

Biuro Karier UAM

dysponuje nowoczesnym portalem kariery, na platformie JobTeaser, w którym studenci i absolwenci znajdą wiele atrakcyjnych ofert pracy, praktyk i staży, adresowanych do nich wydarzeń, newsletter z ciekawymi inicjatywami dla studentów, kalendarz spotkań z doradcami zawodowymi oraz porady z zakresu kariery. Zespół Biura organizuje liczne eventy umożliwiające nabywanie kompetencji pożądanых na rynku pracy, prowadzi dla studentów konsultacje w zakresie doradztwa zawodowego, oferuje możliwość bezpłatnego skorzystania z badania stylów myślenia i działania za pomocą kwestionariusza FRIS®.

Rzecznik Praw i Wolności Akademickich

W Uniwersytecie im. Adama Mickiewicza podejmowane są systemowe działania, których celem jest prowadzenie polityki równego traktowania i przeciwdziałania wszelkim formom dyskryminacji. Rzecznik Praw i Wolności Akademickich czuwa nad zapewnieniem bezpiecznego, wolnego od przemocy i dyskryminacji środowiska pracy i nauki. Wraz z Komisją ds. Przeciwdziałania Dyskryminacji podejmuje działania zapobiegające nierównemu traktowaniu i dyskryminacji pracowników i studentów. W ramach przyjętej przez UAM Polityki Równościowej i Antydyskryminacyjnej powołani zostali także konsultanci ds. osób lub społeczności narażonych na nierówne traktowanie i dyskryminację:

- Konsultantka ds. przeciwdziałania molestowaniu seksualnemu,
- Konsultantka ds. przeciwdziałania mobbingowi,
- Konsultant ds. cudzoziemców,
- Konsultantka ds. osób LGBT+.

Droga Studentko, Drogi Studencie, Droga Osobo Studiująca,

cieszymy się, że jesteś z nami. Wiemy, że poznasz właśnie ciekawy, niekiedy także skomplikowany, studencki świat i przyswajasz teraz dużo wiadomości, ale chcemy przekazać Ci jeszcze jedną bardzo ważną informację. Studia to okres rozwoju i zmian, czas pełen wyzwań, który bywa fascynujący i trudny zarazem. Zależy nam na tym, aby było dla Ciebie jasne, że jeśli w którymkolwiek momencie studiowania będzie Ci trudno poradzić sobie z jakimś problemem i poczujesz, że potrzebujesz pomocy, to na naszej Uczelni znajdziesz osoby, które mogą Cię wesprzeć. Prosimy, zachowaj tę ulotkę i nie zawahaj się skorzystać z zamieszczonych w danych kontaktowych, gdy będziesz tego potrzebować. Podane tu informacje przydadzą się również w odnalezieniu miejsc, w których możesz zdobywać nowe umiejętności i kompetencje |lub działać wspólnie z innymi na rzecz szeroko pojętego rozwoju.

Rada ds. Wsparcia Psychologicznego UAM

WAŻNE!

Rozszerzone informacje o wsparciu na UAM znajdziesz tutaj:



Kod QR przekierowuje do strony w Intranecie UAM - strona wymaga zalogowania się poprzez e-mail studencki w domenę amu.edu.pl



UNIWERSYTET
IM. ADAMA MICKIEWICZA
W POZNANIU



**Wsparcie i rozwój
osób studiujących
na UAM**



Pomoc w sytuacjach nagłych

Gdy potrzebujesz nagłej pomocy lub znajdujesz się w sytuacji silnego kryzysu, zwróć się do poniższych instytucji:

- **Zgłoś się do działającej całodobowo Izby Przyjęć Psychiatrii**
- **Centrum Medyczne HCP ul. 28 Czerwca 1956 r. nr 194 – Centrum Zdrowia Psychicznego**
- W sytuacji zagrożenia bezpieczeństwa, braku możliwości samodzielnego zgłoszenia się na Izbę Przyjęć należy zadzwonić na **numer alarmowy 112 i wezwać pogotowie ratunkowe.**

Wsparcie psychologiczne (konsultacje telefoniczne)

Psycholodzy i psychoterapeuci z Wydziału Psychologii i Kognitywistyki oferują bezpłatne wsparcie i konsultacje psychologiczne dla pracowników i studentów UAM oraz członków ich rodzin, którzy przeżywają trudne chwile, doświadczają osamotnienia, lęku lub kryzysu emocjonalnego w związku z trudnymi wydarzeniami życiowymi. Konsultacje psychologiczne odbywają się w formie rozmów telefonicznych.

Samorząd Studentów UAM

Samorząd jest wyłącznym reprezentantem ogółu studentów Uczelni. Prowadzi na Uniwersytecie działalność w zakresie spraw studenckich, w tym socjalno-bytowych i kulturalnych.

Biuro Wsparcia Osób z Niepełnosprawnościami

Zapewnia pomoc konsultantów ds. wsparcia w studiowaniu oraz dostosowanie zajęć do potrzeb i możliwości osób z niepełnosprawnościami, neuroróżnorodnych oraz przewlekłe chorujących. Konsultanci prowadzą indywidualne spotkanie ze studentami, którzy chcieliby poprawić swoje strategie uczenia, radzenia sobie ze stresem, czy w komunikowaniu z prowadzącymi zajęcia z innymi studentami
adres: ul.Grunwaldzka 6, pok. 114,
tel.: 61 829 12 10
www.bwon.amu.edu.pl

Zrzeszenie Studentów Niepełnosprawnych Ad Astra

Organizacją studencką, która aktywnie działa na rzecz studentów i studentek z niepełnosprawnościami poprzez organizację licznych wydarzeń, wyjazdów, spotkań integracyjnych i warsztatów.

Stowarzyszenie Społeczności LGBT+ UAM

Stowarzyszenie tworzy platformę działań na rzecz równości, kultury i nauki, przeciwstawiając się wszelkim formom dyskryminacji, ze szczególnym uwzględnieniem potrzeb osób LGBT+. Ideałami Stowarzyszenia są: ochrona praw człowieka i propagowanie wiedzy na ich temat, równość szans kobiet i mężczyzn, integracja europejska oraz rozwijanie kontaktów i współpracy międzynarodowej.

Poradnia Rozwoju i Wsparcia Psychicznego UAM

Poradnia oferuje krótkoterminową pomoc psychologiczną i terapeutyczną dla studentów, doktorantów i pracowników Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu. Poradnia współpracuje także z lekarzem psychiatrą. W ramach Poradni prowadzone są też konsultacje w języku angielskim. Skorzystać z tej pomocy mogą osoby, które przeżywają trudności w radzeniu sobie w różnych obszarach funkcjonowania, m.in.:

- trudności w relacjach z innymi,
- trudności w zakresie rozumienia, przeżywania i wyrażania emocji,
- trudności z adaptacją do środowiska uczelnianego,
- odnalezieniem się w grupie,
- trudność z przeżywanymi lękami i obawami

Umów się na konsultację: **539 026 422**

Informacje o terminach dyżuru telefonicznego oraz pełna oferta Poradni znajdują się na stronie Poradni.

Zespół Poradni prowadzi także warsztaty psychoedukacyjne i rozwojowe

Niezależne Zrzeszenie Studentów UAM

Organizacja, która daje przestrzeń do rozwoju, poznawania nowych ludzi, realizacji pomysłów i przełamywania własnych barier. Aktywizuje studentów do działania, zwraca uwagę na zasadnicze problemy w życiu akademickim.