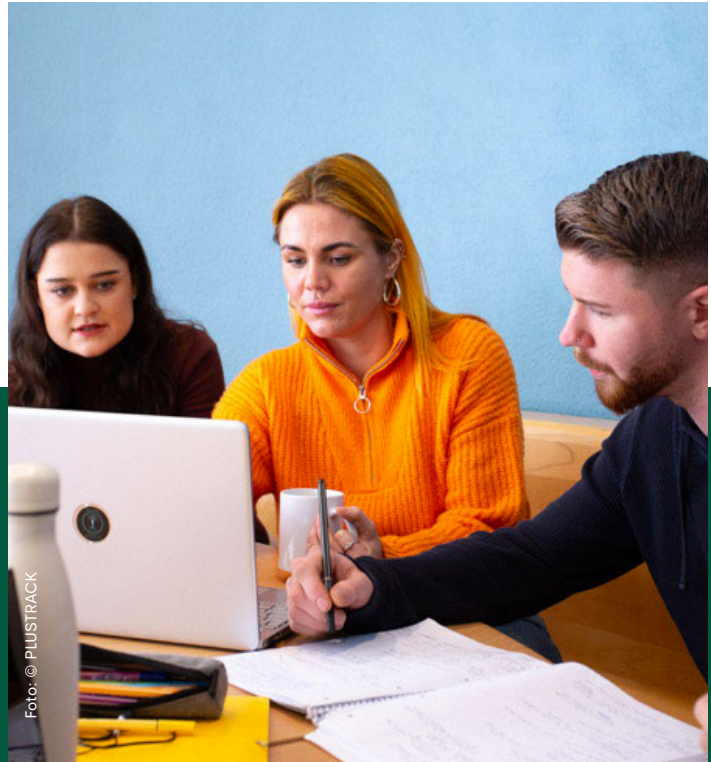


**FÜR ALLE  
ERSTSEMESTRIGEN**



# **SURVIVAL GUIDE**

**DEIN START AN DER UNI  
DEIN START AN DER UNI  
DEIN START AN DER UNI  
DEIN START AN DER UNI**



PARIS  
LODRON  
UNIVERSITÄT  
SALZBURG

pn

PLUSTRACK – Community Programm  
der Universität Salzburg

# WE WELCOME YOU

Willkommen an der  
Universität!

Willkommen in Salzburg!

Willkommen im Studileben!

Ein Studium zu beginnen, wirkt oft erstmal etwas überfordernd; so viele Gebäude, so viele Authentifizierungen, soviel so versteckt. In diesem Booklet hast du erstmal eine kleine Starthilfe, um einen Über- und Einblick in euer neues Unileben in Salzburg zu bekommen.

# TABLE OF CONTENTS

## **1 Informiert**

- 1.1 Alle Infos fürs erste Semester
- 1.2 Instagram Kanäle Salzburg
- 1.3 Apps zum Studieren
- 1.4 Studi Leben

## **2 Orientiert**

- 2.1 Unistandorte und Bibs
- 2.2 Salzburg mal psychologisch
- 2.3 Studi Friendly Cafés
- 2.4 In der Stadt

## **3 Verbunden**

- 3.1 Plustrack
- 3.2 ÖH-Clubs
- 3.3 STVen
- 3.4 Hilfestellen

## **4 Things to look out for**

# ALLE INFOS FÜRS ERSTE SEMESTER

Neu an der Uni? PLUSorientiert bietet dir interaktive Tutorials und die wichtigsten Infos zum Studienstart an der Universität Salzburg. Für alle, die zum ersten Mal an unserer Universität studieren, egal ob Bachelor, Master oder Doktorat!

Virtueller Uni-Rundgang - Uni-ABC - Beratungsstellen und viel mehr → alle Infos, die du vor, während und am Ende des 1. Semesters brauchen kannst!

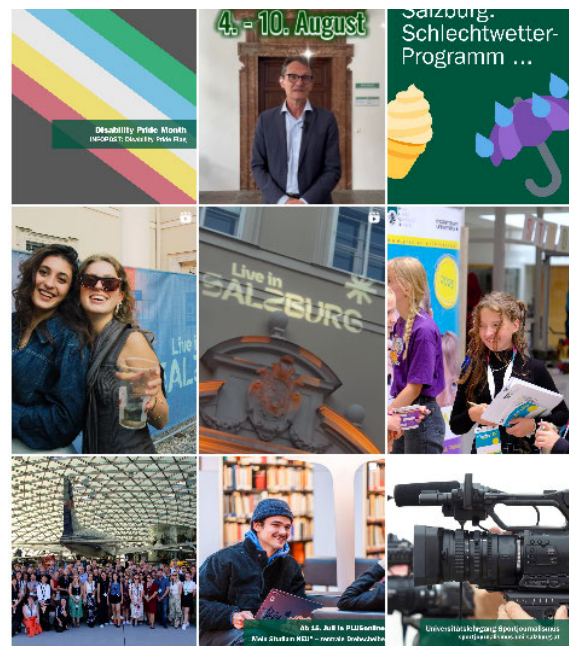
Den Kurs findest du auf Blackboard oder du scannst einfach den QR Code.



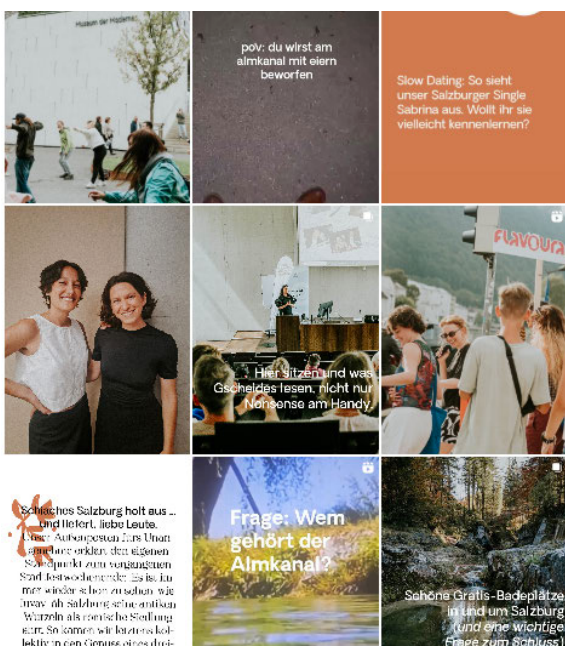
# INSTAGRAM KANÄLE SALZBURG



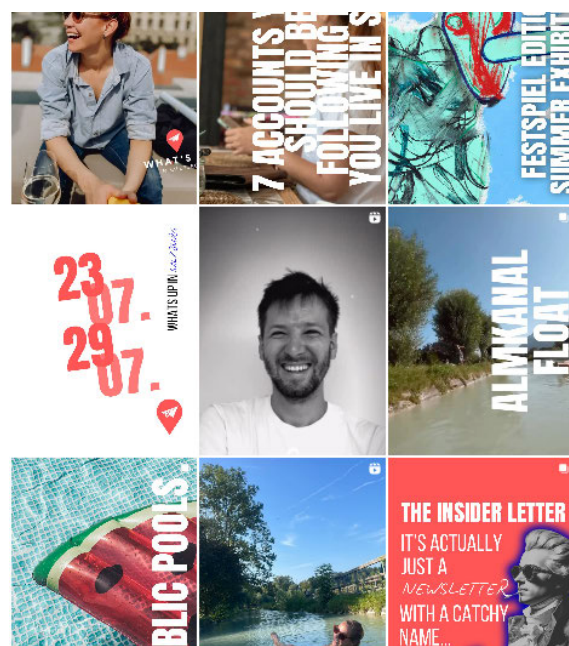
@PLUSTRACK\_COMMUNITY



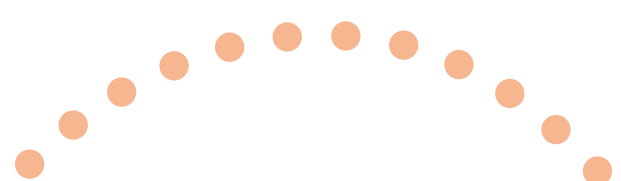
@UNISALZBURG



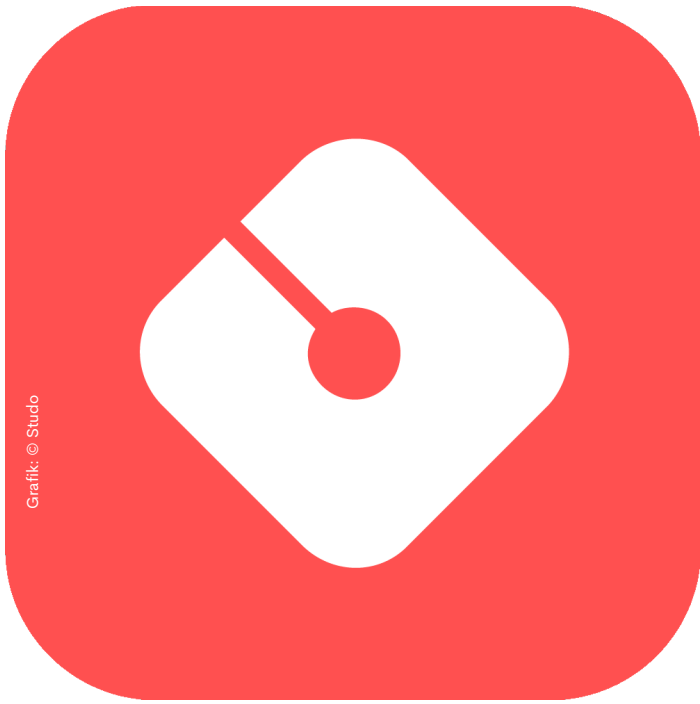
@FRAEULEINFLORASBG



@WHATSUPINSALZBURG



# APPS ZUM STUDIEREN



Grafik: © Studo

## **STUDO**

Mit der StudoApp hast du alles auf einen Blick. Alle wichtigen Bereiche deines Studiums sind in einer App vereint und schnell abrufbar:

Kalender - Kurse - Stundenplan -  
Chat - Noten - Mensaplan -  
Gutscheine

## **STUDYSMARTER**

Die All-in-One Lernplattform nutzbar als App und am Laptop.

Erstelle eigene Karteikarten,  
entdecke bereits geteilte  
Lernunterlagen und übe mit  
Probeklausuren für deine  
Prüfungen.



Foto: © StudySmarter

# STUDI LEBEN

## SECONDHAND LÄDEN



### **CARLA - erste Wahl aus 2. Hand**

Finde Lieblingsstücke, Außergewöhnliches und Praktisches in Topzustand und zu fairen Preisen!

Student day: -20 %

Jeden ersten Mittwoch im Monat bekommen alle mit gültigem Studierendenausweis 20% Rabatt auf alles! (nur an den Carla Standorten Lehen und Herrnau)

### **TAO - nachhaltig und schick**

TAO ist ein sozialökonomischer Betrieb und unterstützt langzeitarbeitssuchende Menschen beim Wiedereinstieg in den Arbeitsmarkt. Zu kaufen gibt es gut erhaltene Kleidung, Möbel und vieles mehr!



**TAO**

Second-Hand-Shop

Grafik: © Soziale Arbeit gGmbH



### **FLOHMÄRKTE**

Es gibt regelmäßig Flohmärkte in und um Salzburg - einfach die Augen nach Plakaten offenhalten oder online suchen.

# STUDI LEBEN

## WAS GEHT DIESE WOCHEN?



### ÖH - Newsletter

Die ÖH schickt jede Woche einen Newsletter per Mail aus. Hier kannst du dich über aktuelle Veranstaltungen informieren, bekommst andere wertvolle Infos und am Ende stehen die Kontakte zu Anlaufstellen wie der ÖH-Helpline oder der Psychologische Studierendenberatung.

### PLUSTRACK Montagstipps

Auf unserem Instagram Account @plustrack\_community bekommst du jede Woche am Montag Infos zu den Events der Woche. Die Stories werden unter dem Highlight "Montagstipps" gespeichert, du kannst also jederzeit nochmal reinschauen wenn du es montags vergessen hast.



# UNISTANDORTE UND BIBS

## BIBLIOTHEKEN



### Hauptbibliothek

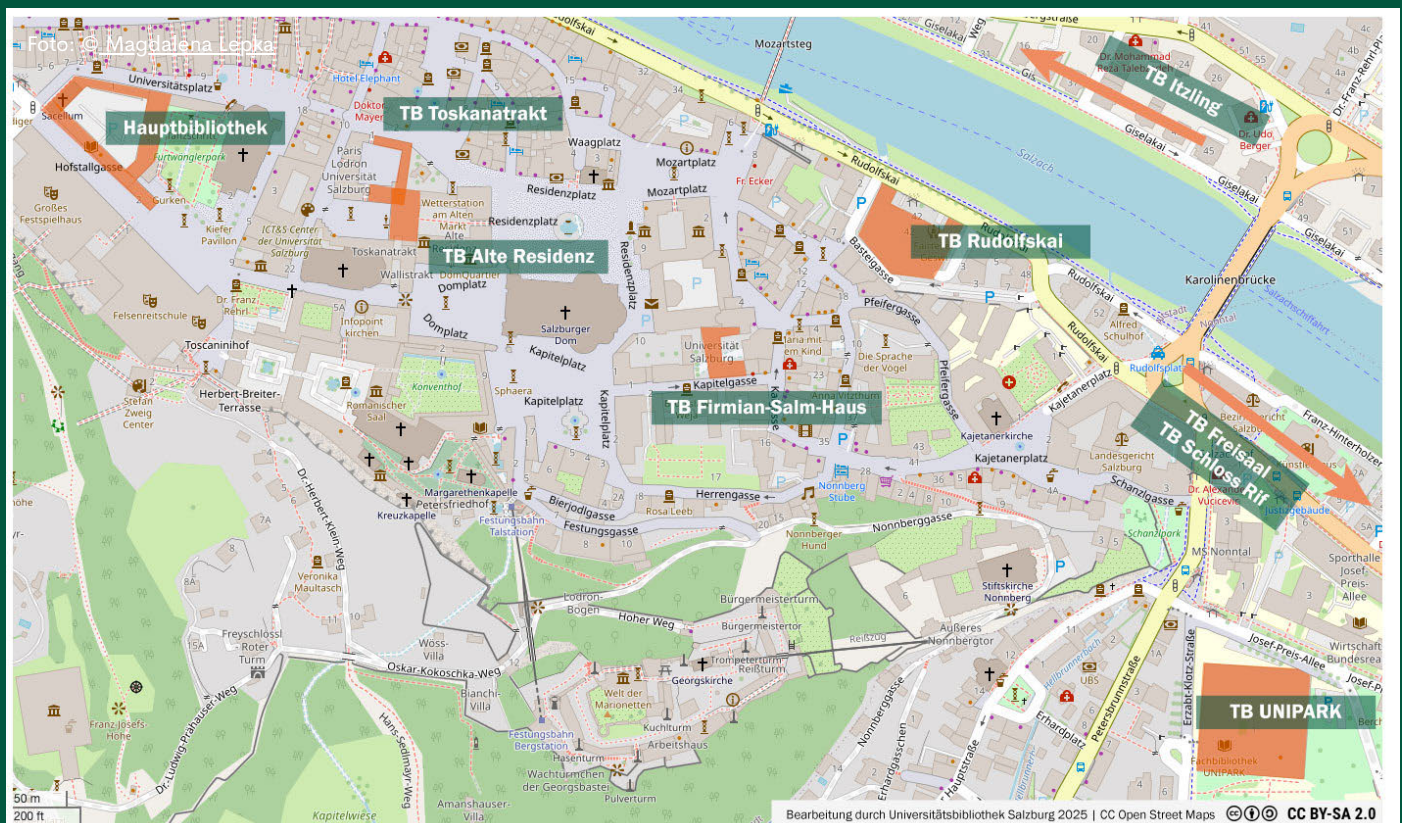
Hofstallgasse 2 - 4,  
5020 Salzburg

Öffnungszeiten:

Mo - Fr 8:30 - 20:00 Uhr

Sa 9 - 17 Uhr

## Teilbibliotheken



# UNISTANDORTE UND BIBS

## TEILBIBLIOTHEKEN



### **Alte Residenz**

Residenzplatz 1

Öffnungszeiten:

Mo - Do 9 - 16 Uhr

Fr 9 - 13 Uhr

### **Firmian Salm Haus**

Kapitelgasse 5

Öffnungszeiten:

Mo, Di, Do 10 - 17 Uhr

Mi 10 - 18 Uhr

Fr 10 - 16 Uhr



### **Freisaal**

Hellbrunnerstraße 34

Öffnungszeiten:

Mo - Mi 8:30 - 18 Uhr

Do 8:30 - 20 Uhr

Fr 8:30 - 18 Uhr

# UNISTANDORTE UND BIBS

## TEILBIBLIOTHEKEN



### Itzling

Jakob-Haringer-Straße 2A

Öffnungszeiten:

Mo & Di 9 - 16 Uhr

Mi & Do 10 - 16 Uhr

Fr 9 - 13 Uhr

### Rudolfskai

Rudolfskai 42

Öffnungszeiten:

Mo - Do 8:30 - 19 Uhr

Fr 8:30 - 18 Uhr



### Schloss Rif

Schlossallee 49, 5400 Hallein

Öffnungszeiten:

Mo, Mi, Do 9 - 13 Uhr,

13:30 - 17 Uhr

Di 9 - 13 Uhr, 14 - 18 Uhr

Fr 9 - 13 Uhr

# UNISTANDORTE UND BIBS

## TEILBIBLIOTHEKEN



### **Toskanatrakt**

Churfürststraße 1

Öffnungszeiten:

Mo - Mi 8:30 - 20 Uhr

Do & Fr 8:30 - 18 Uhr

### **UNIPARK**

Erzabt-Klotz-Straße 1

Öffnungszeiten:

Mo - Do 8:30 - 20 Uhr

Fr 8:30 - 18 Uhr



Foto: © PLUSTRACK

# NLW

Natur- und Lebenswissen-  
schaftliche Fakultät



Fotos (von u.): © Luigi Caputo (1) | © PLUSTACK (1-2)



## Study Hive

Der Study Hive ist bei den blauen und grünen Hörsälen und mit der neuen Study Lounge verbunden. Der Hive ist super für Gruppenarbeiten geeignet, hier kannst du dich mit anderen treffen und alles wichtige besprechen.

## Study Lounge

Die neue Study Lounge ist vom Haupteingang kommend am linken hinteren Ende des Foyers. Der Raum ist klimatisiert und mit vielen verschiedenen Arbeitsplätzen ausgestattet.



# NLW

Natur- und Lebenswissen-  
schaftliche Fakultät



## Studi - Zimmer

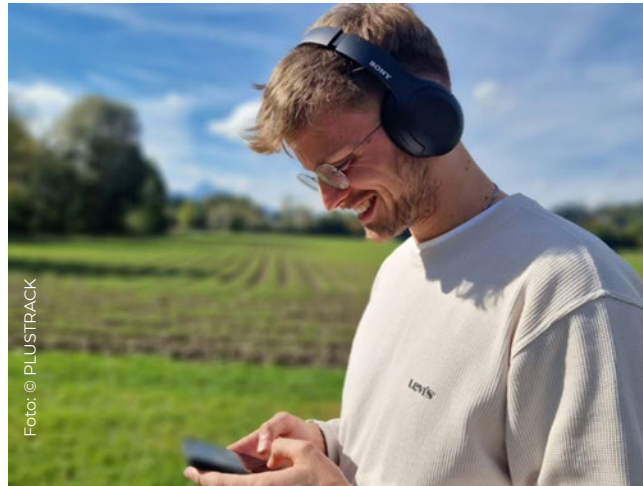
Oder auch "Alte Cafeteria" genannt. Vom Haupteingang kommend liegt sie rechts und hier kannst du mit anderen Gruppenarbeiten/Präsentationen erstellen, dir alleine eine Ecke zum Lernen suchen oder einfach mit Freund:innen plaudern.



## Glas Lounge

Die Glas Lounge sind Bänke im Durchgangsbereich im 3.Stock. Hier kannst du die Sonne genießen während du arbeitest oder einfach gemeinsam ein kurzes Päuschen einlegt.

# SALZBURG MAL GANZ PSYCHOLOGISCH



## PSYCHOLOGIE ZUM MITGEHEN - WALKING PODCASTS

Neu in der Stadt? Oder bist du schon länger hier und willst Salzburg mal von einer ganz anderen Seite erleben? Hier haben wir was für dich: einen Podcast der sich mit den verschiedenen Stadtteilen Salzburgs und passenden psychologischen Themen auseinandersetzt. Perfekt um die Stadt kennenzulernen, da man sich den Podcast anhört während man kleinen Spazierstrecken folgt.



# STUDI FRIENDLY CAFÉS



## Kaffeehauskultur für Studis

Schluss mit staubigen Bibliotheken und Kaffeeautomaten: Wir haben verschiedene Cafés unter die Lupe genommen und als „studentfriendly“ ausgezeichnet. In den Cafés gibt es natürlich WLAN sowie Steckdosen und für Studis ganz wichtig: Man darf längere Zeit arbeiten ohne alle 20 Minuten etwas Neues konsumieren zu müssen.

## Das Kaffeehaus by Hotel Melanie

Chiemseegasse 5  
Öffnungszeiten:  
täglich von 9 - 18 Uhr



# STUDI FRIENDLY CAFÉS



## Café Kowalski

Schumacherstraße 14

Öffnungszeiten:

Mo, Do & Fr 10 - 18 Uhr

Di & Mi 15 - 19 Uhr

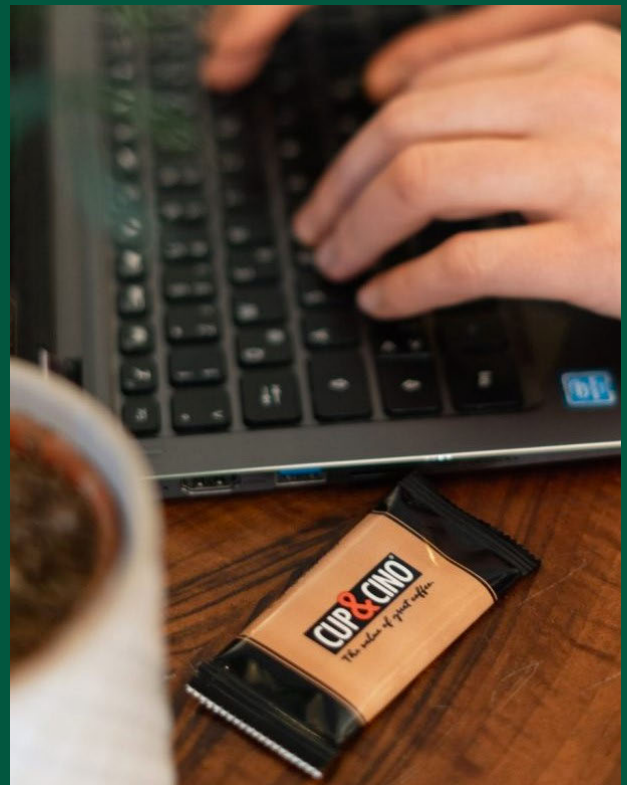
Sa 10 - 15 Uhr

## Cup& Cino

Max-Ott-Platz 1

Öffnungszeiten:

Mo - Sa 7:30 - 20 Uhr



# STUDI FRIENDLY CAFÉS



## Café Eden Skybar

Erzabt-Klotz-Straße 1  
auf der Dachterrasse des Uniparks  
Öffnungszeiten:  
Mo bis Fr 10 - 18 Uhr

## 220 GRAD

vom 220 GRAD gibt es 2 Standorte:

- 220GRAD Rupertinum  
Wiener-Philharmoniker-Gasse 9  
Öffnungszeiten: Di - So 9 - 18 Uhr
- 220GRAD Nonntal  
Nonntaler Hauptstraße 9A  
Öffnungszeiten: Di bis So 9 - 18 Uhr



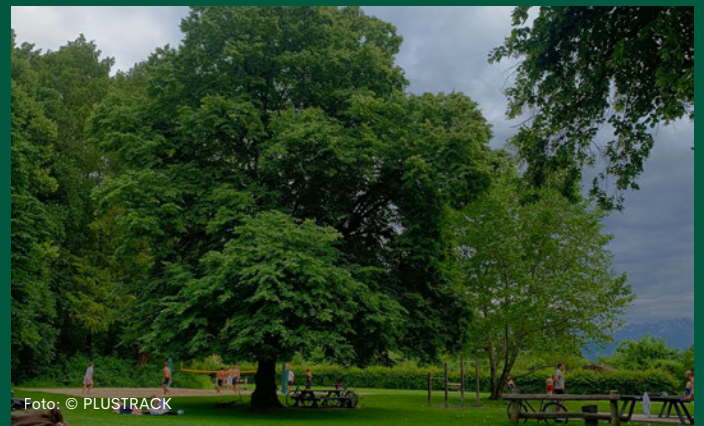
# ORTE IN DER STADT

## ZUM VOLLEYBALLSPIELEN



Freibäder

Hans Donnenberg Park



am Teich hinter der NLW

# ORTE IN DER STADT

## PARKS - UNSERE 3 EMPFEHLUNGEN



### Volksgarten

Der Volksgarten liegt zentral in Salzburg. Hier findet man schattige Plätze zum Picknicken und einen großen Teich, um den ein schöner Weg führt. Beim Kiosk gibts kleine Snacks und Erfrischungen und sportlich gesehen gibt es Beachplätze, Tischtennisplatten und einen Outdoorfitnessplatz.

### Schlosspark Hellbrunn

Der Park Hellbrunn grenzt an das Schloss Hellbrunn und ist groß und weitläufig. Im Sommer kann man die Wasserspiele anschauen und im Winter den bekannten Adventmarkt besuchen. Im Park verteilt findet man Statuen zum Bestaunen und es gibt einen kleinen Hügel mit wunderbarem Ausblick.



### Hans Donnerberg Park

Der Hans Donnerberg Park liegt wieder recht zentral in Salzburg und ist vor allem im Sommer wegen der Nähe zum Almkanal zu empfehlen. Hier kannst du Tischtennis und Volleyball spielen und den Almkanal zum Baden nutzen.



# ORTE IN DER STADT ZUM SCHWIMMEN

Orientiert

## Almkanal



## Waldbad Anif



## Salzachseen



## Freibäder

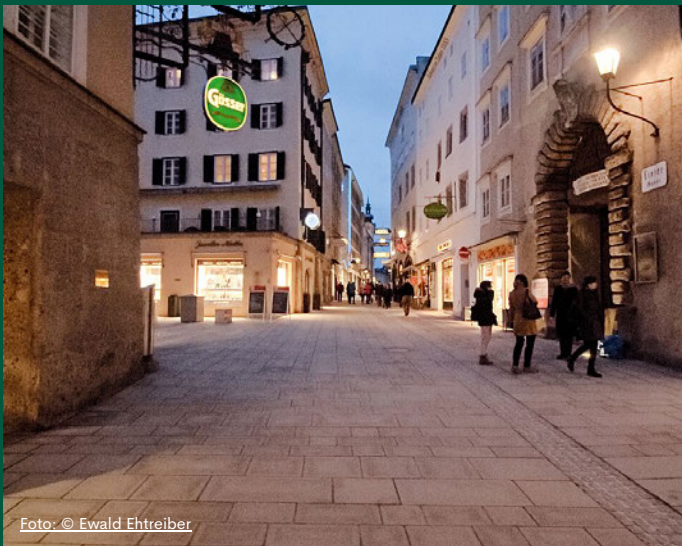


# ORTE IN DER STADT

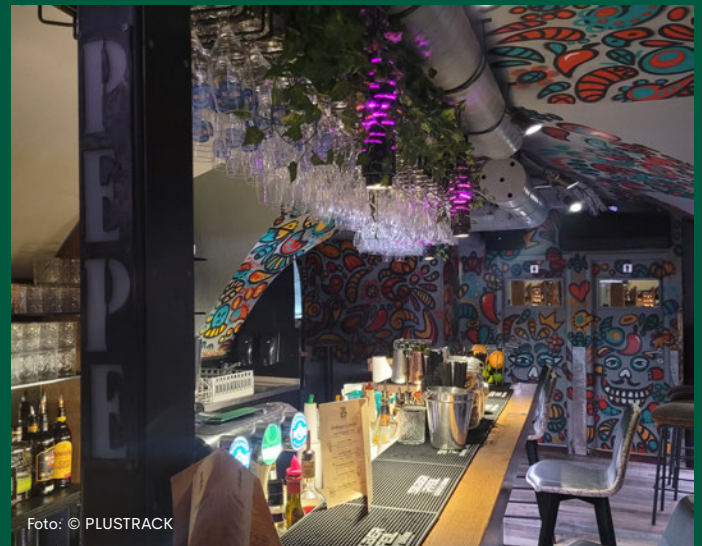
## PARTYZONEN

Orientiert

Linzergerasse



Gstättengasse



Rudolfskai



Imbergstraße



# ORTE IN DER STADT

## AUSSICHTSPUNKTE

Orientiert

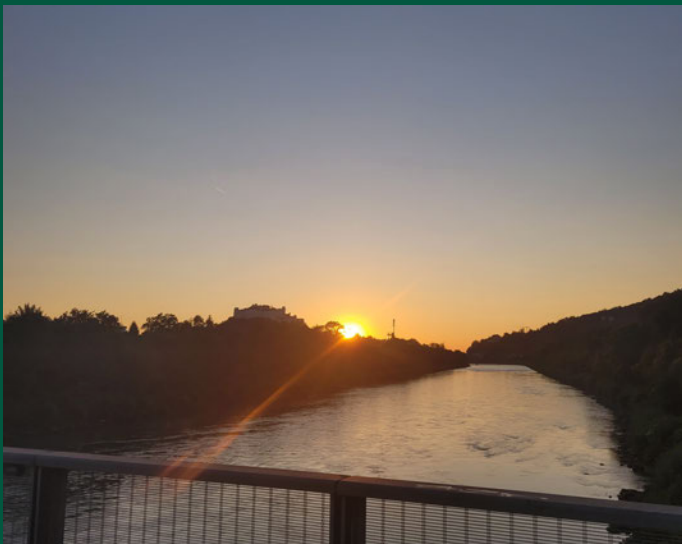
Mönchsberg



Kapuzinerberg



Überfuhrsteg



Gaisberg



# CONNECTING YOU



## DAS COMMUNITY-PROGRAMM FÜR STUDIERENDE

Das Community Programm der Universität Salzburg. Mehr Studium. Mehr Spaß. Mehr Verbindung mit dir und allen anderen an der Universität. Offen für alle. Wissenschaftlich fundiert. Breitgefächert: Mentoring. Coaching. Community Events. Stärken dich für die Höhen und Tiefen deines Studiums. Je interaktiver – je intraaktiver – desto besser. Schöpfe voll aus dem PLUSTRACK Angebot und genieße dein Studium. Gemeinsam haben wir ein Ziel: Besseres Verstehen der komplexen Herausforderungen unserer Gesellschaft & aktives Anbieten konkreter Lösungen, die wir alle brauchen. Mach mehr aus deinem Studium! PLUSTRACK. Connecting you!



PLUSTRACK – Community Programm  
der Universität Salzburg



# PLUSTRACK

Es dich gibt es ganz viele verschiedene Angebote: von Mentoring oder Coaching bis hin zu unserer Website und dem Instagram Kanal!

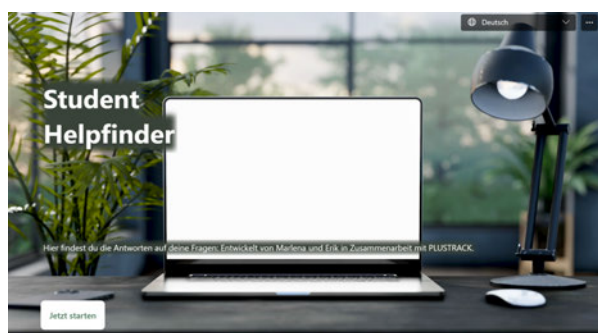


## Mentoring

Beim Mentoring geht es um die Vernetzung von Studierenden unterschiedlicher Semester, Fach- und Lebensbereiche. Als Erstsemestrige:r wirst du beim Studienstart von Mentor:innen aus höheren Semestern unterstützt.

## Coaching

Beim Coaching wirst du durch ausgebildete Coaches dabei unterstützt, dein selbstdefiniertes Ziel schneller zu erreichen. Im durch Vertraulichkeit geschützten Rahmen kannst du deine Wünsche, persönlichen Motive und Ziele, aber auch Ängste und Schwierigkeiten offen reflektieren.



## Helpfinder

Fragen rund ums Studium an der Universität Salzburg oder Unsicherheit, wer die richtigen Ansprechpartner:innen sind? Beim Helpfinder auf unserer Website ([plustrack.at](https://plustrack.at)) gibt es Antworten! Unser Helpfinder hilft, auf jede Frage rund ums Studium die richtige Antwort oder Ansprechperson zu finden.

# ÖH CLUBS

Die ÖH Clubs bieten eine tolle Möglichkeit um mit anderen Studis, die die eigenen Interessen teilen, in Kontakt zu kommen. Es gibt viele verschiedene ÖH Clubs - und auch die Möglichkeit einen eigenen zu gründen, falls es den gewollten noch nicht gibt. Auf unserem Instagram Kanal haben wir Interviews mit Mitgliedern verschiedener Clubs geführt, schau sie dir gern an wenn du mehr wissen möchtest.

Hier ein paar Beispiele für ÖH Clubs. Die komplette Liste und Infos dazu, wie du einem Clubs beitreten kannst, findest du auf der ÖH-Website.



# STUDIEN- VERTRETUNGEN

## STVEN

Für jedes Studium an der Universität Salzburg hat die ÖH eine eigene Vertretungseinheit: die Studienvertretung. Derzeit gibt es 31 STVen, die ein fester Bestandteil der Studierendenvertretung sind.

Die STV ist deine erste Anlaufstelle bei Fragen und Problemen rund ums Studium. Dort findest du erste Tipps zum Studium, Musterstudienpläne, Hilfestellungen bei der Prüfungsvorbereitung und vieles mehr!

Wenn du Fragen zu deinem Studium hast, dich das Curriculum verwirrt, du Probleme mit der Erstellung deines Stundenplans hast oder dich im PLUSOnline nicht zurecht findest, dann kontaktiere auf jeden Fall deine STV! Dort erfährst du auch die Termine für die sogenannten Erstsemestrigen-Tutorien, die Studienanfänger:innen eine Einführung in das Studium und in die Abläufe am Fachbereich bieten. **Das Büro deiner STV findest du an deinem Fachbereich.**

Um mit der jeweiligen STV in Kontakt zu bleiben und gut informiert zu sein, ist es empfehlenswert eurer STV auch auf Instagram zu folgen. Die Usernames bestehen oft aus einer Variation von **@stv[Studiengangname]**

# HILFESTELLEN

Wenn du ein Problem, Schwierigkeiten oder ein bestimmtes Anliegen hast bei dem du Hilfe brauchst, gibt es mehrere Stellen an die du dich wenden kannst:



## Psychologische Studierendenberatung

Du hast z.B. mit Prüfungsangst zu kämpfen oder möchtest über persönliche Probleme reden? Hier kann dir geholfen werden! Einfach einen Termin bei den Psycholog:innen der Psychologischen Studierendenberatung ausmachen. Und das Beste: Es ist kostenlos.

## ÖH Beratungszentrum

Du hast Fragen zu deinem Studienplan, Prüfungs- und Mietrecht, Beihilfen, Versicherung,... einfach von A bis Z zu deinem Studium? Dann ab in das ÖH Beratungszentrum am Unipark!



## ÖH Helpline

Wenn du unter Einsamkeit, Erschöpfung, Überlastung etc. leidest, ist die ÖH Helpline von Montag bis Freitag zwischen 09:00 und 18:00 unter +43/1/585 33 33 für dich erreichbar! Für dich als Studierende:r kostenlos!

Things to look out for

# FRÜHLING

**Radfrühling mit  
AK Radbörse**



**Blühende  
Magnolienbäume**



**Salzburger Dult**



**Maibaumfeste**



Things to look out for

# SOMMER

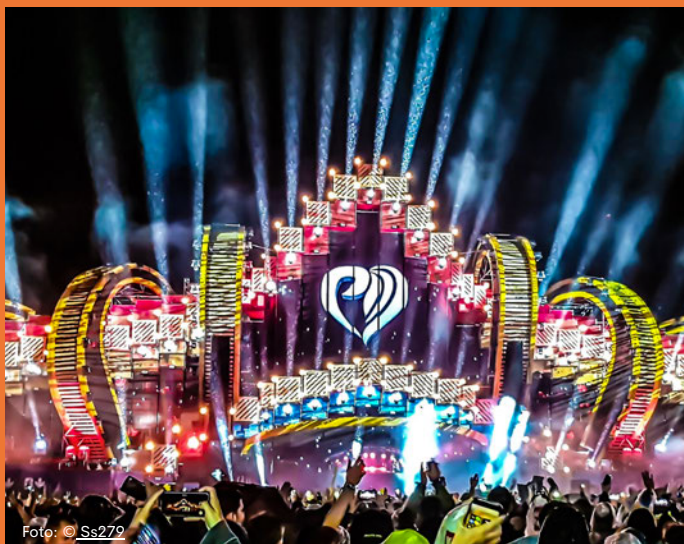
## Sternen kino am Kapitelplatz



## Freibadaction



## Electric Love Festival



## Salzburger Festspiele



# HERBST

## Rupertikirtag



## Take the A Train



## Jazz & the City



## Herbstspaziergang am Mönchsberg



Things to look out for

# WINTER

## Eiszauber



## Adventmärkte rund um Salzburg



## Glühweinstände an den Unistandorten



## Krampusläufe



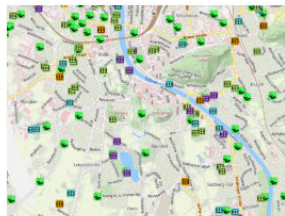
# LUST AUF NOCH MEHR TIPPS?

Auf unserer Website findest du den digitalen PLUS-Track. Hier präsentieren wir dir noch mehr Insidertipps zu Themen wie Essen als Studi in Salzburg, den schönsten Plätzen zum Chillen und Lernen, Ausflugszielen in und um Salzburg, Instatipps und vieles mehr!



## #Salzburg: Mozart, Kaffeehaus und deine Stadt als Campus!

Insidertipps für Salzburg, studifreundliche Cafés und spezielle Angebote für Studis? Als das gibt es hier!



## #Stadtteile, Fakultäten und Lieblingsplätze

Salzburg hat so viel zu bieten. Auch unsere Fakultäten laden zum Entdecken ein!



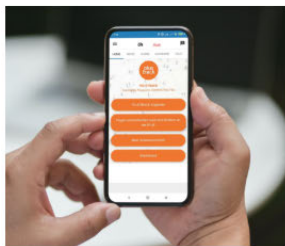
## #All about food

Tipps um als Studi möglichst gut und günstig zu essen findet man hier.



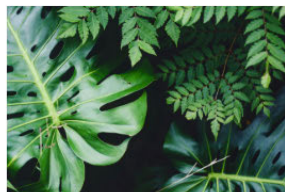
## #Ab ins Ausland

Hier gibts Infos zu den Themen Auslandssemester, Erasmus und ESN (Erasmus Student Network).



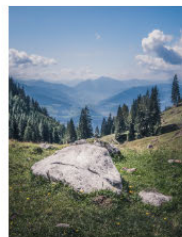
## #Studi Apps

Unser Handy ist oft eine ziemliche Ablenkung, kann aber auch sehr nützlich fürs Studium sein. Hier werden Studiapps vorgestellt.



## #Garten

An der Uni Salzburg gibt es einen botanischen Garten, den man gratis besichtigen kann - und einen Club von Studis, die gemeinsam gärtnern.



## #Salzburger Land

Ein Grund warum wir Salzburg nicht verlassen können: Das Salzburger Land.



## #Studienabschluss

Irgendwann haben wir es geschafft und dürfen unseren Abschluss feiern. Tipps für den Studienabschluss und die Zeit als Alumni gibts hier.

# PLUSTRACK CONNECTING YOU.



**PARIS  
LODRON  
UNIVERSITÄT  
SALZBURG**

PLUSTRACK – Community Programm  
der Universität Salzburg



@plustrack\_community



[www.plustrack.at](http://www.plustrack.at)