Siebdruckwerkstatt und Bildhauerworkshop, **ab 20:00 Uhr** AStA-Montagskultur (Eintritt frei) und Tischtennis in der Kneipe

**Dienstag: ab 10:30 Uhr** BAföG-/Sozialberatung, **ab 16:00 Uhr** Jobberatung, **ab 18:00 Uhr** Kurs für Malerei, Grafik, Plastik für Jugendliche

**Mittwoch: ab 11:00 Uhr** Jobberatung, **ab 13:00 Uhr** Semesterticketberatung, **ab 15:00 Uhr** AStA-Cafe (offenen Sprechstunde), **ab 18:30 Uhr** Nutzer\_innenplenum

**Donnerstag: ab 14:30 Uhr** BAföG-/Sozialberatung, **ab 18:00 Uhr** Bildhauerworkshop, **ab 19:00 Uhr** Kurs für Malerei, Grafik, Plastik für Erwachsene

**Jeden Montag, Mittwoch und Donnerstag**  
Fair Cafe mit Keksen und Tageszeitung  
**ab 15:00 Uhr** in der Kneipe, sonst ist die Kneipe  
**ab 20:00 Uhr** geöffnet.

## Februar im Pub à la Pub

Die Veranstaltungen des Monats findet ihr unter:

<http://pub-a-la-pub.de>

Außerdem: News, Bilder, Stories!

Euer Pub  
Breite Str. 1 | 14467 Potsdam

**Impressum:** »Mensabegleiter« ist das Informationsblatt des Studentenwerks Potsdam. Erscheinungsweise: monatlich jeweils zum Ersten. Anschrift der Redaktion: Studentenwerk Potsdam, Redaktion »Mensabegleiter«, Gudrun Wewetzer, Friedrich-Ebert-Str. 4, 14467 Potsdam, Tel. (03 31) 37 06 -250, Fax. (03 31) 37 06 -125. eMail: [redaktion@mensabegleiter.de](mailto:redaktion@mensabegleiter.de) Anzeigendisposition: Torsten Taapken. Verlag und Herstellung: folio medien. Anschrift: folio medien, »Mensabegleiter«, Postfach 100463, 48053 Münster, Tel. (03 41) 22 54 11 56, Fax. (03 41) 22 54 11 59. eMail: [kontakt@mensabegleiter.de](mailto:kontakt@mensabegleiter.de) Vertrieb: Studentenwerk Potsdam, Eigenvertrieb. Der Umwelt zuliebe auf zertifiziertem Recycling-Papier gedruckt. © 2010 folio medien, Leipzig. Alle Rechte vorbehalten. • 2010.02 •