

# CAMPUS BLATT

## Sprachrohr - Deine Unizeitung

### Campus im Fokus

*SO ERSTELLST DU DEIN VISION BOARD*

**2026**

**Schritt 1: Ziele setzen!**

Nimm dir einen Stift und ein Blatt Papier. Definiere deine Träume und Ziele für das neue Jahr, egal ob persönliche Wünsche, Ziele für die Uni oder deinen Beruf, deine Hobbys oder Beziehungen. Bleibe dabei ehrlich zu dir selbst und träume groß!



**Schritt 2: Visualisieren!**

Um deine Ziele & Träume zu visualisieren benötigst du jetzt passende Bilder & Zitate. Diese findest du im Internet (z.B. auf Pinterest), in Magazinen, oder deiner eigenen Galerie. Drucke und schneide die Materialien aus oder lade Sie runter.



**Schritt 3: Gestalten!**

Ordne deine Bilder, Zitate etc. auf einem Papier, einer Leinwand oder in einem Dokument (Laptop) an. Lass deiner Kreativität freien Lauf. Das fertige Vision Board solltest du dort platzieren, wo du es regelmäßig siehst z.B. analog in deinem Zimmer oder digital als Desktop Hintergrund.



### Uni- und Stadtgeschehen

#### Monatsempfehlung

Wer mit seinen Freund:innen mal den inneren Nerd rauslassen möchte, sollte Montag abends mal mit einer Reservierung zum **Pub Quiz** im Standard gehen. Ab 19:00 Uhr quizzen hier 3er-5er Teams gegeneinander „bis die Birne raucht“.

#### Zahl des Monats

**6** neue Studiengänge starten dieses WS an der JMU: Pflegewissenschaften (B.Sc.), Psychologie mit schulpsychologischem Schwerpunkt (Lehramt), Global Challenges for Sustainability, Computational Humanities, Management in Lifelong Education (M.A.) sowie GEOSPHERES (M.Sc.).

#### Prof des Monats

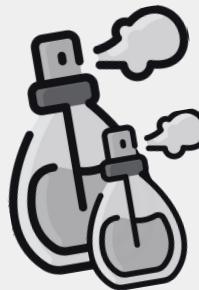
Die JMU bekommt immer wieder Zuwachs von den beeindrucksten Köpfen der Wissenschaft. Ein Beispiel: Prof. Dr. Benjamin Müsegades ist, seit September 2025, der neue Lehrstuhlinhaber der Fränkischen Landesgeschichte. Herzlich Willkommen an der JMU!

## Welt im Hörsaal

### Unsere Trend predictions 2026

#### Fashion und Accessoires:

- Brillen werden zum Styling-Statement
- Hüte, Schals und Accessoires rücken stärker in den Fokus
- Sonnenbrillen im Stil der 70er- und 80er-Jahre feiern ihr Comeback
- Spitze kehrt zurück & wirkt modern statt romantisch
- Animal-Ästhetik setzt auf Muster mit Selbstbewusstsein
- Omas Broschen erleben ein Revival - Erbstücke werden neu gestylt
- Gehäckeltes und Gestricktes sehen wir überall: Mützen, Bandanas, Handyhüllen



#### Beauty und Styling:

- noch mehr Naturlocken (yay:)
- Make-up setzt auf "Chaos-Chic" statt Perfektion
- Parfum-Layering wird zur neuen Art der Duft-Signatur



#### Interior und Design

- Farbe kehrt teilweise in die Inneneinrichtung zurück
- Blockstreifen und Muster erinnern an Zirkus-Ästhetik
- Afrobohemian Decor bringt Wärme und Handwerk ins Zuhause



#### Lifestyle und Ernährung:

- digital detox gewinnt an Bedeutung
- analoge Hobbys erleben ein Comeback
- probiotische Ernährung liegt im Trend: Stichwort Sauerteigbrot



## Stimmen vom Campus

### Lerntipps

Wenn sich das Semester dem Ende zuneigt, rücken die Klausuren näher – und mit ihnen viele Stunden am Schreibtisch und steigender Stress.

Damit die Prüfungszeit nicht im Chaos endet, hat die Sprachrohr Redaktion ihre besten Tipps gesammelt, um möglichst organisiert, produktiv und mit starken Nerven durch diese herausfordernde Phase zu kommen:

1. Probiere unterschiedliche Lernmethoden aus, etwa die Loci-Methode, die Pomodoro-Technik, den Erzählbär oder die SQ3R-Methode
2. Sorge für genügend Motivation zwischendurch – mit leckeren Snacks, Getränken und „Brainfood“ wie Nüssen oder Beeren
3. Richte dir für den Tag eine kleine Belohnung ein, auf die du dich nach einer erfolgreichen Lerneinheit freuen kannst
4. Versuche, Ablenkungen zu vermeiden, zum Beispiel, indem du dein Handy außer Reichweite legst oder in der Bibliothek bewusst für dich bleibst (Cap als eine Art Scheuklappe oder auch Kopfhörer)

