

Postdoc Synergy Forum: Networking und Stressbewältigung am Campus Lübeck

Erleben Sie am 18. September das Postdoc Synergy Forum in Lübeck: Austausch über Forschung, Führung und mentale Gesundheit.

Im Herzen Lübecks findet am 18. September 2024 ein besonderes Event statt, das sich gezielt an Postdoktorand*innen richtet. Im Rahmen der internationalen Postdoc Appreciation Week 2024 lädt die Universität zu Lübeck zu ihrem ersten „Postdoc Synergy Forum – Between Research, Leadership and Mental Health“ ein. Dieses Forum bietet eine Plattform für den Austausch über die Herausforderungen, die Postdocs in ihrer Karriere bewältigen müssen.

Von 15:30 bis 17:30 Uhr versammeln sich Postdoktorand*innen im Herrenhaus (Haus 82), Peter-Monnik-Weg 9, um in einem unterstützenden Umfeld ihre Erfahrungen zu teilen. Diese Woche ist nicht nur eine Wertschätzung der Arbeit von Postdocs, sondern auch eine Gelegenheit, Netzwerkverbindungen zu stärken und voneinander zu lernen.

Workshops zur Stressbewältigung

Ein zentrales Element des Forums sind zwei angebotene Workshops, die darauf abzielen, persönliche Erlebnisse bezüglich Stressbewältigung und den vielfältigen Anforderungen im beruflichen Alltag zu thematisieren. In einer Welt, in der die Forderungen an Postdocs ständig steigen, ist es essenziell, effektive Strategien zu entwickeln, um dem Druck standzuhalten. Die Workshops werden von erfahrenen

Moderatoren geleitet, die wertvolle Einblicke und Hilfestellungen bieten.

Das Forum ist außerdem eine hervorragende Gelegenheit, interne Anlaufstellen und Ressourcen der Universität kennenzulernen, die speziell für Postdoktorand*innen eingerichtet wurden. Diese Einrichtungen bieten Unterstützung und Informationen, die für die persönliche und berufliche Entwicklung von entscheidender Bedeutung sind.

Ein weiteres Highlight des Abends wird ein geselliges Beisammensein mit Pizza und Getränken sein. Hier können die Teilnehmenden in entspannter Atmosphäre Kontakte knüpfen und über ihre Erfahrungen plaudern. Networking ist in der Forschung unerlässlich, und das Forum schafft eine perfekte Gelegenheit, neue Bekanntschaften zu schließen und bestehende Beziehungen zu vertiefen.

Die Anmeldung zu diesem kostenlosen Event erfolgt im Voraus, sodass alle interessierten Postdocs sich rechtzeitig einen Platz sichern können. Hierbei zeigt sich, wie wichtig es ist, dass die wissenschaftliche Gemeinschaft solche Events organisiert, um das Wohlbefinden der Forscher*innen zu fördern und eine kollegiale Atmosphäre zu schaffen.

Für Rückfragen steht Dr. Anja Stähle, Postdoktorandin in der Rheumatologie und klinischen Immunologie, zur Verfügung. Ihre Kontaktdaten sind leicht zu finden, und sie freut sich, weitere Informationen bereitzustellen, um den Postdocs eine Teilnahme zu erleichtern.

Zusammengefasst ist das „Postdoc Synergy Forum“ mehr als nur eine Veranstaltung; es ist ein Schritt in Richtung eines stärkeren, unterstützenden Netzwerks für Postdoktorand*innen, das die Expertise und den Austausch fördert, die notwendig sind, um in der hochkompetitiven akademischen Welt erfolgreich zu sein.

Details

Besuchen Sie uns auf: n-ag.de