Veranstaltungsprogramm für Studierende & Akademiker*innen Wintersemester 2026/2027

Ein gemeinsames Programm der Agentur für Arbeit Regensburg und der OTH Regensburg

© Michaela Dechant

Bundesagentur für Arbeit
Agentur für Arbeit
Regensburg

OTH
REGENSBURG

Rechtlicher Hinweis / Haftungsausschluss:

Links zu Webseiten Dritter werden in dieser Broschüre als Serviceleistung angeboten. Für die Inhalte dieser Webseiten sind deren Anbieter selbst verantwortlich. Die Bundesagentur für Arbeit übernimmt dafür keine Haftung. Obwohl die Inhalte der Webseiten von der Bundesagentur für Arbeit sorgfältig geprüft wurden, wird keine Garantie und Verantwortung dafür übernommen, dass alle Angaben zu jeder Zeit vollständig, richtig und aktuell sind.

Veranstaltungshinweise:

Wir bitten dich im Vorfeld um eine verbindliche Anmeldung. Dies ist für unsere Planungen unerlässlich und bietet uns darüber hinaus die Möglichkeit, dir den jeweiligen Veranstaltungslink und weitere Informationen digital zukommen zu lassen.
Die Teilnehmerzahlen bei den Workshops sind begrenzt. Daher bitten wir dich aus Fairnessgründen bei Verhinderung deine Teilnahme bis spätestens 48 Stunden vor dem Workshop/Vortrag per E-Mail unter Regensburg.Veranstaltungsprogramm@arbeitsagentur.de zu stornieren.

Programmverantwortlicher:

Sebastian Wolfertstetter

Erstellung des Titelbilds:

Michaela Dechant

Jobperspektiven - Beratung & Coaching Bewerbung & Selbstpräsentation

Dienstag, 13.10.2026
Selbstbewusst im Hochschul- und Berufsalltag
8

Montag, 19.10.2026
Messeknigge CONNECTA mit DB AG
9

Dienstag, 27.10.2026
From Campus to Career: Bewerbungstraining mit Reinhausen GmbH
10

Mittwoch, 04.11.2026
Female, Smart, Unstoppable: Frauenpower für deinen ersten Job!
11

Montag, 09.11.2026
Selbstmarketing im Vorstellungsgespräch
12

Dienstag, 10.11.2026
Mit Beeinträchtigung ins Arbeitsleben
13

Mittwoch, 11.11.2026
Akademische Arbeitswelt im Wandel – Herausforderungen und Chancen
14

Donnerstag, 12.11.2026
Study and Work in Bavaria
15

Mittwoch, 18.11. 2026
KI im Bewerbungsprozess verstehen und gezielt nutzen
16

Donnerstag, 19.11.2026
Die Mona Lisa und die Aufschieberitis
17

Mittwoch, 25.11.2026
Der Karrierestart als Frau
18

Donnerstag, 26.11.2026
Führungscoaching – Fit für Personalverantwortung
19

Dienstag, 01.12.2026
Fake it till you make it! Mit Souveränität punkten
20

Mittwoch, 02.12.2026
Von Null uf 100 – ein Überblick zum Arbeitsrecht in 90 Minuten
21

Dienstag, 08.12.2026
Gestärkt durch den Lernalltag
22

Mittwoch, 09.12.2026
All around the World
23

ANGEBOTE DES STUDIERENDENWERKES NIEDERBAYERN/OBERPFALZ **24**

DAS TEAM FÜR STUDIERENDE UND AKADEMIKER*INNEN **35**

CAREER SERVICE DER OTH REGENSBURG **38**

BERATUNG UND ANSPRECHPARTNER AN DER UNIVERSITÄT REGENSBURG **40**

STUDIERENDENWERK NIEDER- BAYERN/OBERPFALZ **41**

Datenschutz **43**

Liebe Studierende, liebe Akademiker*innen,

„KI steht für die vierte industrielle Revolution. Sie betrifft jedes Unternehmen. KI bietet alle Chancen.“ Diese Sätze aus der Politik gingen Mitte August durch die Presse. Und ja, es stimmt, diese Technologie hat ohne Zweifel das Zeug die wirtschaftliche Entwicklung in Deutschland in den nächsten Jahren voranzutreiben und den Wirtschaftsstandort Deutschland zu festigen.

Aber KI alleine macht noch keinen wirtschaftlichen Aufschwung. Dafür benötigt es weiterhin gut ausgebildete Fachkräfte und dringend gesuchte Expert*innen – nämlich dich.

Aber zur Wahrheit gehört auch, dass wirtschaftliche Revolutionen nicht nur positive Effekte und Erneuerungen, sondern auch tiefgreifende Transformationen und Verunsicherungen mit sich bringen.
Zu einem reibungslosen und dauerhaft erfolgreichen Einstieg in das Berufsleben gehört weit mehr als nur Fachwissen. Das hat sich auch im Zeitalter von KI nicht geändert. Die gute Nachricht: Wir, als Agentur für Arbeit, stehen Ihnen als erster Ansprechpartner auf dem Arbeitsmarkt mit Erfahrung und Expertise zur Seite.

Deshalb haben meine Kolleg*innen, gemeinsam mit dem Career Service der OTH Regensburg, auch für das Wintersemester 26/27 wieder ein vielseitiges Programm aus Vorträgen und Workshops zum Themenkomplex Übergang Studium – Beruf für dich zusammengestellt. Nimm dieses kostenlose Angebot wahr. Lass dir von professionellen Referent*innen, Trainer*innen die nötigen Skills für den Schritt in die Arbeitswelt mitgeben!

Zögere nicht. Wähle die für deine Bedürfnisse in Frage kommenden Veranstaltungen aus und melde dich am besten gleich an – denn wer zuerst kommt, mahlt bekanntlich zuerst!

Fred Gaida

Vorsitzender Geschäftsführung Agentur für Arbeit Regensburg

Liebe Studierende, liebe Akademiker*innen

in Kooperation mit dem CAREER SERVICE der OTH Regensburg haben wir von der Studien- und Berufsberatung der Agentur für Arbeit Regensburg auch dieses Wintersemester wieder ein spannendes und vielseitiges Programm aus Vorträgen und Workshops zu den Themen Bewerbung & Selbstpräsentation, Vorstellungsgespräch und Selbstmarketing auf die Beine gestellt. Unter anderem zeigen wir dir, wie du selbstbewusst durch den Berufs- und Hochschulalltag kommst und gestärkt deinen Lernalltag bestreitest.
Darüber hinaus kannst du bei uns mehr darüber erfahren, was du gegen Aufschieberitis machen kannst und wie du auch in stressigen Situationen die passende Antwort findest.
Speziell für Personen mit Beeinträchtigung bieten wir dieses Jahr einen Vortrag an, der Tipps und Strategien für den Einstieg in das Berufsleben vermittelt.
Des Weiteren erfährst du bei uns auch dieses Jahr wieder, was du tun musst, um bei internationalen Organisationen beruflich durchzustarten.
Wir bringen dir bei, wie du mit Hilfe von KI deine Bewerbungsunterlagen auf Vordermann bringst.
In Kooperation mit dem Studierendwerk bieten wir speziell für international Studierende auch in diesem Semester wieder einen Vortrag auf Englisch zum Thema “Study and Work in Bavaria“ an.
Solltest Du Fragen zum Thema Arbeitsrecht haben oder die Umwälzungen am Arbeitsmarkt treiben dich um, dann besuch doch unseren virtuellen Vortrag „Arbeitswelt im Wandel“.
Darüber hinaus konnten wir auch dieses Jahr wieder Kathrin Leinweber als Female Empowerment Coach für unser Programm gewinnen. Sie verrät in ihrem Workshop Tricks und Strategien, wie du als Frau Deine Karriere mit viel Selbstbewusstsein und Stärke starten und voranbringen kannst. Außerdem bieten wir für Studentinnen und Absolventinnen dieses Jahr einen speziellen Karrierestart-Workshop an.
Auch zum Thema Personalführung bieten wir ein Coaching an, das wir gemeinsam mit dem Marketing & Career Service der wirtschaftswissenschaftlichen Fakultät der Universität Regensburg absolvieren.
Wie immer sind unsere Referent*innen und Trainer*innen auf ihrem Gebiet ausgewiesene Experten*innen mit langjähriger Praxiserfahrung und natürlich ist unser Angebot an dich kostenlos!

Wir bitten dich jedoch im Vorfeld um eine verbindliche Anmeldung!
Bei Fragen zum Veranstaltungsprogramm kannst du dich gerne jederzeit über die E-Mail Regensburg.Veranstaltungsprogramm@arbeitsagentur.de an uns wenden.

Wir freuen uns auf rege Teilnahme!
Die Studien- und Berufsberatung der Agentur für Arbeit Regensburg

Selbstbewusst im Berufs- und Hochschulalltag

Viele Studierende kennen das Gefühl von Unsicherheit – in einem neuen Lebens- und Arbeitsumfeld, am Beginn eines neuen Lebensabschnitts oder aufgrund neuer Herausforderungen. Die innere Unsicherheit und ihr äußerlicher Ausdruck können einander dann unbewusst verstärken und uns blockieren.
Damit verbauen wir uns oft die Chance, offen auf neue Menschen zuzugehen und die Herausforderungen im (Neben-)Job, Praktikum oder Studium zu meistern.

Die gute Nachricht: Selbstbewussteres Auftreten ist weder „schummeln“ noch Hexenwerk und man kann es lernen! Wer sich der Wirkung seiner Körpersprache und Stimme bewusst wird, kann diese auch gewinnbringend einsetzen und hat damit eine Stellschraube, um auch die innere Haltung zu verändern. Der Weg aus dem Schneckenhaus ist möglich. Dafür arbeiten wir in diesem Workshop sehr niederschwellig und in einer vertrauensvollen Atmosphäre in einer kleinen Gruppe.

Schwerpunkte des Workshops:

- Kennenlernen und Warm-up für ein waches Körpergefühl
- Brainstorming: Wo drückt der Schuh?
- Theorie-Input zu den Elementen von Präsenz
- Praktische Übungen zur Körpersprache: *Bewusst lesen & einsetzen*
- Theorie-Input „Stimmung & Stimme – das hängt zusammen“
- Praktische Übungen zu Atem & Stimme

Veranstaltungsdaten:

Termin: Dienstag, 13.10.2026
15:30 bis 19:30 Uhr

Ort: Bekanntgabe Raum über Homepage der OTH

Referentin: Eva Marianne Schulz M.A.
staatl. gepr. Schauspielerin & Sprecherin

Plätze: **10**

Verbindliche Anmeldung
(mit Angabe von Name, Studiengang, Semester/Abschluss):
https://events.arbeitsagentur.de/Selbstbewusst_Hochschulalltag/

Studierende der OTH Regensburg:
über das Alumni-Onlineportal der OTH Regensburg

Messeknigge CONNECTA mit DB AG
So holst du das Beste aus deinem Messebesuch heraus

Die CONNECTA ist die perfekte Gelegenheit, um spannende Arbeitgebervertreter*innen kennenzulernen, wertvolle Kontakte zu knüpfen und dich über Praktika, Werkstudierendenstellen, Abschlussarbeiten oder Einstiegsmöglichkeiten zu informieren. **Vielleicht stellst du dir Fragen wie:**

- Wie stelle ich mich kurz und überzeugend vor?
- Brauche ich einen Lebenslauf oder sogar komplette Bewerbungsunterlagen?
- Wie spreche ich die Arbeitgebervertreter*innen am besten an?
- Wie gehe ich vor, wenn ich noch nicht genau weiß, welcher berufliche Weg zu mir passt?

In diesem Vortrag zeigen wir dir, wie du **gut vorbereitet**, **souverän** und mit einem **klaren Plan** auf die CONNECTA gehst!

Inhalt des Vortrags:

- **Gut vorbereitet zur Connecta**
  (u.a. Welche Unterlagen; Dresscode für eine Jobmesse; gezielte Recherche von Arbeitgebern)
- **Sicher ins Gespräch kommen**
  (u.a. sicheres Auftreten am Messestand; Gesprächsführung; Do‘s & Dont’s auf Messen; LinkedIn als digitale Visitenkarte nutzen)
- **Kontakte nachhaltig nutzen**
  (u.a. LinkedIn zum Vernetzen nutzen; Messe-Erstkontakt weiter ausbauen; positiv in Erinnerung bleiben)

Veranstaltungsdaten:

Termin: Montag, 19.10.2026
15:30 bis 17:00 Uhr

Format: MS Teams

Referent: Katja Rasch &
Laura Fees
DB AG

Plätze: **40**

Verbindliche Anmeldung

(mit Angabe von Name, Studiengang, Semester/Abschluss):

https://events.ar+++beitsagentur.de/Messeknigge_CONNECTA/

Studierende der OTH Regensburg:
über das Alumni-Onlineportal der OTH Regensburg

From Campus to Career: Bewerbungstraining mit Reinhausen GmbH

Mit praxisnahen Impulsen, authentischen Einblicken und wertvollen Tipps aus dem HR-Alltag bereitet dich die Reinhausen GmbH auf deine nächste Bewerbung vor.

Komm vorbei und mach deinen nächsten Karriereschritt!

Inhalte des Workshops:

- **Selbstreflektion:**
  Wer bin ich, was kann ich & wo will ich hin?
- **Stellenangebote richtig analysieren** und bewerten
- **Bewerbungsunterlagen optimieren:**
  Lebenslauf und Anschreiben individuell auf die Stelle zuschneiden
- **Praxisnahe Tipps rund um die Bewerbung:**
  (z.B. Bewerbungsfotos, Zeugnisse)
- **KI im Bewerbungsprozess:**
  So kann sie dich sinnvoll unterstützen
- **Raum für individuelle Fragen**

Veranstaltungsdaten:

Termin:	Dienstag, 27.10.26 15:30 bis 17:30 Uhr
Ort:	Bekanntgabe Raum über Homepage der OTH
Referentinnen:	Silvia Schramowski & Stefanie Stoiber-Bücherl Talent Acquisitions Reinhausen GmbH

Plätze: 20

Verbindliche Anmeldung
(mit Angabe von Name, Studiengang, Semester/Abschluss):

https://events.arbeitsagentur.de/Bewerbungstraining/

Studierende der OTH Regensburg:
über das Alumni-Onlineportal der OTH Regensburg

Female, Smart, Unstoppable: Frauenpower für deinen ersten Job!

Möchtest du als Frau in deinem ersten Job nach der Uni eine erfolgreiche Karriere starten? Oder bist du bereit, in einer Branche durchzustarten, in der Frauen noch in der Unterzahl sind? Herzlichen Glückwunsch! Dann ist dieses Training genau das Richtige für dich! Female Empowerment Coach Kathrin Leinweber verrät dir alle Female Empowerment Hacks, Tricks und Strategien, wie du als Frau deine Karriere mit Power, Selbstbewusstsein und sehr viel weiblicher Stärke starten kannst.

Auf folgende Inhalte in diesem Workshop kannst du dich freuen:

FemaleStrength: Wie du die Herausforderungen und Hindernisse, denen Frauen noch immer begegnen, erfolgreich meisterst und gestärkt aus schwierigen Situationen hervorgehst.

FemininityPower: Wie du deine weiblichen Stärken als Ass im Ärmel nutzt, um in deiner Karriere zu glänzen.

Selbstsabotage: Wie du Selbstzweifel, Dornröschen-Illusionen und das Gefühl, nicht gut genug zu sein, hinter dir lässt, um mit voller Kraft voranzugehen.

SelbstIstDieFrau: Wie du dich weiblich stark positionierst und sichtbar wirst, ohne jedes Mal Höchstleistung vollbringen zu müssen.

Schlagfertigkeitsqueen: Wie du schlagfertig mit Sprüchen, blöden Witzen und Kommentaren unter der Gürtellinie umgehst.

MoneyMoneyMoney: Wie du erfolgreich verhandelst, ohne Ellenbogen einzusetzen und das Gehalt erreichst, wie deine männlichen Kollegen.

Veranstaltungsdaten:

Termin: Mittwoch, 04.11.2026
10:00 bis 16:30 Uhr

Format: Virtuell über Zoom

Referentin: Kathrin Leinweber
Female Empowerment Coach

Plätze: **15**

Verbindliche Anmeldung

(mit Angabe von Name, Studiengang, Semester/Abschluss):

https://events.arbeitsagentur.de/Frauenpower_fuer_ersten_Job/

Studierende der OTH Regensburg:
über das Alumni-Onlineportal der OTH Regensburg

Selbstmarketing im Vorstellungsgespräch

Du fühlst dich im Vorstellungsgespräch unsicher? Du weißt nicht, wie du deine Stärken und Leistungen darstellen und dich gut präsentieren kannst?

Dann komm zum Workshop!

Wir helfen dir dabei….
…Sicherheit für Vorstellungsgespräche zu entwickeln
…deine Stärken und deinen Mehrwert zu benennen und zu präsentieren
…Fragen selbstbewusst zu beantworten und souverän damit umzugehen, wenn du nicht sofort eine Antwort weißt

Das erwartet Dich:

- Input zu Inhalt und Ablauf des Vorstellungsgespräches
- Kurze Reflexion eigener Stärken und Schwächen und Tipps zum Umgang damit im Vorstellungsgespräch
- Training ausgewählter Passagen des Vorstellungsgespräches
- Anregungen für einen souveränen Umgang mit Unsicherheit
- Gelegenheit für Austausch und individuelle Fragen

Bei den Übungen kannst du mitmachen oder auch zusehen – wie es für dich am besten passt!

Veranstaltungsdaten:

Termin:	Montag, 09.11.2026 16:00 bis 20:00 Uhr
Ort:	Bekanntgabe Raum über Homepage der OTH
Referentin:	Julia Mahr Coach & Trainerin Gründerin der Agentur sabbalott
Plätze:	**12**

Verbindliche Anmeldung
(*mit Angabe von Name, Studiengang, Semester/Abschluss):*

https://events.arbeitsagentur.de/Selbstmarketing_Vorstellungsgespraech/

Studierende der OTH Regensburg:
über das Alumni-Onlineportal der OTH Regensburg

Mit Beeinträchtigung ins Arbeitsleben

Der Einstieg in den Job und die erfolgreiche Teilhabe am Arbeitsleben stellen Studierende mit sichtbaren und nicht sichtbaren Behinderungen, chronischen Erkrankungen oder gesundheitlichen Einschränkungen vor besondere Herausforderungen:

- Muss ich meine Beeinträchtigung in meinen Bewerbungsunterlagen oder im Vorstellungsgespräch erwähnen?
- Wie finde ich passende Arbeitgeber, die zu meiner persönlichen Situation passen?
- Welche Unterstützungsmöglichkeiten gibt es?

Mit diesem virtuellen Vortrag möchten wir Hilfestellung und Tipps geben zu:

- Passender Stellensuche
- Sag ich's oder nicht? – Ein Blick auf die Entscheidungsmöglichkeiten
- Einblicken in die Rechte und Leistungen für Arbeitnehmer*innen mit Beeinträchtigungen
- Perspektiven auf das eigene Kompetenzprofil
- Unterstützungsmöglichkeiten

Im Anschluss bleibt ausreichend Zeit für vertiefende sowie individuelle Fragen.

Veranstaltungsdaten:

Termin: Dienstag, 10.11.2026
17:00 bis 18:30 Uhr

Format: Virtuell über MS Teams

Referenten: Dr. Tatjana Schweizer (Dipl.-Psych.) &
Abdel Hafid Sarkissian (M.A. Rehabilitationswissenschaften)
Service für Schwerbehinderte Akademiker / iXNET
Bundesagentur für Arbeit

Plätze: **35**

Verbindliche Anmeldung
(mit Angabe von Name, Studiengang, Semester/Abschluss):
https://events.arbeitsagentur.de/Beeintraechtigung_ins_Arbeitsleben/

Studierende der OTH Regensburg:
über das Alumni-Onlineportal der OTH Regensburg

Akademische Arbeitswelt im Wandel – Herausforderungen und Chancen

Aktuell verändert sich die Arbeitswelt mit rasantem Tempo: Globalisierung, Digitalisierung oder künstliche Intelligenz sind nur einige Schlaglichter, welche die Transformation des Stellenmarkts befeuern. Dies alles hat auch auf den regionalen akademischen Arbeitsmarkt enorme Auswirkungen und wird es auch in Zukunft haben. Das schafft zum einen Verunsicherung bei Studierenden und Absolvent*innen, bietet jedoch gleichzeitig neue Chancen für den Einstieg in den Arbeitsmarkt!

Als Student*in bzw. Absolvent*in beschäftigst du dich vielleicht mit Fragen, wie:

- Welche neuen Trends und Entwicklungen gibt es bereits jetzt schon bzw. kündigen sich in den nächsten Jahren an?
- Welche Bedeutung haben diese für meinen Berufseinstieg?
- Was ist „Panikmache“ und was ist wissenschaftlich belegte Realität?
- Was kann ich selbst dafür tun, um bestmöglich auf diese Veränderungen und Herausforderungen vorbereitet zu sein?

Unser Experte Dr. Michael Moritz vom Institut für Arbeitsmarkt- und Berufsforschung (IAB) gibt dir Einblicke in aktuelle Analysen und Entwicklungen und zeigt auf, welche Auswirkungen diese Trends auf Berufe, Tätigkeiten und Kompetenzanforderungen haben. Mit besonderem Fokus auf den akademischen Bereich und den Raum Regensburg werden unter anderem aktuelle Arbeitsmarktdaten, das Konzept der Substituierbarkeitspotenziale und der Job-Futuromat des IAB vorgestellt. Im anschließenden Austausch diskutieren wir gemeinsam die Herausforderungen und Chancen des Wandels für Akademiker*innen.

Veranstaltungsdaten:

Termin: Mittwoch, 11.11.2026
17:00 bis 18:30 Uhr

Format: Virtuell über Teams

Referentin: Dr. Michael Moritz
Institut für Arbeitsmarkt –
und Berufsforschung (IAB)
Bundesagentur für Arbeit

Plätze: **unbegrenzt**

Verbindliche Anmeldung

(mit Angabe von Name, Studiengang, Semester/Abschluss):

https://events.arbeitsagentur.de/Wandel_Akademische_Arbeitswelt/

Studierende der OTH Regensburg:
über das Alumni-Onlineportal der OTH Regensburg

Study and Work in Bavaria

Du bist international Studierende*r und willst wissen, welche Arbeitsmöglichkeiten in Deutschland bestehen?

Dann ist dieser virtuelle Vortrag von der Agentur für Arbeit Regensburg und dem Team “Beratung Studentisches Leben” vom Studierendenwerk Nby. /Opf. genau das Richtige!

Unter anderem erfährst du hier, wie du dich arbeitssuchend bzw. arbeitslos melden kannst. Außerdem erhältst du Informationen, welche Optionen der Studienfinanzierung es gibt. Und wir zeigen dir, welche weiteren Hilfsangebote dich noch zusätzlich unterstützen können.

Der Vortrag wird in englischer Sprache gehalten!

You are an international student and have no idea what job opportunities exist in Germany?
Then take part in this free online lecture from the Employment Agency in cooperation with the Student Life Counseling of the Studierendenwerk Nby. /Opf.
Among other things, you will receive information about counseling and support services: How to register as an unemployed or job-seeking person? What options are there for study financing available?
What other offers of help can provide additional support?

Veranstaltungsdaten:

Termin: Donnerstag, 12.11.2026
17:00 bis 18:30 Uhr

Format: Virtuell über Teams

Referenten: Christine Knoll
Teamleitung Studien- und Berufsberatung
Agentur für Arbeit Regensburg
&
Carinna Schropp & Anna Abenthum
Studierendenwerk Nby. /Opf.

Plätze: **unbegrenzt**

Verbindliche Anmeldung
(mit Angabe von Name, Studiengang, Semester/Abschluss):

https://events.arbeitsagentur.de/Study_and_Work_in_Bavaria/

Studierende der OTH Regensburg:
über das OTH Bridge-Portal Regensburg

KI im Bewerbungsprozess verstehen und gezielt nutzen: Von der Jobsuche bis zum überzeugenden Anschreiben

Künstliche Intelligenz verändert die Arbeitswelt und damit auch die Art, wie Arbeitgeber Bewerbungen sichten und auswählen. Für Studierende und Berufseinsteiger*innen eröffnet sie gleichzeitig neue Möglichkeiten, den Bewerbungsprozess effizienter und erfolgreicher zu gestalten. Doch wie genau wird KI von Arbeitgebern eingesetzt? Und wie kannst du sie sinnvoll für deine eigene Bewerbung nutzen?

In diesem Workshop zeigen wir dir nicht nur, wo und wie dir KI im Bewerbungsprozess begegnet, sondern auch welche Do‘s and Don’ts du beim Einsatz von KI beachten solltest.

Du lernst außerdem, KI aktiv zu nutzen, um:

- eine passende Suchstrategie für Stellenangebote zu entwickeln
- Stellenanzeigen auszuwerten
- deinen Lebenslauf gezielt auszurichten
  (Stichwort Bewerbermanagementsysteme - ATS)
- individuelle Anschreiben in deinem persönlichen Tone of Voice zu erstellen
- überzeugende Initiativbewerbungen zu verfassen

Nutze die Möglichkeiten von KI, ohne deine Persönlichkeit aus den Augen zu verlieren, und gestalte deinen Bewerbungsprozess professionell, effizient und authentisch

Tool-Fokus: ChatGPT, Claude, Gemini Notebook

Veranstaltungsdaten:

Termin: Mittwoch, 18.11.2026
13:00 bis 17:00 Uhr

Format: Virtuell über Zoom

Referent: Martin Salwiczek
Geschäftsführer
der Solanius GmbH
Coach für KI in
Bewerbung und
Berufsorientierung

Plätze: **24**

Verbindliche Anmeldung

(mit Angabe von Name, Studiengang, Semester/Abschluss):

https://events.arbeitsagentur.de/KI_im_Bewerbungsprozess/

Studierende der OTH Regensburg:
über das Alumni-Onlineportal der OTH Regensburg

Die Mona Lisa und die Aufschieberitis

Kennst du das? Eigentlich weißt du genau, was zu tun ist, und trotzdem schiebst du eine Aufgabe immer wieder vor dir her. Statt zum Beispiel mit der Klausurvorbereitung oder der Hausarbeit anzufangen, beschäftigst du dich mit anderen Dingen, obwohl die Zeit bereits drängt. Dieses Verhalten wird als Prokrastination bezeichnet und begegnet vielen Menschen im Berufs- und Privatleben.

In diesem Workshop gehst du den Ursachen des Aufschiebens auf den Grund und lernst, warum es oft so schwerfällt, ins Handeln zu kommen.
Gemeinsam betrachten wir die Mechanismen, die hinter Prokrastination stecken, und entwickeln Strategien, die dir helfen können, bewusster und effizienter mit Herausforderungen umzugehen.

Du reflektierst deine eigenen Antreiber und erkennst, welchen Einfluss sie auf dein Arbeits- und Entscheidungsverhalten haben.

Anhand praxisnaher Beispiele erfährst du, wie du Entscheidungen bewusster treffen und innere Blockaden abbauen kannst.

Hierzu lernst du verschiedene Methoden des Zeit- und Selbstmanagements kennen. Denn Werkzeuge wie die Eisenhower-Matrix, die Pomodoro-Methode, Priorisierungstechniken oder eine strukturierte Aufgabenplanung helfen dir dabei, leichter ins Handeln zu kommen.

.

Veranstaltungsdaten:

Termin: Donnerstag, 19.11.2026
10:00 bis 16:00 Uhr

Ort: Agentur für Arbeit
Regensburg
BiZ-Gruppenraum

Referentin: Denise Fischer
Projektmanagerin HR
Evangelisch-Lutherische
Kirche in Bayern

Plätze: **15**

Verbindliche Anmeldung

(mit Angabe von Name, Studiengang, Semester/Abschluss):

https://events.arbeitsagentur.de/Mona-Lisa_Aufschieberitis/

Studierende der OTH Regensburg:
über das Alumni-Onlineportal der OTH Regensburg

Der Karrierestart als Frau

Dein Studienabschluss rückt näher und du möchtest erfolgreich in deine Karriere starten?
Du fragst dich,

- Welcher Job wirklich zu dir passt?
- Welche Stärken dich auszeichnen?
- Wie du eine gute und sichere berufliche Entscheidung treffen kannst?

Dann ist unser Workshop genau das Richtige für dich!

Entdecke deine Stärken und Ressourcen und erfahre, wie du diese gezielt für deinen Berufseinstieg und (den) Bewerbungsprozess nutzen kannst.

Lerne, innere Konflikte und widersprüchliche Gedanken zu erkennen, einzuordnen und fundierte Entscheidungen zu treffen. Das Modell des Inneren Teams nach Schulz von Thun unterstützt dich dabei.

Das erwartet dich:

- Methoden zur Stärken- und Ressourcenanalyse
- Das Modell des Inneren Teams nach Schulz von Thun als Werkzeug zur Entscheidungsfindung
- Praktische Übungen zur Reflexion und Selbstorientierung
- Austausch mit anderen Studentinnen

Ist dieser Workshop etwas für mich?

Du bist hier genau richtig, wenn du kurz vor deinem Abschluss stehst und deinen Einstieg ins Berufsleben planst!

Veranstaltungsdaten:

Termin: Mittwoch, 25.11.2026
10:00 – 16:00 Uhr

Ort: Agentur für Arbeit
Regensburg
BiZ-Gruppenraum

Plätze: 15

Referentinnen: Alexandra Wolf-Flügemann
Berufsberaterin im Erwerbsleben
&
Sonja Förg
Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt

Verbindliche Anmeldung:

(mit Angabe von Name, Studiengang, Semester/Abschluss):

https://events.arbeitsagentur.de/Karrierestart_als_Frau/

Studierende der OTH Regensburg:
über das Alumni-Onlineportal der OTH Regensburg

Führungscoaching – Fit für Personalverantwortung

In diesem Seminar erwartet dich in lockerer Atmosphäre ein erster Einblick in das Thema Personalführung (im Handel).

Inhalte des Workshops:

- Wo beginnt Führung, wo hört sie auf?
- Was ist „gute Führung“?
- Die typischen Ansprüche an eine Führungskraft
- Drei wichtige Instrumente auf dem Weg zu einer guten Führung
- Ohren auf bei dem „Führen durch das Wort“
- Wie macht Netto seine Führungskräfte
- Wie führe ich ein Kritik-/ Motivationsgespräch?
- Zusammenfassung und Reflexion

Veranstaltungsdaten:

Termin:	Donnerstag, 26.11.2026 10:00 bis 15:00 Uhr
Ort:	Bekanntgabe nach erfolgreicher Anmeldung per E-Mail
Referent:	Detlef Narloch, Leiter Schulungsabteilung Netto Marken-Discount & Co.KG
Plätze:	**15**

Anmeldung MCS

Verbindliche Anmeldung für Studierende der Wirtschaftswissenschaften der Universität Regensburg

Verbindliche Anmeldung
(für sonstige Studierende der Universität Regensburg)
(mit Angabe von Name, Studiengang, Semester/Abschluss):

https://events.arbeitsagentur.de/Fuehrungscoaching_Personalverantwortung/

Studierende der OTH Regensburg:
über das Alumni-Onlineportal der OTH Regensburg

Fake it till you make it!
Mit Souveränität punkten

“Was die alles gefragt haben. Ich wusste gar nicht, was ich sagen soll(te)!“

Geht es dir auch oftmals so – du befindest dich in einer Gesprächssituation, z.B. in einem Vorstellungsgespräch – und dein Gegenüber bringt dich mit seiner Frage aus dem Konzept?

Nicht immer hast du die passende Antwort parat, das ist in Stresssituationen ganz normal! Hier können dir Methoden und Techniken des Improvisationstheaters helfen, um souverän und kompetent zu wirken. Sicheres Auftreten hat einen wesentlichen Einfluss auf deinen Erfolg.

In diesem Workshop:

- Lernst du körperliche Ankerpunkte für ein souveränes Auftreten kennen
- Lässt du dich im sicheren Rahmen auf unbekannte Situationen ein, um diese zu meistern
- Wirst du nicht nur beobachten, sondern vor allem agieren und konstruktiv reflektieren.
- Erfährst du, wie du dir Raum nimmst, um deine Impulse wahrzunehmen und ihnen zu folgen
- Umgang mit Lampenfieber: denn in Maßen ist es durchaus nützlich

Veranstaltungsdaten:

Termin: Dienstag, 01.12.2026 10:00 bis 16:30 Uhr

Ort: Agentur für Arbeit Regensburg BiZ-Gruppenraum

Referentin: Bettina Schönenberg, staatl. anerk. Schauspielerin & Theaterpädagogin (BuT)

Plätze: 15

Verbindliche Anmeldung
(mit Angabe von Name, Studiengang, Semester/Abschluss):
https://events.arbeitsagentur.de/Mit_Souveraenitaet_punkten/

Studierende der OTH Regensburg:
über das Alumni-Onlineportal der OTH Regensburg

Von Null auf 100 – ein Überblick zum Arbeitsrecht in 90 Minuten

Du stehst kurz vor dem Studienabschluss oder bist Absolvent*in und wirst bald in das Berufsleben einsteigen. Du stellst dir dabei die ein oder andere juristische Frage und möchtest einen Einblick in arbeitsrechtliche Grundlagen erhalten?
Dann nimm doch einfach an unserem Vortrag teil. Florian Kuhn – verantwortlicher Personaljurist bei der Agentur für Arbeit Regensburg – gibt dir Antworten zu arbeitsrechtlichen Fragen und räumt mit „arbeitsrechtlichen Mythen“ auf.

Folgende Fragestellungen werden im Vortrag behandelt:

- Wie sollte eine Stellenanzeige aussehen und wann ist eine Stellenanzeige ggf. diskriminierend – welche Möglichkeiten hast du, dich gegen eine Diskriminierung zu wehren?
- Wie sollte ein Vorstellunggespräch ablaufen und wann ist eine gestellte Frage ggf. diskriminierend – welche Möglichkeiten hast du, dich gegen eine Diskriminierung zu wehren?
- Wie sieht ein Arbeitsvertrag aus? Welche Punkte sollten mindestens enthalten sein?
- Was ist ein Tarifvertrag und warum ist ein Tarifvertrag aus Sicht der Arbeitnehmer*innen vorteilhaft?
- Welche Rechte und Pflichten hast Du als Arbeitnehmer*in?
- Wie verhältst du dich bei Problemen im Arbeitsverhältnis: Was ist eine Ermahnung und was ist eine Abmahnung und was kannst du dagegen tun?
- Wann, wie und warum können Arbeitsverhältnisse enden und was kannst du dagegen tun?“

Veranstaltungsdaten:

Termin: Mittwoch, 02.12.2026
16:00 bis 17:30 Uhr

Format: Virtuell über Teams

Referent: Florian Kuhn
Personaljurist
Agentur für Arbeit
Regensburg

Plätze: **unbegrenzt**

Verbindliche Anmeldung
(mit Angabe von Name, Studiengang, Semester/Abschluss):

https://events.arbeitsagentur.de/Ueberblick_zum_Arbeitsrecht/

Studierende der OTH Regensburg:
über das Alumni-Onlineportal der OTH Regensburg

Gestärkt durch den Lernalltag

Du fühlst dich beim Lernen häufig gestresst, unter Druck oder schiebst Aufgaben zu lange vor dir her? Dieser interaktiv gestaltete Workshop bietet dir die Möglichkeit, typischen Lernproblemen auf die Spur zu kommen. Mithilfe verschiedener praktischer Übungen setzt du dich damit auseinander, welche Gedanken, Gefühle und Verhaltensweisen Dein Lernverhalten beeinflussen und welche persönlichen Veränderungsmöglichkeiten sich daraus ergeben. Zudem hast du die Möglichkeit, dir eigene Stärken bzw. Ressourcen bewusst zu machen, um künftig herausfordernde (Lern-)Situationen konstruktiver zu bewältigen.

Inhalt des Workshops:

- Vertiefte Reflexion von persönlichen Herausforderungen beim Lernen
- Neue Perspektiven gewinnen und Lösungsideen entwickeln – alleine und gemeinsam in der Gruppe
- Psychologische Hintergründe zum Thema Prokrastination (wiederkehrendes Aufschieben von wichtigen Aufgaben) und Perfektionismus
- Fachlicher Input und praktische Übungen zu Resilienz und persönlicher Stärkung
- Informationen zu weiterführenden Hilfsangeboten, wie z.B. bei Prüfungsangst und zur Stressbewältigung

Veranstaltungsdaten:

Termin:	Dienstag, 08.12.2026 14:00 bis 18:00 Uhr
Ort:	Agentur für Arbeit Regensburg BiZ-Gruppenraum
Referentinnen:	M.Sc. Christina Wurzer & M.Sc. Isabel Stoll Psychologinnen Berufspsychologischer Service der Agentur für Arbeit
Plätze:	**15**

Verbindliche Anmeldung

(mit Angabe von Name, Studiengang, Semester/Abschluss):

https://events.arbeitsagentur.de/Gestaerkt_durch_den_Lernalltag/

Studierende der OTH Regensburg: über das Alumni-Onlineportal der OTH _Regensburg

All around the world

Jobs und Karrieremöglichkeiten bei internationalen Organisationen

Vereinte Nationen, Europäische Union, Weltbank usw. - Internationale Organisationen nehmen in vielen Politikbereichen Einfluss auf das Weltgeschehen und das Leben des Einzelnen: Ganz gleich, ob Rechtsangelegenheiten in oder außerhalb Europas, Aufgaben im Rahmen von Krisenkontexten, finanzielle Themen in Entwicklungs- und Klimakontext, Friedensarbeit oder globale Gesundheitsversorgung auf der Tagesordnung stehen – überall sind internationale Organisationen als Akteure der multilateralen Zusammenarbeit im Zentrum des Geschehens.

Wenn du dabei sein möchtest, kann diese Veranstaltung Dein erster wichtiger Schritt sein, deinen Weg in eine der internationalen Organisationen zu finden.

Du erhältst einen Überblick über die Beschäftigungsmöglichkeiten von Hochschulabsolventen bei internationalen Organisationen, lernst die grundlegenden Anforderungen und Einstiegswege kennen und bekommst relevante Informationen zu den Themen Bewerbung und Auswahlverfahren.

Veranstaltungsdaten:

Termin: Mittwoch, 09.12.2026
15:00 bis 16:30 Uhr

Format: Virtuell über Teams

Referentinnen: Dr. Isabel Usée
&
Tanja Jasper

Büro Führungskräfte zu Internat. Organisationen Bundesagentur für Arbeit

Plätze: **unbegrenzt**

Zielgruppe:

Absolvent*innen eines Masterstudiums sowie aktuell Studierende der Bachelor- und Masterstudiengänge, um schon während des Studiums Strategien für den beruflichen Einstieg in internationale Organisationen entwickeln zu können.

Verbindliche Anmeldung
(mit Angabe von Name, Studiengang, Semester/Abschluss):

https://events.arbeitsagentur.de/All_Around_the_World/

Studierende der OTH Regensburg:
über das Alumni-Onlineportal der OTH Regensburg

Weitere Informationen zum Büro Führungskräfte zu internationalen Organisationen (BFIO) und zu Nachwuchsprogrammen findest du unter https://www.arbeitsagentur.de/vor-ort/zav/bfio und unter den LinkedIn-Kanal: https://www.linkedin.com/showcase/bfio-jpo

Liebe Studierende,

nachfolgend möchten wir euch noch auf weitere spannende Vorträge und Workshops der Psychologischen Beratung und des Teams „Beratung Studentischen Leben“ des Studierendenwerkes Niederbayern/Oberpfalz aufmerksam machen. Nehmt bei Bedarf auch diese informativen und kostenfreien Angebote unseres Netzwerkpartners wahr!

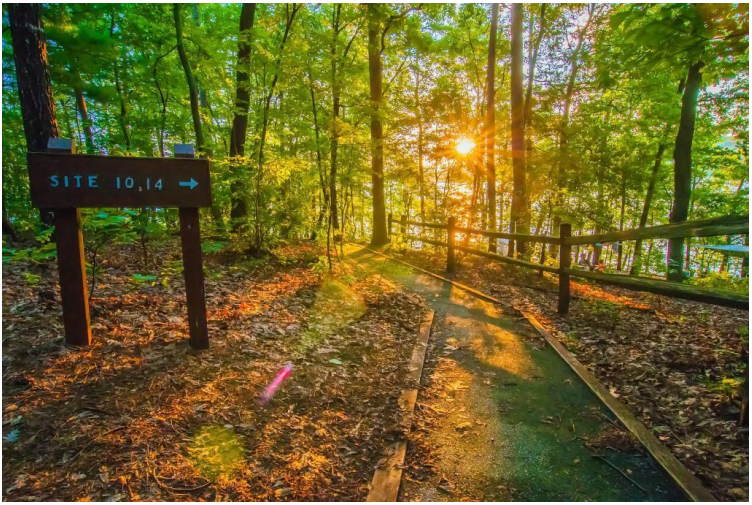
Die Studien- und Berufsberatung der Agentur für Arbeit Regensburg

STUDIERENDEN WERK STWNO NIEDERBAYERN | OBERPFALZ

Bundesagentur für Arbeit
Agentur für Arbeit
Regensburg

bringt weiter.

Wege zur psychischen Gesundheit: Ein Info-Vortrag über Psychotherapie, Beratung, Selbsthilfe und weitere Anlaufstellen



© digidreamgrafix - Getty Images

Am Montag, den 09.11.2026 um 15:00 Uhr findet der standortübergreifende Online-Vortrag „Wege zur psychischen Gesundheit“ statt.

In English: Monday, the 9th of November 2026, at 16:30 p.m.

Der Vortrag bietet einen umfassenden Überblick darüber, wie du deine psychische Gesundheit wiederherstellen und/oder fördern kannst. Es werden nicht nur wichtige Anlaufstellen wie Psychotherapie und Beratung vorgestellt, sondern auch praktische Tipps und Handwerkszeug zur Selbsthilfe gegeben. Darüber hinaus werden verschiedene Unterstützungsmöglichkeiten aufgezeigt, die Betroffenen oder Angehörigen in Krisensituationen helfen können.

Psychologin Martina Dachl (M.Sc.) von der Psychologischen Beratung des Studierendenwerks Niederbayern/Oberpfalz wird den Vortrag leiten und dabei aufzeigen, welche Schritte du unternehmen kannst, wenn du dich in einer psychischen oder emotionalen Schieflage befindest oder nach Wegen suchst, deine psychische Gesundheit zu stärken.

Im Anschluss an den Vortrag gibt es die Möglichkeit, Fragen rund um das Thema im Plenum zu stellen. Der Vortrag richtet sich an Interessierte am Thema psychische Gesundheit, Betroffene sowie auch an Angehörige von Betroffenen.

Wann?
Montag, 09. November 2026 von 15:00 bis 16:00 Uhr

In English: Monday, the 9th of November 2025, at 16:30-17:30 p.m.

Wo?
Online via Zoom

Sprache?
Der Vortrag findet in deutscher Sprache statt.
In English: Monday, the 9th of November 2026, at 16:30 p.m.

Anmeldung
per E-Mail an psychologische-beratung@stwno.de

Workshop „Ängste bewältigen – Sicherheit finden“

© Jochen Conrad - Getty Images

Die Psychologische Beratung des STWNO bietet am **Dienstag, den 17. November** in Präsenz (*im Sitzungszimmer, 3. OG Studierendenhaus, Uni Regensburg)* den kostenfreien Workshop „Ängste bewältigen – Sicherheit finden“ an. Weitere Termine online findet ihr unter https://stwno.de/de/home/news/beratung/2983-aengste-bewaeltigen-sicherheit-finden

In dem interaktiven Workshop werden Techniken zur Angstbewältigung geübt und hilfreiches Wissen vermittelt. Die Teilnehmer*innen arbeiten auf verschiedenen Ebenen: mit dem Körper, der Imagination und im Austausch in der Kleingruppe. Der Workshop ist für alle geeignet, die zusammen mit anderen Neues lernen möchten. Doris Hoffmann (M.Sc. Psychologie) vom Studierendenwerk Niederbayern/Oberpfalz wird den Workshop leiten.

Präsenz-Workshop in Regensburg in Deutsch

Dienstag, 17. November 2026 von 13.00 bis 16.00 Uhr
Sitzungszimmer im Studierendenhaus (3. OG), Albertus-Magnus-Straße 4, 93053 Regensburg, (Campus UR)
Anmeldung unter:
psychologische-beratung@stwno.de

Die Teilnahme ist kostenfrei.

Verbeamtung und Psychotherapie!? – Mythen, Missverständnisse und die Realität

© Foto von Usman Yousaf auf Unsplash

Am **Montag, den 07 Dezember 2026, von 14.00 bis 16:00 Uhr** findet der Online-Vortrag **„Verbeamtung und Psychotherapie?“** statt.
In diesem Vortrag räumen wir mit gängigen Missverständnissen rund um die Themen Verbeamtung und psychische Gesundheit auf. Immer wieder herrscht Unsicherheit darüber, wie sich psychische Erkrankungen und die Inanspruchnahme von Psychotherapie auf eine Verbeamtung auswirken können. Was ist Mythos und was ist Fakt?
Die Referentinnen Martina Dachl (Psychologin, M.Sc.) und Doris Hoffmann (Psychologin, M.Sc.) von der Psychologischen Beratung des Studierendenwerks Niederbayern/Oberpfalz geben einen Überblick über die wichtigsten Fakten und beantworten Fragen wie:

Führt eine Psychotherapie automatisch zur Ablehnung der Verbeamtung?
Was muss ich im Begutachtungsprozess beachten?
Sollte ich eine Psychotherapie lieber aufschieben oder selbst zahlen?

Der Vortrag richtet sich an alle, die sich mit der Frage beschäftigen, ob psychische Gesundheit ein Hindernis für eine Verbeamtung sein könnte, und bietet praxisnahe Antworten und Orientierungshilfen. Im Anschluss besteht die Möglichkeit, individuelle Fragen zu stellen.

Wann?
Montag, 07 Dezember 2026, von 14.00 bis 16:00 Uhr

Wo?
Online via Zoom

Sprache?
Der Vortrag findet in deutscher Sprache statt

Anmeldung
per E-Mail an **psychologische-beratung@stwno.de**

Klima, Krisen und Krieg – wie finde ich einen Umgang damit

© ArtHouse Studio von Pexels

Am **Dienstag, den 26.01.2027 von 13:00 bis 15:00 Uhr** findet der Online-Vortrag **„Klima, Krisen und Krieg – wie finde ich einen Umgang damit?“** statt.
Dieser beschäftigt sich mit der Frage, wie wir mit belastenden Nachrichten, gesellschaftlichen Krisen und einer zunehmend als unsicher erlebten Welt umgehen können.

Klimakrise, Kriege und andere gesellschaftliche Entwicklungen sind in den Nachrichten und sozialen Medien allgegenwärtig. Sie können Gefühle wie Angst, Hilflosigkeit, Wut oder Überforderung auslösen und sich auch auf unseren Studienalltag und unser persönliches Wohlbefinden auswirken. Gleichzeitig stellt sich die Frage: Wie können wir informiert und engagiert bleiben, ohne uns von den vielen Krisen überwältigen zu lassen?

Wann?
Dienstag, 26.01.26, von 13.00 bis 15:00 Uhr

Wo?
Online via Zoom

Sprache?
Der Vortrag findet in deutscher Sprache statt.

Anmeldung
per E-Mail an **psychologische-beratung@stwno.de**

Weitere Unterstützungsangebote – Vorträge & Workshops der Psychologische Beratung des STWNO findest du unter: https://stwno.de/de/beratung/psychologische-beratung

Finanziell fit durchs Leben

© DSW / Jan Eric Euler

Machst du dir Gedanken über deine Kosten im Alltag? Brauchst du Hilfe bei deinen Finanzen? Unser neues Webinar "Finanziell fit durchs Leben" kann dir dabei helfen.

Die Referentin Jeanette Herr von "Finanzbildung für Alle" gibt in dem neuen Webinar "Finanziell fit durchs Leben" am Mittwoch, **den 28. Oktober 2026 um 17.00 Uhr**, einen kurzweiligen Überblick zu vielen finanziellen Themen des Alltags.

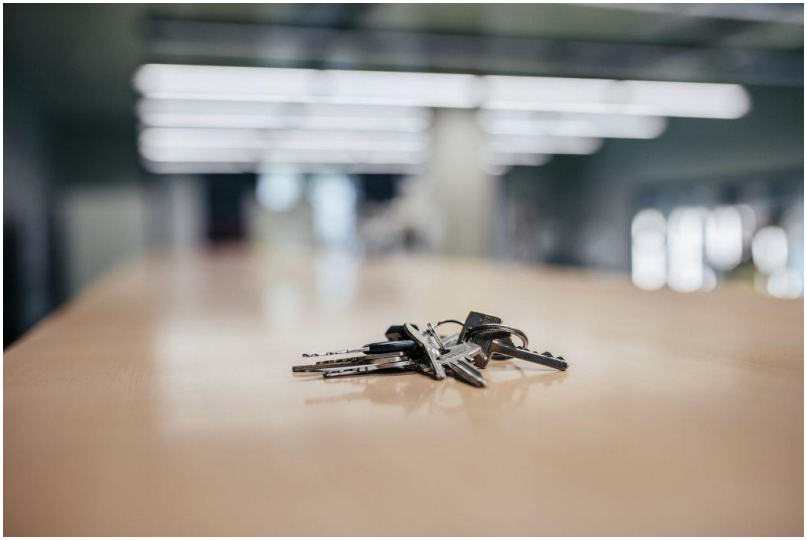
Was erwartet dich im Webinar?

- Möglichkeiten der Budgetplanung
- Konsum- und Schuldenfallen
- Sparen und Anlegen für Später

Melde dich bis spätestens 25. Oktober 2026 per E-Mail an:
beratung-studentisches-leben@stwno.de.

Nach der Anmeldung werden dir die Einwahldaten zugeschickt.

Mietrecht für Studierende – sicher Wohnen, stress-frei studieren



© DSW / Jan Eric Euler

Du ziehst in eine eigene Wohnung oder WG? Oder überlegst, ein Zimmer unterzuvermieten? Dann ist dieses Webinar genau richtig für dich!
Wir erklären dir am **01.12.2026 ab 16.00 Uhr** kompakt und verständlich, worauf du beim Thema Miete achten solltest: Das Webinar findet auf Deutsch statt, aber es wird englische Untertitel geben!

- Worauf muss ich beim Mietvertrag achten?
- Wie funktioniert das mit der Kaution?
- Was zählt eigentlich zu den Nebenkosten?
- Untermiete & Zwischenmiete – was ist erlaubt?
- Tipps für Einzug, Übergabe & Kommunikation mit Vermieter*innen

Michael Dutz von der Beratung Studentisches Leben und Herr Dr. Roß (Jurist), stehen während der Veranstaltung auch für Fragen zur Verfügung.

https://us06web.zoom.us/j/85243994389?pwd=aGtmQzxO0YU19XR1BScA6YTac2ok9L.1#success

Meeting-ID: 852 4399 4389

Angebot des Studierendenwerkes Niederbayern/Oberpfalz

BAföG-Basics: Alles, was du wissen musst!

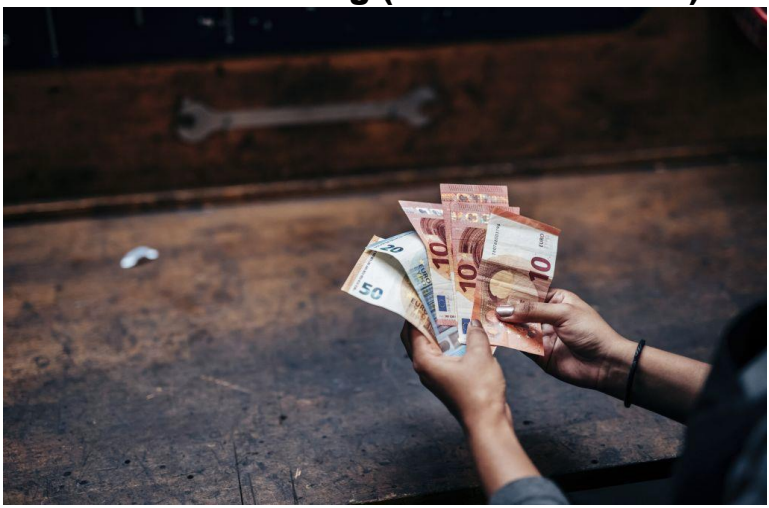
© DSW / Jan Eric Euler

Du stehst vor deinem BAföG-Antrag und weißt nicht weiter?
Am **Dienstag, den 12.01.2027 um 17.00 Uhr** findet der Online-Vortrag „BAföG- Basics: Alles, was du wissen musst!“ statt. Doris Sigl (Amt für Ausbildungsförderung) und Antje Leicht (Beratung Studentisches Leben) erklären dir bei dem Workshop alle BAföG-Basics, die du wissen musst.
Am Ende kannst du gerne deine Fragen stellen.

https://us06web.zoom.us/j/84793936436?pwd=TIGDlc4DJPnX8RkSIj4kq9mAqb8sqZ.1

Meeting-ID: 882 4490 6783

Studienfinanzierung (außerhalb BAföG)



© DSW / Jan Eric Euler

„Wie kann ich mein Studium außerhalb des BAföGs finanzieren?“

Wir zeigen dir in unserem Webinar am Mittwoch, **den 17.02.26 um 17 Uhr** verschiedene Möglichkeiten auf, die dir dabei helfen dein Studium als Deutsche/Deutscher, Bildungsinländer*in oder EU-Bürger*in zu finanzieren. Dazu geben wir dir die wichtigsten Informationen zu Krediten, Stipendien, Nebenjobs, Sozialleistungen, Unterhalt, Härtefallunterstützung und Schuldenberatung. Im Anschluss hast du noch Zeit, Fragen zu stellen.

https://us06web.zoom.us/j/86260454139?pwd=K86mY8KStDX8z0yfxwAd-fDMzThYTzJ.1#success V6s0.1

Meeting-ID: 862 6045 4139

Beratung, Orientierung, Coaching und Stellenvermittlung für Studierende und Akademiker*innen in der Agentur für Arbeit Regensburg

Unser kostenloses und individuelles Angebot:

Persönliche Beratung & Karrierecoaching bei Fragen rund um die Themen...

- **Berufliche Orientierung**
- **Studienmotivation**
- **Studienneuorientierung**
- **Einstieg in das Berufsleben**
- **Aufstiegsqualifizierungen**
- **Regionalen Arbeitsmarkt**

Darüber hinaus bieten wir dir ein professionelles Bewerbungscoaching an und begeben uns gemeinsam mit dir auf die Suche nach deinen Schlüsselqualifikationen.

Solltest du darüber hinaus gerade einen persönlichen Rucksack aus gesundheitlichen und/oder sozialen Problemen mit dir führen, unterstützen wir dich gerne mit unserem professionellen Sachverstand und unserem großen Koffer an individuellen Förderangeboten, damit du trotz alledem schnell und nachhaltig beruflich Fuß fassen kannst.

Dazu stellen wir dir je nach Fragestellung und Lebenssituation passende, gut ausgebildete und erfahrene Beratungs- und Vermittlungsfachkräfte an die Seite. Nimm gerne mit uns Kontakt auf!

UNSERE TEAMS sind:

Berufsberatung vor dem Erwerbsleben
Studien- und Berufsberatung, Berufsorientierungen für Schüler*innen und Studierende, Beratung bei Studienzweifel und Studienumorientierung
Kontakt: Regensburg.Berufsberatung-152 @arbeitsagentur.de

Berufsberatung im Erwerbsleben
Berufswegeplanung für Berufseinsteiger*innen und Beschäftigte, Beratung zu Weiterbildung und Umschulung, Informationen zum Arbeitsmarkt
Kontakt: Regensburg.Berufsberatung-181 @arbeitsagentur.de

Arbeitsvermittlung
Schwerpunkt liegt auf Vermittlung in Arbeit und Möglichkeiten der finanziellen Unterstützung bei Weiterbildung und Arbeitssuche
Kontakt: https://www.arbeitsagentur.de/vor- ort/regensburg

HIER FINDEST DU UNS
Agentur für Arbeit Regensburg
Galgenbergstr. 24
93053 Regensburg

TERMINVEREINBARUNG
Persönlich in der Agentur für Arbeit
oder telefonisch unter 0800 4 5555 00 (kostenfrei)
oder online unter https://www.arbeitsagentur.de/eservices

Beratungsgespräche können persönlich, telefonisch oder per Video stattfinden. Gib deine bevorzugte Gesprächsart bei der Terminvereinbarung an.

ÖFFNUNGSZEITEN
Montag bis Freitag
08.00 bis 12.00 Uhr

INTERNET
www.arbeitsagentur.de/regensburg

Die Studien- und Berufsberatung der Agentur für Arbeit Regensburg arbeitet seit Jahren erfolgreich mit dem Career Service der Ostbayerischen Technischen Hochschule Regensburg (OTH) im Bereich Studienberatung & Einstieg in das Berufsleben zusammen.

Dazu organisieren und veranstalten wir zu diesen Themen gemeinsam Vorträge und Workshops. Studierende und Absolventen aller Fachrichtungen von Hochschule und Universität können an diesen Veranstaltungen kostenlos teilnehmen.

Foto: OTH Regensburg/MitchRue

Angebote des Career Service:

- Seminare, Workshops und Vorträge
- Bewerbungsunterlagen-Check
- Beratung und Infos zu Bewerbung & Berufseinstieg
- Hochschuljobbörse (inkl. Matching-Funktion für die Praktikasuche)
- Mentoring Programm & Praxistage

Alumni Netzwerk der OTH Regensburg:
Du hast an der OTH Regensburg studiert, dich weiterentwickelt und eine unvergessliche Zeit erlebt? Dann lass uns in Kontakt bleiben!

- **Alumni-Onlineportal**

zum Suchen, Finden, Kontaktieren

- **Alumni-AKTUELL**

der Newsletter für Alumni mit Nachrichten aus der Hochschule

- **Karriere-Angebote**

Seminare für young professionals, Bewerbungsmappen-Check, individuelle Karriereberatung, Informationen zu Weiterbildungsangeboten, Fachvorträgen und Existenzgründung

- **Einladungen & Informationen**

zu Alumni-Treffen, Firmenexkursionen, spannenden Veranstaltungen an der OTH Regensburg

- **Netzwerk & Kontakte**

zu ehemaligen Studienkolleg*innen Professor*innen

- **Erfahrungsaustausch** Gib deine Erfahrungen an Studierende weiter

Ihre Ansprechpartnerinnen:

Katja Meier M.A.
Referentin Student Lifecycle Center
Alumni & Career Service
alumni-service@oth-regensburg.de

Claudia Werner M.A.
Christine Ilmberger B.A.
Referentinnen Student Lifecycle Center
Alumni & Career Service careerservices@oth-regensburg.de

Career Service:
www.oth-regensburg.de/die-oth/einrichtungen/career- service/angebote-fuer-studierende

Praktika, Abschlussarbeiten und Jobs:
https://jobboerse.oth-regensburg.de

Alumni Netzwerk:
https://alumni.oth-regensburg.de

OTH REGENSBURG

Beratung und Kontakte der Universität Regensburg

Die Zentrale Studienberatung steht als Anlaufstelle für alle Fragen rund ums Studium zur Verfügung. Sie unterstützt bei der Studienentscheidung, im Studienverlauf oder in der Abschlussphase. Zudem bietet sie Beratung für die Zeit danach, ob zum Berufseinstieg oder für den weiteren akademischen Karriereweg. Bei Bedarf vermittelt die ZSB außerdem an die passenden Ansprechpersonen weiter.

Kontakt:
Zentrale Studienberatung (ZSB)
der Universität Regensburg
Universitätsstraße 31
93053 Regensburg
Tel. 0941/943-2219

E-Mail: studienberatung@ur.de
Internet: www.go.ur.de/studienberatung

Nutze zur Beratung unsere telefonischen Sprechstunden unter
Tel. 0941/943-5544 sowie die offenen Sprechstunden ohne Termin am Di + Do,
13:00-15:00 Uhr. Informiere dich über die aktuellen Angebote und Sprechzeiten unter:

https://www.uni-regensburg.de/studieren/beratung-hilfe/zentrale-studienberatung/kontakt#c35508

Wirf gern mal einen Blick auf das INFOCENTER der Zentralen Studienberatung. Dort findest du nützliche und detaillierte Informationen
unter:
www.go.ur.de/infocenter

Universität Regensburg

Weitere Informationen

Marketing & Career Service an der Wirtschaftswissenschaftlichen Fakultät:

https://www.uni-regensburg.de/wirtschaftswissenschaften/fakultaet/gremien-services/marketing-career-service

Jobs & Berufseinstieg:

https://www.uni-regensburg.de/studieren/rund-ums-studium/nach-dem-abschluss#c10895b

Universität Regensburg

Beratungsangebot des Studierendenwerks

Beratung Studentisches Leben

Bei den verschiedensten Unklarheiten und Problemen rund ums Studium, auch bei finanziellen und mietrechtlichen Schwierigkeiten, sind wir mit den richtigen Informationen, Beratung und Hilfe für dich da. Für schwangere Studentinnen, Studierende mit Kindern, ausländische Studierende und Studierende mit Handicaps haben wir ein besonders "offenes Ohr".
Auch wenn dir einmal alles über den Kopf wachsen sollte, sind wir erste Gesprächspartner*innen, die dich bei der Orientierung und Entscheidungsfindung unterstützen. Solltest du deinen örtlichen zuständige/n Berater/in nicht erreichen, kannst du gerne einen der Kollegen*innen kontaktieren oder eine Mail an beratung-studentisches-leben@stwno.de schreiben.

Neu: Das Studierendenwerk Niederbayern/Oberpfalz (STWNO) hat eine kostenlose Jobbörse gestartet. Unter www.stwno.de/jobbörse können Studierende aller betreuten Hochschulstandorte gezielt nach Angeboten suchen – von kurzfristigen Hilfstätigkeiten bis hin zu längerfristigen Beschäftigungen

Psychologische Beratung

Das Studium bringt oft viele Veränderungen mit sich – neue Stadt, neue Freunde, neue Wohnung, eine neue Rolle als Studierender und eine neue Art zu Lernen. All das sind schöne Herausforderungen – aber oft fühlt man sich da schnell einmal überfordert. Das Team der psychologischen Beratung des Studierendenwerks hat ein offenes Ohr für eure kleinen und großen Anliegen und unterstützt euch fachkundig und vertraulich.

Unser Angebot:

- Kostenlose kurz- und mittelfristige Psychologische Einzelberatung
- Persönlich, telefonisch oder via Video
- Bei allen Arten von Krisen und Belastungen
- Lernberatung, Hilfe bei Prokrastination

- Workshops & Vorträge zum Themenbereich Psychische Gesundheit
- In deutscher und englischer Sprache
- Die Beratung unterliegt der medizinischen Schweigepflicht

Terminvereinbarung via E-Mail an psychologische-beratung@stwno.de

Studierendenwerk Niederbayern/Oberpfalz

Kontakt

Mehr Informationen und alle Kontaktangaben findest du unter
www.stwno.de/beratung/

Unsere Adresse in Regensburg: Studierendenwerk Niederbayern/Oberpfalz
Anstalt des öffentlichen Rechts Albertus-Magnus-Straße 4
93053 Regensburg Telefon: 0941 20497-104
info@stwno.de

Weitere Informationen:

www.stwno.de https://www.instagram.com/stw_niederbay-ern_oberpfalz/ www.facebook.com/STWNO

STUDIERENDEN WERK STWNO
NIEDERBAYERN | OBERPFALZ

Datenschutz

Allgemeine Regelungen siehe Datenschutz und Datenerhebung durch die Bundesagentur für Arbeit: www.arbeitsagentur.de/datenschutz

Auf Basis der genannten Erklärung gilt für die Datenerhebung und Datenverwendung im Rahmen der Planung und Durchführungen von Veranstaltungen für Studierende und Akademiker durch das Team Akademische Berufe der Agentur für Arbeit Regensburg Folgendes:

1. Bei der Anmeldung für unsere Seminare und Workshops werden Name, Mailadresse, Studiengang, Semester und der angestrebte Abschluss erfasst. Für die Vortragsveranstaltungen werden Name, Mailadresse und Studiengang erhoben.

2. Viele unserer Veranstaltungen werden in Zusammenarbeit mit dem Career Service der OTH Regensburg durchgeführt. Wenn eine Veranstaltung federführend vom Career Service der OTH organisiert und durchgeführt wird, werden die bei der Anmeldung erhobenen Daten an jene **übermittelt.**

3. Wir **speichern** die erhobenen Daten zu folgenden Zwecken:

   Maximal drei Jahre, um die Teilnehmer über Veranstaltungen und Angebote aus unserem jeweils aktuellen Programm zu informieren.

   Ein Jahr, wenn Teilnehmer an Seminaren und Workshops gegen die im Programm und auf unserer Website veröffentlichten Teilnahmebedingungen verstoßen haben und demgemäß zwei Semester für unsere Workshops und Seminare gesperrt wurden.

Ein **Widerspruch** gegen die vorstehenden Regelungen ist jederzeit möglich.
Sie können hierfür gerne mit uns in Kontakt treten, nutzen Sie dafür folgende E-Mail-Adresse: Regensburg.Veranstaltungsprogramm@arbeitsagentur.de
Sollte ein Widerspruch der regelkonformen Teilnahme eines Interessenten an unseren Angeboten entgegenstehen, kann dies zum Ausschluss führen.

Herausgeber Bundesagentur für Arbeit
September 2026

Agentur für Arbeit Regensburg
www.arbeitsagentur.de/regensburg