

start

DEIN AUSBILDUNGSMAGAZIN FÜR DAS EMSLAND

bereit

powered by
jobwelt^{noz}

MOIN!

Azubis aus der Region
stellen sich vor

SPARTIPPS

für deine Ausbildungszeit

STAHLHARTE BERUFE

Bock auf Handwerk?

NOZ
MEDIEN

JETZT AUCH ONLINE LESEN! WWW.STARTBEREIT.COM

MEHR



JETZT FÜR DEN
ZUKUNFTSTAG AM
03. APRIL 2025 IN
SPELLE ANMELDEN!

DU ALS DU DENKST



**Finde eine von 24 Ausbildungen oder
einen von sechs Studiengängen für Dich.**



Wir bieten Dir genau den Freiraum, den Du für Deine berufliche Entwicklung brauchst. Mehr erfährst Du auf krone-group.com/ausbildung

KRONE GROUP

Hört mal kurz zu...

wenn ihr kurz vor dem Ausbildungsstart steht - oder noch nicht wisst, für welchen Beruf ihr euch entscheiden möchtet, ist diese Ausgabe von Startbereit, dem Ausbildungsmagazin der NOZ Medien, in diesem Moment ein guter Wegweiser. Wir stellen euch die unterschiedlichsten Berufe vor und lassen euch wissen, wer wie viel in der Ausbildung verdient.

Braucht ihr noch Tipps für den Start als Azubi?
Wollt ihr wissen, wie ihr Geld sparen könnt?
Möchtet ihr etwas aus dem Alltag eines Azubis vor Ort lesen?

Es sind immer noch Tausende Stellen unbesetzt, vielleicht ist es nicht euer Traumjob, der direkt vor der Nase auftaucht, aber genau das richtige, um ins Berufsleben zu starten. Ganz wichtig ist einfach: Lass dich nicht verrückt machen! Es gibt Dinge, die du nicht beeinflussen kannst. Was du aber beeinflussen kannst, ist deine Zukunft.

Viel Spaß beim Lesen und viel Erfolg bei der Ausbildungssuche!

Eure Redaktion

Hinweis der Redaktion: Zur besseren Lesbarkeit wird in dieser Ausgabe das generische Maskulinum verwendet.

INHALT >> Ausgabe 2025

ORIENTIERUNG

- | | |
|---|--|
| <p>04 In Kürze
Infos rund um die Ausbildung</p> <p>18 Berufswelt Kupfer
Das Metall der Energiewende</p> <p>29 Die erste eigene Wohnung
Endlich wohlfühlen</p> | <p>07 Kopf hoch
Körpersprache</p> <p>20 Wie komme ich mit all dem Druck klar?
Tipps für den Alltag</p> |
|---|--|

AUSBILDUNG

- | | |
|---|---|
| <p>08 Azubi aus der Region
Ergotherapeut</p> <p>12 Mehr Geld für dich
Spartipps</p> <p>17 Bankbranche
Immer öfter ohne Anzug und Krawatte</p> <p>24 Die Glücksbringer
Schornsteinfeger</p> <p>32 Ausbildungsberufe mit Tieren
Ein Überblick</p> | <p>11 Kanal Profis am Werk
Wer kümmert sich mit Hightech um Wasserkreisläufe?</p> <p>14 Azubi aus der Region
Erzieher</p> <p>22 So meisterst du unangenehme Gespräche im Job
Ein Leitfaden</p> <p>26 Azubi aus der Region
Elektroniker</p> <p>36 Stahlharte Berufe
Jobs im Handwerk</p> |
|---|---|

BEWERBUNG

- | | |
|--|--|
| <p>06 Das gehört in einen Lebenslauf
Vom Foto bis zur Unterschrift</p> <p>34 Ganz nah am Menschen
Wege in die Pflege</p> | <p>30 Eine Ausbildung, zwei Betriebe
Wie funktioniert das?</p> <p>38 Hier gibt es richtig viel Kohle
Diese Azubis bekommen am meisten Geld</p> |
|--|--|

Infos rund um
die Ausbildung

IN KÜRZE

NEUER AUSBILDUNGSBERUF IN DEUTSCHLAND

Ab August gibt es den Beruf des **Gestalters oder der Gestalterin für immersive Medien**. Drei Jahre dauert die neu geschaffene duale Ausbildung laut dem Bundesinstitut für Berufsbildung (BIBB). Immersiv - das kommt vom Begriff Immersion, was so viel wie eintauchen bedeutet. In diesem Fall also ein Eintauchen mithilfe von Medien in eine interaktive Welt, zum Beispiel per Virtual Reality. Die künftigen Gestalter immersiver Medien lernen in der Ausbildung virtuelle Welten zu erschaffen. Dazu gehört etwa auch 3D-Modelle und Animationen zu erstellen und Klangwelten zu konzipieren. Weil viel in Projektteams gearbeitet wird, sind für den Beruf gute Kommunikationsfähigkeiten wichtig. Am Ende der Ausbildung beweisen die Absolventen mit einem eigenen Projekt, dass sie selbstständig immersive Medien gestalten und produzieren können. Einsatzbereiche gibt es zum Beispiel in Unternehmen mit virtuellen Produktionen, Fernsehanstalten, Werbeagenturen oder in der Gamesbranche.

Foto: iStock.com/Bijac



Du stehst voll auf Hubraum?

Wir bieten zum 1. August 2025 folgende Ausbildungen (m/w/d) an:

- **KFZ-Mechatroniker**
 - Schwerpunkt Nutzfahrzeugtechnik
- **KFZ-Mechatroniker**
 - Schwerpunkt Hochvolt
- **KFZ-Mechatroniker**
 - Schwerpunkt Pkw



Ortmann AUTO - TECHNIK - GMBH

Komm' zu uns ins Team!

- Du hast
- ein gutes Abschlusszeugnis in Aussicht
 - Spaß an Technik
 - handwerkliches Geschick
 - Lust, im Team zu arbeiten
 - und PC-Arbeit ist dir auch nicht fremd?

Dann mach' bei uns ein Praktikum oder bewirb Dich gleich!

Ortmann Auto-Technik GmbH

Am Hundesand 6 · 49809 Lingen · Tel. 0591 91250-0
info@ortmann-lingen.de · www.ortmann-lingen.de



Dann schalt' den Turbo ein...

VEGETARISCHES KOCHEN WIRD AUSBILDUNGSBERUF IN ÖSTERREICH

In Österreich wird eine eigene Berufsausbildung für **vegetarische und vegane Küche** eingeführt. Die neue Lehre soll ab nächstem Jahr möglich sein. Der Gastronomie-Verband der österreichischen Wirtschaftskammer hatte gewarnt, eine solche Nischen-Ausbildung schränke die Karrierechancen von Fachkräften ein. Die Branchenvertreter hatten darauf hingewiesen, dass vegetarisches und veganes Kochen bereits Teil der normalen Kochausbildung sei. Auch in Deutschland gibt es keinen gesonderten Ausbildungsberuf.



Foto: istock.com/ChubbySunday

DGB-AUSBILDUNGS-REPORT: GROßTEIL DER AZUBIS SIND ZUFRIEDEN

Der Großteil der Azubis im Nordwesten ist nach einer Studie des Deutschen Gewerkschaftsbunds (DGB) zufrieden mit der Ausbildung. **72,2 Prozent** der 1.688 befragten Azubis gaben demnach an, zufrieden oder sehr zufrieden zu sein. Im Vorjahr waren es 71,4 Prozent. Zu den Zufriedensten gehörten wie schon im Vorjahr Industriemechaniker, Verwaltungsfachangestellte sowie Bankkaufleute und Industriekaufleute. Am unzufriedensten waren angehende Einzelhandelskaufleute, zahnmedizinische Fachangestellte und Köche. Entscheidend seien Kriterien wie Ausbildungszeiten, Vergütung, Qualität der Ausbildung in Betrieben sowie die persönliche Beurteilung gewesen. Verbesserungspotenzial zeige sich in der Feedback- und Motivationskultur: Mehr als die Hälfte der Befragten gab an, seltener als einmal im Monat oder nie persönliche Rückmeldungen zu bekommen. Nur etwas über die Hälfte fühle sich immer oder häufig durch die Ausbilder motiviert.

Texte: dpa, djf, ac

SCHMEES & LÜHN
HOLZ- UND STAHLINGENIEURBAU

LASS' UNS GEMEINSAM
DIE BRÜCKE IN DEINE
BERUFLICHE ZUKUNFT
SCHLAGEN!

WERDE #brueckenbauer.

- METALLBAUER
Konstruktionstechnik
- ZIMMERER

**AZUBI
GESUCHT!**
M/W/D

SCHMEES & LÜHN
Holz- und Stahlingenieurbau
GmbH & Co. KG
Lathener Str. 1
49779 Niederlangen
T +49 5939 96795-0
office@schmees-luehn.de
www.schmees-luehn.de



Das gehört in einen LEBENS LAUF

Das **Bewerbungsfoto** ist kein Muss, wird aber immer noch gern gesehen.

Alle **Datumsangaben** erfolgen nach dem Muster:
MM/JJJJ - MM/JJJJ

Zuerst Position nennen, dann Namen des Arbeitgebers (+ Arbeitsort). Die **Tätigkeitsbeschreibung** sollte relevant für die angestrebte Stelle sein.

Grafische Elemente wie Bulletpoints lockern das **Layout** auf und sorgen für mehr Übersichtlichkeit.


Ort, Datum und **Unterschrift** dokumentieren: Der Lebenslauf ist aktuell und wahrhaftig.

Max Mustermann
Musterstraße 1 | 12345 Musterstadt
m.mustermann@muster.de
0123/998877


Lebenslauf

Persönliche Daten

Geburtsdatum/-ort:
Staatsangehörigkeit:
Familienstand:



Die Kopfzeile beinhaltet die komplette Anschrift inkl. einer Telefonnummer.



Falls Kopfzeile vorhanden, reichen Geburtsdatum, Familienstand und Staatsangehörigkeit in der Regel aus.

Arbeitserfahrungen

08/2015 - heute **Unternehmen XYZ**
- Funktion und Tätigkeit

08/2013 - 07/2015 **Unternehmen XYZ**
- Funktion und Tätigkeit

Bildung


08/2010 - 07/2013 **Ausbildung**
- Ausbildungsbetrieb
- Abschluss

08/2000 - 07/2010 **Schule**
- Standort
- Abschluss

Weitere Fähigkeiten und Kenntnisse

EDV	Microsoft Office, Photoshop
Führerschein	Klasse B
Hobbies	Sport, Technik, Lesen

Mit Ausnahmen des Deckblattes gehören unter jedes Bewerbungsdokument Datum und Unterschrift.



Max Mustermann
Max Mustermann

Musterstadt, 21.04.2018

DIESE ANGABEN SOLLTEN IM LEBENS LAUF STEHEN:

- persönliche Angaben mit Foto
- Schulbildung
- falls vorhanden: Freiwilligen- und Wehrdienst
- Berufsausbildung, Studium
- beruflicher Werdegang einschließlich Praktika
- Fort- und Weiterbildungen
- besondere Kenntnisse und Fähigkeiten wie IT-Kenntnisse, Fremdsprachen, Soft Skills

KOPF HOCH!

Körpersprache hilft, kompetent zu wirken und vor allem: eine Beziehung herzustellen. Was noch viel wichtiger ist: Körpersprache wird nach Ansicht von Fachleuten künftig eine immer größere Rolle im Beruf spielen. Wer sich und andere für etwas begeistern möchte, muss eben diese Begeisterung auch über den Körper ausstrahlen - privat wie eben auch täglich bei der Arbeit. Dazu trägt nach Ansicht von Körpersprache-Experte Stefan Verra auch der zunehmende Einsatz von Künstlicher Intelligenz (KI) bei. „Selbst wenn man unsympathisch war, aber viel wusste, konnte man ziemlich gut Karriere machen. Das wird sich ändern“,

sagt der Autor. Das meiste Wissen könne jeder haben, „wenn er weiß, wie er mit KI umgeht und die richtigen Fragen stellt.“ Anders als in der Vergangenheit werde man sich künftig also mit Wissen nicht mehr von anderen abheben können, um im Beruf erfolgreich zu sein: „Was uns bleiben wird, ist, Vertrauen zu erzeugen und Menschlichkeit und Enthusiasmus zu signalisieren“, so Verra. Da sei die Fähigkeit, schnell eine Bindung und Beziehung herzustellen, besonders wichtig. *Text: ac, dpa, pm*



Die Körpersprache der Mächtigen,
Stefan Verra, 2021, Heyne Verlag, 321
Seiten, 11,99 Euro,
ISBN: 978-3453605794.

Foto: Heyne



Warum Frauen oft nicht ernst genommen werden und Männer unfreiwillig Single sind,
Stefan Verra, 2024, Heyne Verlag, 224 Seiten,
12,00 Euro, ISBN: 978-3453606913.

Foto: Heyne



Körpersprache. Macht. Erfolg. Wie Sie andere im Beruf überzeugen und begeistern,
Monika Matschnig, 2019, Gabal, 224 Seiten,
25,00 Euro, ISBN: 978-3-86936-906-8.

Foto: Gabal Verlag

DIESE VIER TIPPS KÖNNEN DIR HELFEN

1. Man sollte eine Grundspannung im Körper haben, aber nicht angespannt sein.
2. Offene Gesten und eine zugewandte Körperhaltung demonstrieren: Ich bin nicht auf einen Angriff aus, sondern meinem Gesprächspartner gegenüber aufgeschlossen.
3. Wurf einen Blick in den Spiegel: Vielleicht hängt eine Schulter herunter oder du versteckst aus Nervosität die Hände?
4. Wer seinem Gesprächspartner direkt in die Augen schaut, wirkt offen.



Papenburg
Offen für mehr

Nutze die Chance einer qualifizierten Ausbildung bei der **Stadt Papenburg**. Starte erfolgreich in Dein Berufsleben mit einer Aufgabenvielfalt, die begeistert!

Wir bilden aus (m/w/d)

- Verwaltungsfachangestellte
- Umweltschaffende
- Fachinformatiker
- Bauzeichner
- Verkaufsfachleute
- Fachangestellte für Bäderbetriebe

Erkundige Dich über unser aktuelles Ausbildungsangebot auf unserem Karriereportal unter **www.papenburg.de** und bewirb Dich online.

Nähere Informationen erhältst Du auf unserer Homepage oder direkt bei Anne Rinneberg unter Telefon (0 49 61) 82-5161.



www.papenburg.de



HELFEN, GESTALTEN, BEWEGEN

Ist Ergotherapie die richtige Ausbildung für dich?

Lena Post ist 20 Jahre alt und absolviert ihre Ausbildung zur Ergotherapeutin an der Völker-Schule in Osnabrück. Doch wie kam sie zu dieser Entscheidung, welchen Herausforderungen stellt sie sich in ihrer Ausbildung, und was macht den Beruf der Ergotherapeutin so besonders?

AZUBI- STECKBRIEF

Name:

LENA POST

Alter:

20 JAHRE

Wohnort:

GREVEN

Schulabschluss:

ABITUR

Ausbildung:

ERGOTHERAPEUTIN

Ausbildungsbetrieb:

VÖLKER-SCHULE IN OSNABRÜCK

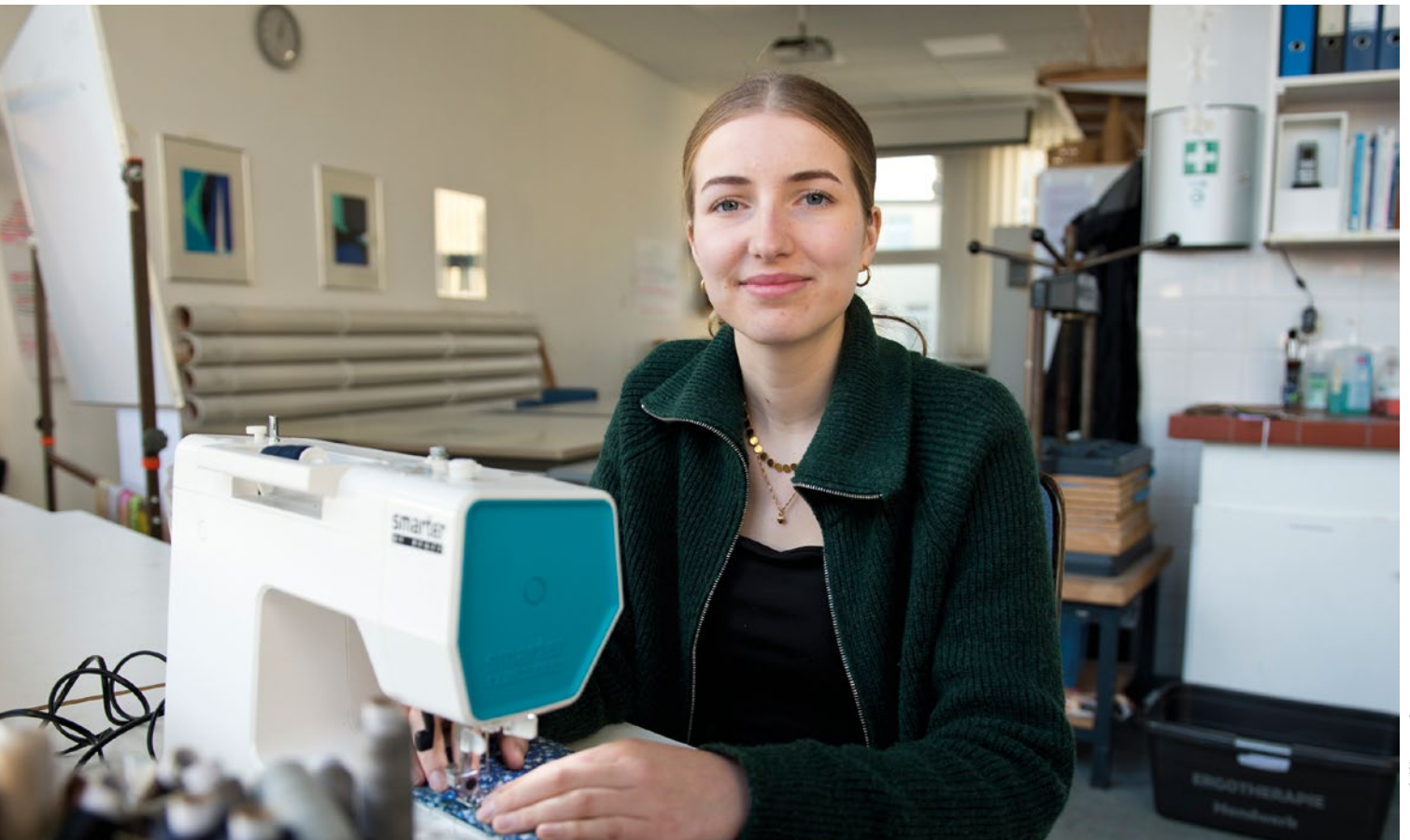
DIE RICHTIGE SCHULE FINDEN

Die Wahl der passenden Ausbildungseinrichtung ist für viele angehende Ergotherapeuten eine bedeutende Entscheidung. Für Lena war es naheliegend, sich für die Völker-Schule in Osnabrück zu entscheiden, nicht zuletzt durch eine Empfehlung aus der Familie. „Meine Cousine war hier auf der Schule und hat mir viel Positives darüber berichtet“, erzählt sie. Besonders schätzt Lena die enge Kooperation der Völker-Schule mit der Hochschule Osnabrück. Diese Partnerschaft bietet den Auszubildenden eine große Chance: Nach Abschluss der dreijährigen Ausbildung besteht die Möglichkeit, in ein Bachelorstudium einzusteigen, das nur drei weitere Semester in Anspruch nimmt. Dadurch können Absolventen bereits in kurzer Zeit sowohl ihre praktische Ausbildung als auch einen akademischen Abschluss erlangen.

DER WEG ZUR ERGOTHERAPIE – EIN PRÄGENDES ERLEBNIS

Die Entscheidung für einen bestimmten Beruf basiert oft auf prägenden Erlebnissen. Für Lena war es ein Praktikum im Seniorenheim,

“ Es war beeindruckend zu sehen, wie Menschen nach einer schweren Erkrankung mit der richtigen Therapie Fortschritte machen und wieder eigenständig gehen lernen.”



Fotos: Philipp Hülsmann

das ihre Begeisterung für die Ergotherapie entfachte. „Ich wusste damals noch nicht genau, was ich beruflich machen wollte, aber das Praktikum in der sozialen Betreuung eines Seniorenheims hat mich beeindruckt. Dort arbeitete ein Ergotherapeut, und ich habe gesehen, wie wertvoll seine Arbeit für die Bewohner war. Die Dankbarkeit und Wertschätzung, die ihm entgegengebracht wurde, fand ich unglaublich schön. Das war der Moment, in dem mir klar wurde: Das möchte ich auch machen!“

DAS BREITE TÄTIGKEITSFELD DER ERGOTHE- RAPIE

Ergotherapeuten unterstützen Menschen dabei, ihre Selbstständigkeit und Lebensqualität zu verbessern. Die Klienten erhalten eine gezielte Therapie, die dabei helfen soll, ihren individuellen Alltag möglichst unbeschwert ausleben zu können. Der Beruf ist breit gefächert und deckt verschiedene Fachbereiche ab. In der Neurologie arbeitet man mit Menschen mit neurologischen Erkrankungen wie einem Schlaganfall. Eine mögliche Intervention eines Ergotherapeuten könnte bei diesem Krankheitsbild zum Beispiel die Hilfsmittelversorgung mit einem Einhänderbrett sein.

Der Fachbereich Pädiatrie umfasst die Arbeit mit Kindern. Hier hängen Alltagsprobleme häufig mit kognitiven oder motorischen Entwicklungsverzögerungen zusammen. Ein beispielhafter Inhalt der Therapie kann unter anderem das Training der richtigen Stifthaltung zur Verbesserung der Graphomotorik sein. In der Psychiatrie erhalten Menschen mit Depressionen oder anderen psychischen Erkrankungen Unterstützung, um ihren Alltag besser



zu strukturieren und neue Denkstrategien zu entwickeln. In der Arbeitstherapie arbeiten Ergotherapeuten nicht nur mit Menschen des allgemeinen Arbeitsmarktes zusammen, sondern häufig auch in Einrichtungen wie Werkstätten für behinderte Menschen. Es werden arbeitsfähige Strukturen geschaffen und individuelle Fähigkeiten gefördert. Die Orthopädie kann zum Beispiel den Umgang mit Prothesen beinhalten, die nach Unfällen oder bei Fehlentwicklungen eingesetzt werden.

Text: Felicitas Ehrhardt



KANAL PROFIS AM WERK

Sie kümmern sich mit Hightech um verlässliche Wasserkreisläufe

Ohne Abwasser kann es kein frisches Trinkwasser geben. Denn das Nass, das aus dem Hahn fließt, ist über Jahrtausende hinweg schon unzählige Male um die Erde gereist. Knapp 600.000 Kilometer, das sind gut 15 Erdumrundungen, misst die Kanalisation allein in Deutschland. Zusammen mit rund 10.000 Kläranlagen sowie unzähligen Schächten und Anschlüssen zählt dieses Netz zu den wichtigsten Infrastrukturen des Landes. Verantwortlich für den einwandfreien Zustand der zumeist unterirdischen Kanäle sind Umwelttechnologien für Rohrleitungsnetze und Industrieanlagen.



HIGHTECH IM KANAL

Das Kanalnetz wird täglich stark beansprucht. Daher muss es regelmäßig gewartet, vorausschauend instand gehalten und bei Bedarf saniert werden. Hier kommen Umwelttechnologien für Rohrleitungsnetze und Industrieanlagen ins Spiel. Ein Start in das zukunftssichere Berufsfeld ist direkt nach dem Schulabschluss bundesweit mit einer fundierten dreijährigen Ausbildung möglich. Mit einem „Kanalreiniger“ von früher hat der heutige Beruf nichts mehr zu tun: Die Umwelttechnologien untersuchen Rohre und Kanäle mit hochauflösenden Kameras und KI-Unter-

stützung, legen 3D-Pläne an, dirigieren Roboter durch das Netz und bedienen millionenteure Spül- und Saugfahrzeuge. Auf diese Weise sorgen sie dafür, dass Kanäle, Schächte und Anschlüsse stets intakt sind.

Ebenso helfen sie bei Abflussproblemen in privaten Haushalten und schützen mit ihrer Arbeit die Umwelt. Hightech in Form ferngesteuerter Gerätschaften kommt beispielsweise auch bei Ausbesserungsarbeiten zum Einsatz.

MODERNER AUSBILDUNGSBERUF MIT ZUKUNFT

Nach einem erfolgreichen Ausbildungsabschluss sind Umwelttechnologien für Rohrleitungsnetze und Industrieanlagen gefragte Spezialisten mit sicheren Berufsaussichten. Zudem können sie sich fortlaufend weiterbilden und somit ihren persönlichen Karriereweg beschreiten – beispielsweise als zertifizierter Kanalsanierungsberater, Meister, Techniker oder auch als Ingenieur.

Text: djd Foto: DJD/VDRK/Andreas Arnold

Hier
zählst
du

Auszubildende Kaufleute für Versicherungen und Finanzanlagen

WENN du bereit für deine berufliche Zukunft bist und mit deiner Persönlichkeit durchstarten möchtest, DANN ist unsere Ausbildung optimal für dich!

Das bringst du mit:

- ✓ mindestens einen erweiterten Sekundarabschluss I
- ✓ Spaß daran, auf Menschen zuzugehen
- ✓ du lernst und arbeitest gerne selbständig und eigenständig

Das bieten wir dir:

- ✓ zu Beginn ein Gehalt über 1.200 Euro
- ✓ ein familiäres Arbeitsumfeld
- ✓ Kontakt zu Kundinnen und Kunden
- ✓ von Anfang an attraktive Agenturen ganz in der Nähe deines Wohnorts
- ✓ Weiterbildungsangebote an unterschiedlichen Standorten



Alle Infos unter
ausbildung.vgh.de

VGH 
fair versichert



MEHR GELD FÜR DICH

Spartipps für deine Ausbildungszeit

Machen wir uns nichts vor, als Azubi kann ich keine 500 Euro monatlich zur Seite legen, das ist utopisch. Und selbst wenn es möglich wäre, würden es die wenigsten machen - schließlich ist es das erste, eigene, hart verdiente Geld. Doch was könnt ihr tun, damit am Ende des Monats mehr Geld übrig bleibt? Und wie bekommt ihr einen Überblick und ein Gefühl für das Geld, was ihr verdient? Dazu die wichtigste Frage: Was müsst ihr nun eigentlich bezahlen - und was nicht?

ARBEITSMITTEL

Die Ausbildung beginnt und eigentlich scheint alles bereit für einen erfolgreichen Start. Doch oft muss noch einiges besorgt werden – von der passenden Sicherheitskleidung bis hin zu Werkzeugen. Das kann schnell teuer werden. Muss ich das als Azubi selbst bezahlen? Im Berufsbildungsgesetz (Paragraf 14) ist folgendes festgelegt: Azubis bekommen die Ausbildungsmittel kostenlos zur Verfügung gestellt, insbesondere Werkzeuge, Werkstoffe und Fachliteratur, die zur Berufsausbildung und zum Ablegen von Zwischen- und Abschlussprüfungen erforderlich sind. Bei Schulbüchern und Lernmitteln für die Berufsschule ist der Betrieb nicht verantwortlich. Entweder die Berufsschule stellt Bücher und Co. - oder Auszubildende müssen sie bezahlen. Denn Schulbücher zählen nicht als Fachliteratur für die betriebliche Ausbildung.

STAATLICHE HILFE

Es gibt zum Beispiel die Berufsausbildungsbeihilfe oder das Wohngeld, welches du als staatliche Hilfe in Anspruch nehmen kannst. Welche Voraussetzungen jeweils gelten, erfährst du bei der Bundesagentur für Arbeit beziehungsweise bei der örtlichen Wohngeldstelle der Kommune.

DER EIGENE HAUSHALT

Mithilfe eines Haushaltsbuchs kann jeder dokumentieren, welche Einnahmen reinkommen und wofür das Geld Monat für Monat ausgegeben wird. Das schafft ein Gefühl dafür, wohin das Geld fließt und wo womöglich Verbesserungspotenzial besteht. Gerade Spontankäufe, Handykosten, Streaming- und Fitnessstudio-Abos können sich zu einer ordentlichen Summe addieren. Zudem hilft es, gewisse Budgets festzulegen - etwa für Miete, Essen, Kleidung und Freizeit und diese auch einzuhalten. Spontankäufe können richtig weh tun! Auch wenn es manchmal nervig scheint, eine Einkaufsliste hilft enorm, den täglichen Bedarf günstig zu decken.



POLICEN FÜR HANDY UND CO.

Verbraucherschützer raten davon ab, Versicherungsabschlüsse wie Policen für das Handy, Tablet oder Notebook abzuschließen. Grund: Sie sind vergleichsweise teuer, versichern aber ein überschaubares Risiko.

VERMÖGENSWIRKSAME LEISTUNGEN

Falls ihr einen Anspruch darauf habt, solltet ihr euch die Vermögenswirksamen Leistungen (VL) nicht entgehen lassen. Viele Arbeitgeber fördern den Vermögensaufbau mit Zuschüssen von bis zu 40 Euro pro Monat. Dieses Geld könnt ihr euch direkt in einen VL-Vertrag, einen VL-Fondssparplan oder einen VL-Bausparvertrag einzahlen lassen. Die staatliche Arbeitnehmer-Sparzulage kommt gegebenenfalls on top. Eine Nachfrage im Betrieb lohnt sich auf jeden Fall.

VERSICHERUNGEN

Setzt euch mit euren Eltern zusammen und sprecht über euren Versicherungsschutz. Beispiel: Wenn ihr noch zu Hause wohnt, seid ihr in der Regel über die Privathaftpflicht eurer Eltern mitversichert und müsst keine eigene Privathaftpflicht abschließen.



DIE 50-30-20-REGEL

Wie viel ihr wirklich sparen könnt, hängt größtenteils davon ab, ob ihr für eure eigenen Lebenshaltungskosten selbst aufkommen müsst - oder nicht. Azubis, die zu Hause bei den Eltern wohnen, dort essen und leben, haben ein ganz anderes Sparpotenzial als die Azubis, die in eine WG oder Wohnung ziehen. Das Institut für Finanzdienstleistungen empfiehlt die 50-30-20-Regel. Nach ihr solltet etwa mit 50 Prozent des Gehalts sämtliche Fixausgaben wie Miete und Rechnungen bezahlt sein. 30 Prozent davon können für persönliche Bedürfnisse wie Hobbys und die Freizeitgestaltung ausgegeben werden und weitere 20 Prozent sollten fürs Sparen verwendet werden.

Text: ac



MIT DIR MACHEN WIR ALLES PLATT!

Beginn deine **Ausbildung** als

MECHATRIKER (M/W/D)

ELEKTRONIKER (M/W/D)

METALLBAUER (M/W/D)

ab dem 01.08.2025 in Lathen.

BERGMANN
Maschinen
für die Abfallwirtschaft

Scannen, swipen und
einfach per **WhatsApp**
oder **E-Mail** bewerben:
www.bergmann-ausbildung.de



AZUBI- STECKBRIEF

Name:

NELL HEHMANN

Alter:

23 JAHRE

Wohnort:

GEORGSMARIENHÜTTE

Schulabschluss:

**ALLGEMEINE HOCHSCHULREIFE,
SOZIALPÄDAGOGISCHE
ASSISTENTIN**

Ausbildungsbetrieb:

BBS IM MARIENHEIM



AUSBILDUNG ZUR ERZIEHER/IN AN DER BBS IM MARIENHEIM

Ein umfassender Einblick in den Weg, Alltag und Herausforderungen

Nell Hehmann und Dominik Arnhold haben sich bewusst für den pädagogischen Weg entschieden und befinden sich aktuell in der Ausbildung zur Erzieherin bzw. zum Erzieher an der Berufsbildenden Schule (BBS) im Marienheim in Osnabrück Gut Sutthausen. Beide haben zuvor die Ausbildung zur sozialpädagogischen Assistenz (SAS) am Marienheim abgeschlossen – eine notwendige Voraussetzung, um die Ausbildung zur Erzieherin oder zum Erzieher beginnen zu können. Ihre Geschichten zeigen, wie unterschiedlich die persönlichen Hintergründe sein können und wie beide eine gemeinsame Leidenschaft für die Arbeit mit Kindern entwickelt haben.

So berichtet Nell, 23 Jahre alt aus Georgsmarienhütte, von ihren frühen Erfahrungen: „Ich habe immer schon Nachhilfe gegeben und auch in der Familie auf Kinder aufgepasst. Daher wusste ich schon früh, dass ich etwas mit Kindern machen möchte.“ Dominik, 25 Jahre alt aus Belm, erinnert sich an einen besonderen Moment, der seinen Weg prägte: „Ich habe für einen Lieferdienst Essen ausgefahren, und unter den Kunden war auch eine Kindertagesstätte. Es war einfach schön, wenn die Kinder schon am Zaun auf mich gewartet und mich dann ausgefragt haben.“

An der BBS im Marienheim erlernen die Auszubildenden ein breites Spektrum an fachlichen und sozialen Kompetenzen. Neben theoretischen Grundlagen in Pädagogik und Psychologie stehen aktuelle Erziehungsansätze im Fokus. Dominik fasst zusammen: „Wir befassen uns mit Dingen wie partizipativen Ansätzen, Montessori-Pädagogik, Kinderrechten sowie Vielfalt und Inklusion als wichtige und aktuelle Themen.“ Auch der Aspekt der Selbstständigkeit wird betont, denn es geht nicht nur um die Vermittlung von Wissen, sondern auch um die persönliche Weiterentwicklung der zukünftigen Erzieherinnen und Erzieher. Nell ergänzt: „Unsere Ausbildung hilft uns, uns persönlich weiterzuentwickeln, indem wir sowohl fachliche als auch soziale Kompetenzen erlernen, mit denen wir die Kinder und Jugendlichen unterstützend begleiten können.“

Der Alltag in der Ausbildung ist geprägt von vielfältigen Aufgaben und wechselnden Herausforderungen. In der Wohngruppe, wo Nell tätig ist, startet ihr Tag mittags. „Mein Tag beginnt um



AZUBI- STECKBRIEF

Name:
DOMINIK ARNHOLD

Alter:
25 JAHRE

Wohnort:
BELM

Schulabschluss:
**ALLGEMEINE HOCHSCHULREIFE,
SOZIALPÄDAGOGISCHER ASSISTENT**

Ausbildungsbetrieb:
BBS IM MARIENHEIM

Fotos: Philipp Hülsmann

halb 12 und geht bis 20 Uhr abends. Zunächst mache ich mit einer Kollegin die Übergabe und lasse mir erzählen, wie die Nacht war“, berichtet sie. Danach folgt das gemeinsame Mittagessen und die Planung des Nachmittags, der von Hausaufgabenbetreuung über Fahrdienste bis hin zu kreativen Angeboten reicht und mit der Zubereitung des Abendbrotes ausklingt. Gegen acht Uhr abends erfolgt schließlich die Übergabe an die Kollegin für die Nacht.

Dominik hingegen arbeitet in einer Kita. „Bei mir beginnt der Tag früh, ich arbeite von acht bis 16:30 Uhr“, erklärt er. Er hebt hervor, wie wichtig es ist, den Kindern neben strukturierten Angeboten auch Freiräume zu geben: „Die Kinder beschäftigen sich eigentlich gut selbst, aber natürlich biete ich Bastelaktionen, Mittagskreis oder Vorlesezeiten an und begleite die Gruppe.“

Beide stehen täglich vor neuen Herausforderungen. Dominik betont: „Geduldig zu sein – jeder Tag ist anders, und manchmal läuft es eben nicht so, wie man sich das erhofft hat. Kinder in der Trotzphase wollen ihren eigenen Willen kennenlernen. Es ist wichtig, dass sie sich gesehen und respektiert fühlen.“ Nell erläutert den Umgang mit Jugendlichen: „Ich arbeite mit Teenagern, die an der Schwelle zum Erwachsenwerden stehen. Hier ist es wichtig, ihre Meinungen ernst zu nehmen und gemeinsam Lösungen zu finden.“ Erfolgserlebnisse bestätigen beiden die Erfüllung im Beruf. Dominik sagt: „Es ist jeden Tag eine Bestätigung, wenn man die Kinder sieht, mit ihnen lacht und den Alltag gestaltet.“

Die Fürsorge, die in diesem Beruf verlangt wird, zeigt sich oft auch in besonderen Situationen. Nell erinnert sich: „Einmal habe ich an einem Elternabend teilgenommen und bin auch schon länger für ein Kind geblieben, das seine Eltern sehr vermisste. Solche Momente machen deutlich, wie wichtig es ist, für die Kinder da zu sein, auch über den Feierabend hinaus. Doch mit der Unterstützung meines Teams und meiner Kollegen gelingt es, diese Verantwortung zu tragen.“

Beide Auszubildenden heben hervor, wie wichtig der Rückhalt durch die Teams in ihren Betrieben und durch die Lehrer ist. „Als ich meine praktische Prüfung der Ausbildung sozialpädagogischer Assistenz hatte, haben meine Kollegen eine kleine Feier organisiert. Das war ein unheimlich schönes Moment“, erklärt Dominik.

Mit Blick auf die Zukunft haben beide klare Vorstellungen. Dominik hat ambitionierte Ziele: „Ich möchte sehr gerne irgendwann eine Ausbildung zum Praxismentor machen, weil ich glaube, dass ich anderen den Beruf des Erziehers gut beibringen kann. Irgendwann später könnte ich vielleicht auch die Weiterbildung zur Kitaleitung in Angriff nehmen.“



Nell hingegen plant, in der Jugendhilfe zu bleiben und sich weiterzubilden. Sie erwähnt: „Nächste Woche haben wir beispielsweise ein Kolloquium mit dem Schwerpunkt Religionspädagogik – das interessiert mich und zeigt, wie vielfältig die Möglichkeiten in diesem Beruf sind.“

Für alle, die darüber nachdenken, in den pädagogischen Bereich einzusteigen, geben beide den Rat, möglichst früh praktische Erfahrungen zu sammeln. Dominik empfiehlt: „Ein Praktikum in einer Einrichtung zu machen, sich einen Überblick zu verschaffen, welche Aufgabenfelder und Anforderungen es gibt – das kann ich nur empfehlen.“ Auch Nell betont den Wert von Informationsveranstaltungen: „Unsere Schule bietet Veranstaltungen an, bei denen man mit den Lehrern und Auszubildenden und Schüler/innen sprechen und sich umfassend informieren kann.“

Abschließend unterstreichen beide, welche Eigenschaften im Beruf der Erzieherin beziehungsweise des Erziehers unabdingbar sind. „Belastbarkeit, Resilienz und Flexibi-

lität sind essenziell“, so erklärt Nell. Dominik ergänzt: „Auch Geduld, Offenheit und Toleranz spielen eine wichtige Rolle.“



Die Ausbildung zur Erzieherin an der BBS im Marienheim ist weit mehr als nur das Erlernen theoretischer Inhalte – sie ist ein intensiver, praxisnaher Weg, der von täglichen Herausforderungen, abwechslungsreichen Aufgaben und Momenten geprägt ist, die einen über sich selbst hinauswachsen lassen. Wie Dominik treffend zusammenfasst: „Für mich ist es eine tolle Bestätigung, wenn die Kinder sich freuen, mich morgens zu sehen, und fragen, ob wir etwas gemeinsam unternehmen können. Das zeigt mir, dass ich einiges richtig mache.“ Und auch Nell bringt es auf den Punkt: „Die Abwechslung und die Möglichkeit, wirklich etwas zu bewegen, machen diesen Beruf so besonders.“ *Text: ac*

Foto: Philipp Hülsmann



TEILST DU UNSERE VISION VON EINER BESSEREN ZUKUNFT?

DEINE AUSBILDUNG* BEI DER LM GROUP

* ALLE MWVD

- III INDUSTRIEKAUFMANN
- III ELEKTRIKER FÜR BETRIEBSTECHNIK
- III FACHKRAFT FÜR LAGERLOGISTIK
- III INDUSTRIEMECHANIKER
- III KONSTRUKTIONSMCHANIKER
- III MASCHINEN- & ANLAGENFÜHRER
- III MECHATRONIKER
- III METALLBAUER (KONSTRUKTIONSTECHNIK)
- III TECHNISCHER PRODUKTDESIGNER (MASCHINEN- & ANLAGENTECHNIK)
- III TECHNISCHER SYSTEMPLANER (METALL- & STAHLBAUTECHNIK)

UNSERE STANDORTE

- 📍 MEPPEN 📍 DÖRPEN 📍 BERGISCH GLADBACH
- 📍 HAREN 📍 NIEDERLANGEN 📍 HAMBURG



5-TÄGIGER AZUBI-SEGELTÖRN

FIRMENFITNESS MIT WELLPASS

DUZ-KULTUR

30 TAGE URLAUB

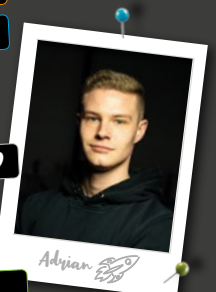
URLAUBS- & WEIHNACHTSGELD

JOB-ROTATION

INTERNATIONALE TEAMS

GUTE ÜBERNAHMECHANCEN

KOSTENÜBERNAHME FÜR SCHULBÜCHER & PRÜFUNGSVORBEREITUNGSKURSE



WWW.LM-GROUP.COM



BANKBRANCHE: IMMER ÖFTER OHNE ANZUG UND KRAWATTE

Foto: istock.com/Wajid

Nicht nur zum Ende der Schulzeit, sondern vielleicht auch zwischendurch müssen sich Menschen die Weichen für ihre berufliche Zukunft stellen oder sich neu orientieren. Im Bankensektor etwa sind in Zeiten des digitalen Wandels viele neue Chancen für Berufsstarter und Quereinsteiger entstanden. Die Jobs sind abwechslungsreich und für viele Menschen attraktiv - und das oft ganz ohne den klassischen Dresscode mit Anzug und Krawatte.

Neben der klassischen Ausbildung zur Bankkauffrau oder zum Bankkaufmann bieten die Banken beispielsweise auch Ausbildungen in ganz anderen Bereichen an – etwa in IT-Berufen, im Dialogmarketing, zur Kauffrau oder zum Kaufmann für Bürokommunikation oder im E-Commerce. Hinzu kommen verschiedene Varianten und Fachrichtungen des dualen Studiums. „Es verbindet von Anfang an Praxiserfahrung mit theoretischem Wissen und einem Bachelorabschluss“, erklärt zum Beispiel Dr. Stephan Weingarz vom Bundesverband der Deutschen Volksbanken und Raiffeisenbanken (BVR). In vielen Banken gibt es ein hohes Maß an Eigenverantwortung, flache Hierarchien und wegen der regionalen Ausrichtung der Institute einen engen Draht zu den Kunden. Immer wichtiger wird auch das Thema Nachhaltigkeit - bei der Beratung der Kunden etwa zur nachhaltigen Geldanlage und im Arbeitsalltag der Azubis selbst. So ermutigt der Wettbewerb „nextGen fürs Klima“ die Azubis in Genossenschaftsbanken, einen eigenen Beitrag für mehr Nachhaltigkeit in ihrer Region zu entwickeln und mit anderen zu teilen.

Im Azubiblog www.wirsindnext.de finden sich viele Geschichten, wie junge Leute den Bankjob und die Ausbildung leben und empfinden.

KEINE ANGST VOR ZAHLEN - UND VOR MENSCHEN

Alles, was mit Zahlen und Geld zu tun hat, sollte von Interesse sein. In die Wertpapierabteilung darf hineingeschnuppert werden, doch zum alltäglichen Bankgeschäft gehört viel mehr dazu. Von der Eröffnung eines Girokontos über Privat- und Firmenkredite, Bausparverträge und Lebensversicherungen bis hin zu Kapitalanlagen müssen Kundenberater einen Überblick haben und schwierige Themen einfach erklären können. Wichtig ist Kontaktfreudigkeit und eine offene und kommunikative Art. Man muss keine Eins in Mathe haben, aber ein gewisses Gespür für Zahlen.

„Tatsächlich ist mein Ausbildungsberuf ein anderer als mein Brotberuf. Ich habe eine Lehre zum Bankkaufmann gemacht - auf sanften Druck meiner Eltern hin“



Foto: Christian Charistius/dpa

Der Schauspieler Christoph Maria Herbst ist gelernter Bankkaufmann. „Tatsächlich ist mein Ausbildungsberuf ein anderer als mein Brotberuf. Ich habe eine Lehre zum Bankkaufmann gemacht - auf sanften Druck meiner Eltern hin“, sagte er der Deutschen Presse-Agentur. Deren Motto sei gewesen: Mach doch etwas Vernünftiges.

Text: dpa, djd, ac

DAS METALL DER ENERGIEWENDE

Berufswelt Kupfer: Spannende Aufgaben rund um das Metall

Kupfer ist ein ständiger Begleiter unseres alltäglichen Lebens, auch wenn uns das nur selten bewusst ist. Dieses wichtige Funktions- und Industriemetall ist entscheidend daran beteiligt, dass wir per Smartphone, Tablet und PC miteinander in Verbindung stehen. Es ist unersetzlich in der Energieerzeugung aus Wind, Wasser und Sonne und sorgt dafür, dass der Strom bis nach Hause zu unseren Steckdosen gelangt. Und kontinuierlich kümmern sich Menschen weltweit darum, mithilfe von Kupfer umweltfreundliche Technologien zu entwickeln, Anwendungen zu verbessern und neue Einsatzgebiete zu erschließen, die unser Leben bereichern. Entsprechend vielfältig und zukunftssträftig sind die Berufsbilder und Branchen, in denen das rote Metall eine Rolle spielt.

ZUKUNFTSWERKSTOFF MIT GUTEN ENTWICKLUNGSPERSPEKTIVEN

In der gesamten Wertschöpfung von Kupfer gibt es eine Vielzahl von Berufsbildern. Sie reichen von Metallbe- und Verarbeitern über Techniker und Elektroniker, Kaufleute und Ingenieure bis hin zu Wissenschaftlern und Grundlagenforschern oder Fachleuten für erneuerbare Energien. Der Einstieg in spannende Jobs rund um Kupfer ist auf vielen Wegen möglich. Die klassische Ausbildung im dualen System mit einer Lehre im Betrieb und in der Berufsschule führt zu anspruchsvollen technischen und handwerklichen Tätigkeiten, etwa als Feinwerk-, Fertigungs-, Industrie- oder Gießereimechaniker. Und später? Über ein Studium eröffnen sich vielfältige Möglichkeiten im Ingenieurwesen, in der Elektronik oder in der Wissenschaft.

SCHAU MAL ONLINE NACH

Auf der Website www.kupfer.de gibt es viele weitere Infos zu allen typischen Berufen in der Kupferindustrie. Dazu auch Links zu den Mitgliedsunternehmen des Kupferverbands, die auf ihren Websites Stellen- und Ausbildungsangebote veröffentlichen. Unter dem Hashtag #copperjobs läuft zudem eine Kampagne mit Einblicken in Kupferberufe. Neben den innovativen Anwendungen in der Energieerzeugung und -verteilung, in der Elektronik und Elektromobilität spielt Kupfer auch in traditionellen Handwerken eine Rolle. Installateure setzen es für Trinkwasser-, Gas- und Heizungsleitungen ein, Elektrohandwerker legen täglich Kupferleitungen. In der Architektur wird das Metall wegen seiner ästhetischen Eigenschaften und Haltbarkeit zum Beispiel für Bedachungen und Fassadenverkleidungen geschätzt. Musikinstrumentenbauer nutzen es als Messinglegierung für die Herstellung von Trompete, Posaune und Co. Und ganz klassisch wird Kupfer in verschiedenen Legierungen bei der Münzprägung eingesetzt. So sorgt das rote Metall für sichere Arbeitsplätze in vielen Bereichen - auch außerhalb der Kupferindustrie.



ÜBER 400 LEGIERUNGEN

Kupfer ist zusammen mit seinen über 400 Legierungen wichtiger Bestandteil innovativer Entwicklungen in vielen Bereichen des täglichen Lebens – ob in der industriellen Anwendung, der Energietechnik, der Architektur, der Informations- und Kommunikationstechnologie oder anderen innovativen Technologien. Kupfer hat eine hervorragende Wärme- und elektrische Leitfähigkeit und ist sehr beständig, ist ein relativ weiches und dehnbares, aber auch widerstandsfähiges Metall, das sich gut verarbeiten und formen lässt. Legiert mit anderen Metallen kann es weitere Eigenschaften entfalten, darunter Härte, Festigkeit, Relaxationsverhalten und vieles mehr. Zu den bekanntesten Kupferlegierungen zählen Messing und Bronze. **Text:** pm/djd/dpa/ac



Fotos: Christian Charistius/dpa



BERUFSBILDER IN DER KUPFERINDUSTRIE

Elektroniker/in für Betriebstechnik	Zur Hauptaufgabe gehören die Installation und Wartung von elektrischen Anlagen, sowie diese instand zu halten.
Fachkraft für Metalltechnik	Sie stellen Bauteile, Baugruppen oder Konstruktionen aus Metall her. Dazu bearbeiten und montieren sie Metallteile durch verschiedene Techniken unter der Mithilfe unterschiedlicher Maschinen.
Feinwerkmechaniker/in	Sie stellen mittels moderner CNC-Maschinen, konventioneller Maschinen oder auch manueller Arbeit Bauteile aus Metall her, die in Produktionsmaschinen, Prüfeinrichtungen, oder Bearbeitungswerkzeuge eingebaut werden.
Fertigungsmechaniker/in	Sie bearbeiten Einzelteile mit handgeführten Werkzeugen und computergesteuerten Maschinen, um sie anschließend zu industriellen Anlagen und Maschinen zu verbauen.
Gießereimechaniker/in	Sie stellen Gussstücke aus flüssigem Metall her. Aus anfänglichen Zeichnungen und Modellen werden Abdrücke im Formsand und später millimetergenaue Gussstücke aus Messing oder Kupfer.
Industriekauffrau/-mann	Hauptaufgabe ist die Sachbearbeitung in verschiedenen Abteilungen wie Vertrieb, Verwaltung, Einkauf, Logistik, Materialwirtschaft, etc.
Konstruktionsmechaniker/in	Sie stellen Produkte aus Blech her – von der ersten Verarbeitung des Rohmaterials bis hin zur Montage beim Kunden.
Mechatroniker/in	Sie arbeiten Seite an Seite mit anderen Fachkräften an der optimalen Ausgestaltung und Weiterentwicklung unternehmensinterner Prozesse.
Stanz- u. Umformungsmechaniker/in	Sie sind in der Produktion von Stanz- und Umformprodukten und der Prozesssteuerung tätig. Man stellt aus Drähten und Blechen Bauteile und Module für die industrielle Fertigung her. Sie begleiten den gesamten Produktionsprozess und sind für die Qualitätssicherung zuständig.
Zerspanungsmechaniker/in	Sie bearbeiten Werkstoffe wie Kupfer und Kupferlegierungen. Dabei achten sie auf große Genauigkeit und Sorgfalt. Hauptaufgaben von Zerspanungsmechanikern sind die Programmierung, Steuerung und Überwachung von CNC-gesteuerten Werkzeugmaschinen.

Foto: istock.com / deagreez



WIE KOMME ICH MIT ALL DEM DRUCK KLAR?

Wie ein geordneter Alltag mir hilft, nicht den Überblick zu verlieren



**Wir sind
Klasmann-Deilmann**



Was uns antreibt: Das gesunde Wachstum von Pflanzen aller Art - und das auf der ganzen Welt.

Was wir uns wünschen: Dich in unserem Team von über 1000 motivierten Menschen zu begrüßen.

Starte Deine Ausbildung am Hauptsitz Geeste!

Unsere Ausbildungsberufe und dualen Studiengänge (m/w/d):

- Fachinformatiker für Systemintegration
- Industriekaufmann
- Bachelor of Arts (Betriebswirtschaft)
- Bachelor of Science (Wirtschaftsinformatik)

Informiere Dich über uns oder nutze direkt unser Bewerbungsportal unter:
<https://klasmann-deilmann.com/de/karriere/stellenangebote>

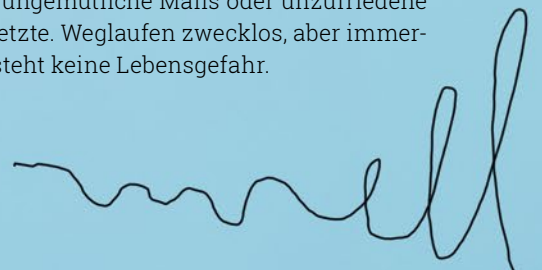


Manchmal ist es einfach nur ein schlechter Tag. Aber dann gibt es auch Phasen, die sich über viele Tage, Wochen oder sogar Monate hinziehen, in denen man sich andauernd müde und gestresst fühlt. Wenn dann noch der Druck im Beruf, allgemeine Krisen und private Krisen zusammenkommen, wird es manchmal zu viel. Damit die Lebensqualität nicht langfristig leidet und sich auch noch gesundheitliche Probleme einstellen, solltet ihr frühzeitig gegensteuern.

DIE REAKTION DES KÖRPERS

Was passiert eigentlich mit meinem Körper, wenn ich unter Druck stehe?

Wenn der Körper unter Stress Botenstoffe wie Adrenalin und Cortisol ausschüttet, wappnet er sich gegen Gefahren: Das Herz schlägt schneller, der Blutdruck steigt und die Muskeln sind angespannt. Früher half diese Stressreaktion, vor gefährlichen Tieren zu flüchten. Heute reagieren wir so auch auf endlos lange To-do-Listen, ungemütliche Mails oder unzufriedene Vorgesetzte. Weglaufen zwecklos, aber immerhin besteht keine Lebensgefahr.



TÄGLICHE RITUALE, DAS LERNEN IN DEN ALLTAG INTEGRIEREN

Wie gehe ich mit Motivationstiefs und Ablenkungen um, die mir das Leben manchmal nicht ganz so leicht machen?

Hier helfen oft einfache Rituale. Täglich pünktlich zur festgelegten Zeit durchlüften, Ablenkungen wegräumen, Material bereitlegen und den Lernplan checken, dann hat man die gefährlichsten Abzweigungen, Richtung Herumtrödeln, meist umgangen. Kurze Pausen alle 20 bis 25 Minuten erleichtern zudem das Durchhalten.

BEWEGUNG DÄMPFT DEN STRESS UND SCHAFFT MOMENTE DER RUHE

Wie gehe ich mit innerer Unruhe um?

Es gilt vor allem, einen entsprechenden Ausgleich und Momente der Ruhe zu finden. Dabei können Entspannungsmethoden wie Meditation, Yoga und Atemübungen hilfreich sein. Körperliche Aktivität setzt Endorphine frei, die als natürliche Stressbekämpfer wirken. Wer zum Beispiel täglich 10.000 Schritte geht, ist auf einem sehr guten Weg.

VON SALAT SCHRUMPFEN NICHT DER BIZEPS

Was soll ich essen, damit ich meinem Körper helfen kann, stark für den Alltag zu sein?

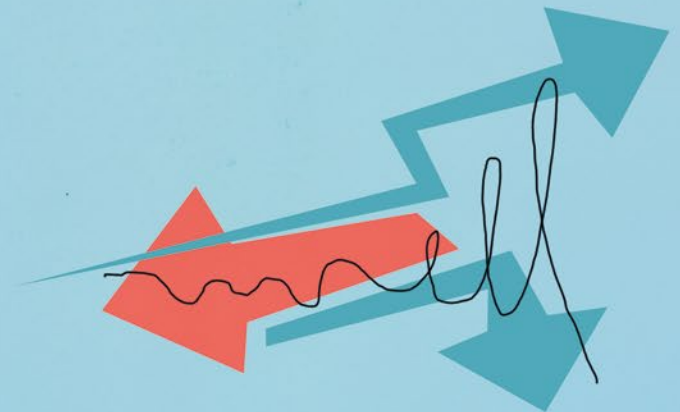
Generell sollte jeder - gerade in stressigen Zeiten - auf eine gute Nährstoffversorgung achten. Porridge mit frischem Obst zum Frühstück tut ebenso gut wie am Abend eine warme Suppe mit buntem Gemüse und Kräutern. Um gesund und fit zu bleiben, sollte man sich also ausgewogen ernähren. Was bedeutet das? Gesund ist von allem ein bisschen und von nichts zu viel. Ein bisschen Schokolade zu naschen, ist ok. Aber eben nicht jeden Abend. Genauso wichtig ist es, regelmäßig Gemüse und Obst zu essen. Dabei gilt: Je bunter, desto besser. Also zum Beispiel Karotten, Tomaten, Gurken und Beeren. Auch Spinat und Rosenkohl sollten auf dem Speiseplan stehen, genauso wie Nüsse und Hülsenfrüchte, das sind etwa Linsen und Bohnen.

ORDNUNG SCHAFFEN - ZU HAUSE, IM KOPF UND BEI DER ARBEIT

Warum schafft Ordnung innere Ruhe?

Wer sich innerlich durcheinander fühlt, greift oft intuitiv zum Putzlapfen oder beginnt, den Schreibtisch aufzuräumen. Gerade in Phasen von Unsicherheit kann das Schaffen von Ordnung eine Art meditativer Prozess sein, der hilft, die Kontrolle über die eigenen Gedanken und Gefühle zurückzugewinnen.

Morgentliche Routinen könnten das Bettenmachen, das Lüften, das Einräumen des Frühstücksgeschirrs in den Geschirrspüler und eine kurze Aufräumrunde im Wohnbereich umfassen. Indem du den Tag ordentlich beginnst, setzt du einen positiven Ton für die verbleibenden Stunden. Und man verringert das Gefühl der Überforderung, das oft entsteht, wenn man nach einem langen Tag nach Hause kommt. Natürlich sind abendliche Routinen dann genauso wichtig. Dazu gehört das Aufräumen der Küche, vielleicht das Frühstück schon vorzubereiten und die Kleidung für den nächsten Tag herauszulegen. Außerdem effektiv: eine 10- bis 15-minütige Blitz-Aufräumrunde durch alle Zimmer, um herumliegende Dinge an ihren Platz zu bringen. Das schafft einen produktiven Tagesabschluss und mehr innere Ruhe. *Text: ac*





Du hast viel vor?
Gut so!

Denn die Energiewende braucht engagierte Menschen, die sich für eine grüne Zukunft einsetzen – dich! Wir machen dich zum Experten für umweltfreundliche Technologien. Wir bilden aus:

- **Mechatroniker** für Kältetechnik (m/w/d)
- **Elektroniker** für Energie- und Gebäudetechnik (m/w/d)
- **Technischer Systemplaner** (m/w/d)
Fachrichtung Versorgungs- und Ausrüstungstechnik
- **Anlagenmechaniker** für Sanitär-, Heizungs- und Klimatechnik (m/w/d)
- **Duales Studium (B.Sc.)**
Schwerpunkt Kältesystem- oder Klimasystemtechnik

Jetzt bewerben!

Otten Kälte-Klima-Elektro GmbH
Industriestr. 22 | 49716 Meppen
T 05931 495950 | www.otten.de
bewerbungen@otten.de



Der Kunde lädt zum Krisen-Call, die Vorgesetzte will wissen, warum das Projekt stockt: Jeder kennt diese Gespräche, die man am liebsten vermeiden würde. Wir haben hier einige Tricks, Tipps und Vorschläge für euch, wie ihr diese Situationen souverän überstehen könnt.



Foto: istock.com/ deagreez

SO MEISTERST DU UNANGENEHME GESPRÄCHE IM JOB

Schwierige Gespräche gehören zum Berufsleben – ob es um eine Gehaltsverhandlung, eine Konfliktsituation im Team oder ein Kritikgespräch mit dem Vorgesetzten geht. Viele zögern, solche Gespräche zu führen, weil sie Angst vor negativen Konsequenzen oder Zurückweisung haben. Doch das verschärft die Situation oft nur. „Wer ein konfliktbehaftetes Thema anspricht, riskiert, die eigene Position oder eine bestehende Beziehung zu gefährden“, sagt die Kommunikationstrainerin Imke Leith. Doch: Je mehr man solche Gespräche meidet, desto größer werde oft die Hemmschwelle, sie irgendwann zu führen. Wer sich dem Austausch jedoch stellt – auch wenn er herausfordernd sein mag – gewinne nicht nur an Klarheit, sondern auch an Selbstbewusstsein und Souveränität.

UNSIKERHEIT ÜBERWINDEN - SICH DIE SCHLIMMSTE FRAGE STELLEN

Statt bei Unsicherheit den Kopf in den Sand zu stecken, lohnt es sich, die eigenen Ängste bewusst zu hinterfragen. Eine einfache Frage hilft oft weiter: Was ist das Schlimmste, das passieren kann? Viele Befürchtungen relativieren sich, wenn man die Antworten darauf aufschreibt oder mit Dritten bespricht. Mit den Konsequenzen, die tatsächlich eintreten könnten, sollte man sich jedoch auseinandersetzen, Alternativen durchdenken oder eine innere Haltung dazu entwickeln.

KLARE ZIELE HABEN UND VORBEREITET IN DAS GESPRÄCH GEHEN

Viele Experten raten, sich vorab immer zu überlegen, warum das Gespräch wichtig ist und welches Ziel man verfolgt. Eine klare innere Haltung helfe, selbstbewusst aufzutreten und Kontrolle zu behalten. Deshalb lohnt es sich auch, Zeit in die Vorbereitung zu investieren und sich zu überlegen:

- Welche Argumente stützen mein Anliegen?
- Welche Gegenargumente könnten kommen – und wie reagiere ich darauf?
- Welche Kernbotschaft will ich vermitteln?

Klarheit und präzise Vorbereitung sind somit das A und O. Das gibt Sicherheit. Und: Je genauer man weiß, was man erreichen will, desto sicherer fühlt man sich auch. Gleichzeitig hilft häufig die Gewissheit, dass man sich selbst nichts beweisen muss. Denn dein Wert hängt nicht davon ab, wie dein Gegenüber entscheidet.

KÖRPERSPRACHE BEWUSST EINSETZEN

Um souverän durch ein herausforderndes berufliches Gespräch zu kommen, sollte man auch auf die eigene Körpersprache achten, denn unsere Körpersprache signalisiert innere Stärke. Eine aufrechte Haltung, ruhige Gesten und ein offener Blick zeigen, dass man hinter seinem Anliegen steht. Eine feste, aber freundliche Stimme signalisiert zusätzlich Entschlossenheit. Gerade wer mit Gegenwind rechnet und deshalb unsicher ist, sollte auf körperliche und mentale Präsenz setzen. Visualisiere dich im Gespräch, atme bewusst tief ein



und aus – das beruhigt das Nervensystem und hilft, fokussiert zu bleiben. Auch eine Anker-Geste könne helfen und zusätzlich Stabilität geben - etwa das bewusste Ablegen der Hände auf den Tisch. Ein bewährter Trick ist auch die Power Pose vor dem Gespräch. Das geht so: zwei Minuten lang aufrecht stehen, Schultern zurück, Hände in die Hüften. Das signalisiert dem Körper Selbstsicherheit und beeinflusst die Ausstrahlung.

FRAGEN STELLEN, AUFMERKSAM SEIN

Wer fragt, der führt – das ist ein grundlegendes rhetorisches Prinzip. Fragen lenken ein Gespräch und zwingen das Gegenüber zur Reflexion. Gleichzeitig verhindert man, dass man sich in eine Verteidigungshaltung drängen lässt. Statt eine Konfrontation zu riskieren, könnt ihr auch gezielt Fragen einsetzen. Etwa: Was stört dich an meinem Vorschlag? Welche Alternativen siehst du? Was wäre für dich eine gute Lösung? So nimmt man dem Gesprächspartner in einem schwierigen Gespräch den Wind aus den Segeln. Anstatt eine pauschale Ablehnung auszusprechen, muss sich die andere Person konkret mit dem Thema auseinandersetzen – und fühlt sich gleichzeitig gehört.

DAS TEMPO SENKEN, NAMEN NENNEN UND AUF KURS BLEIBEN

Wenn das Gespräch doch eine falsche Richtung einschlägt oder emotional aufgeladen wird, ist es wichtig, die Kontrolle zurückzugewinnen. Ein Trick: Den Gegenüber beim Namen ansprechen und eine gezielte Frage stellen, um wieder auf Kurs zu kommen. Denn wenn Menschen ihren Namen hören, hören sie auf - im doppelten Sinne. Sie hören und sie hören auf zu reden – für einen kurzen Moment. Diese Technik zwingt das Gegenüber, sich wieder auf das Wesentliche zu konzentrieren. Falls Emotionen hochkochen oder das Gespräch ins Stocken gerät, hilft es, bewusst das Tempo zu senken. Langsam sprechen, gezielt Pausen machen. Das bringe Ruhe. Es kann auch helfen, freundlich eine Pause vorzuschlagen. Oder das Gespräch, falls nötig, zu vertagen. Etwa mit den Worten: Ich habe das Gefühl, dass wir gerade nicht weiterkommen. Lass uns in Ruhe noch einmal Gedanken machen und das Gespräch morgen fortsetzen.

Text: Amelie Breitenhuber, dpa



VITUS

KARRIERE

...ALS AZUBI ZUM

Heilerziehungspfleger (m/w/d)

Kaufmann für Büromanagement (m/w/d)

Kaufmann für Gesundheitswesen (m/w/d)

...ALS PRAXISORT FÜR

Erzieher (m/w/d)

Altenpfleger (m/w/d)

Pflegefachmann (m/w/d)

Sozialpädagoge (m/w/d)

Ergotherapeut (m/w/d)

Physiotherapeut (m/w/d)

Logopäde (m/w/d)

Psychologe (m/w/d)

...ODER MACH BEI UNS

dein FSJ / deinen BFD

dein duales Studium Soziale Arbeit
über die Berufsakademie Melle

Vitus engagiert sich mit über 950 Mitarbeitenden für
jährlich mehr als 2.500 Menschen durch
heilpädagogische Hilfe, Beratung, Assistenz & Seelsorge.

**WIR HABEN
EINEN PLATZ
FÜR DICH...**

FINDE DEINEN PLATZ BEI UNS

VITUS.JOBS



EIN PLATZ IN DEINEM LEBEN.

DIE GLÜCKSBRINGER



Schornsteinfeger gelten als echte Glücksbringer. Was heute in dem Beruf gefragt ist - und warum man in diesem auch Zeit am Schreibtisch und in Kellern verbringt? Lest selbst.

Viele Menschen glauben daran, dass Schornsteinfeger Glück bringen. Der Glaube kommt aus dem Mittelalter und hat sich bis heute erhalten. Einmal an die Schulter fassen oder einen der goldenen Knöpfe berühren – für die Handwerker in ihrer schwarzen Berufskleidung gehört diese Tradition einfach zum Berufsalltag dazu. Für sie ist es ein schöner Brauch, an dem sie gerne festhalten und den sie von Generation zu Generation weitergeben. Eng mit der Tradition verbunden ist auch die schwarze Zunftkleidung, die tatsächlich als funktionale Arbeitskleidung zum Schutz vor Ruß, Staub und Flammen getragen wird. Abhängig vom Auftrag sind die Schornsteinfeger allerdings ebenso in moderner Arbeits- und Messkleidung anzutreffen. Auch diese ist fast immer in schwarz, gut erkennbar am Handwerkszeichen mit den Schultereisen und den vier Farben und knüpft damit an den hohen Wiedererkennungswert an.

WAS ERWARTET MICH IN DER AUSBILDUNG?

Schornsteinfeger wird man über eine ganz normale dreijährige Berufsausbildung. Es ist naheliegend, danach seine Meisterprüfung abzulegen. Die braucht man, wenn man sich zum Beispiel irgendwann selbstständig machen und auf einen Bezirk bewerben will. Als klassischer Schornsteinfeger hat man zum einen seine tägliche Büroarbeit und geht zum anderen zu den Menschen und macht dort eine Feuerstättenschau. Als Schornsteinfeger sollte man in jedem Fall kommunikationsfreudig sein und keine Angst vor Höhe haben. Der Beruf der Schornsteinfeger ist absolut zukunftsorientiert und das merkt man gerade in diesen Tagen. Die Beratung geht immer stärker hin zur individuellen Planung. Die Schornsteinfeger empfehlen nicht einfach diese oder jene Wärmepumpe, sondern schauen sich das Haus genau an, fragen nach den finanziellen Möglichkeiten der Menschen und klären, ob schon mal etwas am Gebäude gemacht wurde. Rund 11.000 Energieberater in Deutschland sind auch Schornsteinfeger.

WELCHE SCHULFÄCHER SIND WICHTIG?

Die Fächer Chemie, Mathe und Deutsch spielen in der Berufsschule eine große Rolle. Das sind die Fächer, in denen man in der Schule nicht allzu schlecht gewesen sein sollte. Neben diesen Fächern gibt es noch die sogenannte überbetriebliche Lehrlingsunterweisung. Dabei erkunden die Auszubildenden Bereiche, die bei ihrer täglichen Arbeit nicht direkt eine Rolle spielen. Dabei geht es auch um Gifte und Altlasten wie Asbest.

„Einmal an die Schulter fassen oder einen der goldenen Knöpfe berühren – für die Handwerker in ihrer schwarzen Berufskleidung gehört diese Tradition einfach zum Berufsalltag dazu.“

Angehende Azubis brauchen vor allem Kommunikationsfähigkeit und –willen. Denn den Großteil ihrer Zeit verbringt ihr in den Häusern und Wohnungen von Menschen. Ihr solltet außerdem offen, ehrlich und zuverlässig sein. Soziale Handlungskompetenz, technische Fähigkeiten und Schwindelfreiheit – das sind ebenso Fähigkeiten, die jeder Schornsteinfeger braucht. Nach der bestandenen Prüfung stehen den Gesellen dann verschiedene Wege offen: Sie können in einem Schornsteinfeger-Meisterbetrieb ihrem Handwerk nachgehen oder die Meisterprüfung in Angriff nehmen.

In Zukunft werden die Schornsteinfeger ihre fachliche Expertise auf klimafreundliche Technologien konzentrieren, auf eine systemübergreifende Beratung und Betreuung in einem klimaneutralen Gebäudebestand, wie Deutschland ihn bis zum Jahr 2045 anstrebt. Dies fängt bereits bei der Ausbildung an: Seit dem Wintersemester 2024/25 bietet das Schornsteinfegerhandwerk ein neues kombiniertes Ausbildungsmodell an: ein Bachelor-Studium im Fachbereich „Erneuerbare Energien“ mit gleichzeitiger Berufsausbildung. Die berufliche Ausbildung wird damit um akademische Inhalte ergänzt und bietet dem Handwerker Nachwuchs zusätzliche Perspektiven. Parallel bereiten sich die Schornsteinfegerbetriebe mit Qualifizierungsmaßnahmen auf die neuen Aufgaben vor, sodass sie auch weiterhin eine umfassende und unabhängige Betreuung aller Wärmesysteme anbieten können.

Text: dpa, ac, pm

Norman Resnikow ist ein engagierter und neugieriger Azubi, der bei BENTELER Steel/Tube in Lingen genau die richtige Ausbildung für sich gefunden hat. Mit seiner positiven Einstellung und seinem technischen Interesse ist er auf dem besten Weg, eine erfolgreiche Karriere mit Abschluss seiner Ausbildung als Elektroniker für Betriebstechnik zu starten.

„DIE AUSBILDUNG PASST PERFEKT ZU MIR!“

**Norman macht eine Ausbildung
zum Elektroniker für Betriebstechnik
in Lingen**

Dass Norman in diesem Bereich Fuß fassen möchte, war bereits früh klar. „Schon als Kind war ich von Technik fasziniert“, erinnert er sich zurück. Ein Praktikum bei seinem jetzigen Ausbildungsbetrieb hat ihm dann die Augen geöffnet, denn die spannenden Aufgaben und die lehrreiche Zeit dort haben ihn sofort begeistert. Freunde und Bekannte hatten ihm bereits erzählt, dass die Firma eine gute Ausbildung bietet – und sein Praktikum hat das nur bestätigt. „Nach dem Praktikum habe ich mich sofort beworben und hatte das Glück, angenommen zu werden.“

Das Elektrostahlwerk in Lingen, in dem Norman seine Ausbildung absolviert, feierte letztes Jahr sein 50-jähriges Bestehen und steht seit seiner Inbetriebnahme für Kreislaufwirtschaft. Hier entsteht neuer hochwertiger Stahl aus Stahlschrott.

Durch den Einsatz eines Elektrolichtbogenofens und das Recyceln von Schrott verursacht der Standort bei der Stahlherstellung derzeit rund 75 Prozent weniger CO₂ als bei der Stahlherstellung über die klassische Hochofenroute entstehen.

Dabei kann er dem jeweiligen Facharbeiter direkt über die Schulter schauen. Mal optimieren sie bestehende Prozesse, mal beheben sie Störungen der Maschinen und Anlagen. Genau diese Abwechslung macht die Arbeit für Norman spannend, da er ständig Neues lernt und sein technisches Verständnis immer mehr vertiefen kann. In diesem Zuge besucht er ebenfalls ausbildungsübergreifende Seminare. ▶



Fotos: BENTELER



“ Der Rat an mein jüngeres Ich? Offen für Neues sein, viele Fragen stellen und keine Angst vor Fehlern haben – denn aus diesen lernt man am meisten.”

AZUBI- STECKBRIEF

Name:
NORMAN RESNIKOW

Alter:
26 JAHRE

Wohnort:
LINGEN (EMS)

Ausbildung:
**ELEKTRONIKER FÜR
BETRIEBSTECHNIK,
2. AUSBILDUNGSJAHR**

Ausbildungsbetrieb:
BENTELER STEEL/TUBE LINGEN

WIR BILDEN DICH AUS!

- **CNC-ZERSPANUNGSMECHANIKER** (m/w/d)
Fachrichtung Dreh- und Frästechnik
- **MASCHINEN- & ANLAGENFÜHRER** (m/w/d)
- **TECHNISCHE PRODUKTDESIGNER** (m/w/d)
Fachrichtung Maschinen- und Anlagenkonstruktion
- **INDUSTRIEKAUFLEUTE** (m/w/d)



BEWIRB DICH
per Mail an
jobs@wkt-group.com
oder über WhatsApp
0151-17525903

WKT-WERNEMANN KUNSTSTOFFTECHNIK GMBH
Daimlerstraße 5
49744 Geeste-Dalum
www.wkt-group.com

wkt
GROUP



Foto: BENTELER

Normans Arbeitsalltag ist alles andere als eintönig. „Jeder Tag ist hier anders und bringt neue, spannende Aufgaben mit sich.“ Die meiste Zeit arbeitet Norman mit einem Techniker, Meister oder Ingenieur zusammen und unterstützt ihn bei seinen Tätigkeiten.

Mit dem Einsatz von erneuerbaren Energien kann der Emissionswert weiter gesenkt werden. Zur Erzeugung des Elektrostroms werden dabei 100 Prozent Stahlschrott genutzt, aus dem immer wieder neuer, hochwertiger Stahl entsteht – ganz ohne Qualitätsverlust.

Der Standort Lingen steht damit sinnbildlich für den Pionier-, aber auch den Teamgeist bei der Firma. Alle Abteilungen, darunter z.B. die Produktion und das Magazin, arbeiten täglich Hand in Hand zusammen. Besonders beeindruckt ist Norman vom guten Arbeitsklima. „Diese positive Atmosphäre macht die Ausbildung nicht nur lehrreich, sondern auch richtig angenehm“, merkt er an.

Nach seiner Ausbildung möchte Norman in Lingen bleiben und dort als Fachkraft in der Betriebstechnik tätig sein und durch die Übernahmegegarantie nach der Ausbildung ist der Grundstein dafür auf jeden Fall bereits gelegt.

Text: pm

IHR AUTOHAUS IM EMSLAND.

Wir suchen Auszubildende

- **Fachkraft für Lagerlogistik** (m/w/d)
- **Bürokaufmann** (m/w/d)
- **KFZ-Mechatroniker** (m/w/d)
- **Lackierer** (m/w/d)
- **Automobilkaufmann** (m/w/d)

Wenn du in einem freundlichen und engagierten Team arbeiten möchtest, freuen wir uns auf deine Bewerbung!

H. RAKEL

/// AUTOHAUS



www.autohaus-rakel.de



**Familiär.
Freundlich.
Fair.**

DIE ERSTE EIGENE WOHNUNG

Die Träume sind groß und die erste eigene Wohnung oder WG ist etwas ganz Besonderes. Damit ihr euch richtig zu Hause fühlt, haben wir ein paar Wohlfühl-Tipps zusammengestellt und zeigen euch auch, wie ihr vielleicht noch ein paar Euro sparen könnt.

DSCHUNGELEEFELING

Mit einem geschickten Kombinieren von Pflanzen unterschiedlicher Größe und Formen lässt sich ein kleiner, privater Dschungel als Rückzugsort schaffen. Damit die Freude an den immergrünen Mitbewohnern lange währt, kommt es auf die richtige Pflege an.

3 Tipps für eure Zimmerpflanzen:

- 1. Blattpflege:** Damit die Pflanzen ausreichend Licht und Kohlendioxid für eine reibungslose Photosynthese erhalten und Staub auf den Blättern wie eine Barriere für Licht wirkt, sollte man beim Staubwischen auch an die Blätter der Pflanzen denken.
- 2. Umtopfen:** Ein ausreichend großer Topf, frische Erde und etwas Wasser: Oft stecken in der Erde der Pflanzen aus dem Supermarkt oder Discounter Schädlinge, die auf eure anderen Pflanzen übergreifen können. Darum lohnt es sich, die Pflanzen nach dem Kauf umzutopfen.
- 3. Licht, Wasser und Nährstoffe** - mehr braucht eine Pflanze nicht. Was so banal klingt, ist in der Praxis doch mit einigen Tücken verbunden. Direkte und dauerhafte Sonneneinstrahlung etwa kann einzelne Blätter verbrennen, zu dunkle Standorte in der Wohnung bremsen das Wachstum aus. Damit sich keine Staunässe im Blumentopf bildet, sollten Pflanzenfreunde nicht zu viel, dafür aber regelmäßig wässern.

FARBENSPIEL

Farben sind in der Inneneinrichtung viel mehr als ein optisches Detail – sie fördern wesentlich das Wohlbefinden und genau darum lohnt es sich, Farben und ihre Wirkung zu kennen und sie bewusst auszuwählen.

- 1. Blau- und Grüntöne** beispielsweise können entspannend wirken. Hellblau verbinden wir mit Himmel, Ferne, Leichtigkeit. Ein dunkleres Blau hat viel Tiefe – das beruhigt sehr.
- 2. Rot** hingegen wirkt anregend und sollte daher gut dosiert verwendet werden.
- 3. Grün** ist gut für unser Wohlbefinden, da es harmonisch und ausgleichend wirkt. Grüntöne machen sich daher besonders gut in Wohnbereichen, Arbeitsräumen oder Lesecken.

KÜCHENEINRICHTUNG

Die Einrichtung der ersten eigenen Küche ist oft eine Herausforderung. Denn sie soll nicht nur wohnlich, sondern auch funktionell sein – und das bei oft wenig Platz und Budget. Dann ist gute Planung besonders wichtig.

- 1. Eine Küchenzeile** passt in jeden Raum und darin lässt sich alles, was man braucht, gut integrieren. Basics sind hier Kochfeld, Backofen, Kühlschrank und Spüle, dazu Stauraum für Geschirr und Kochutensilien.
- 2. Bei anderen Küchenformen**, etwa der L- oder U-Form, einer zweizeiligen Küche oder einer Kochinsel, solltet ihr auf das sogenannte „Arbeitsdreieck“ achten, also auf kurze Wege zwischen Spüle, Herd und Kühlschrank.
- 3. Wichtig ist auch genug Stauraum** in Schränken, Auszügen oder Dreh-rondellen.

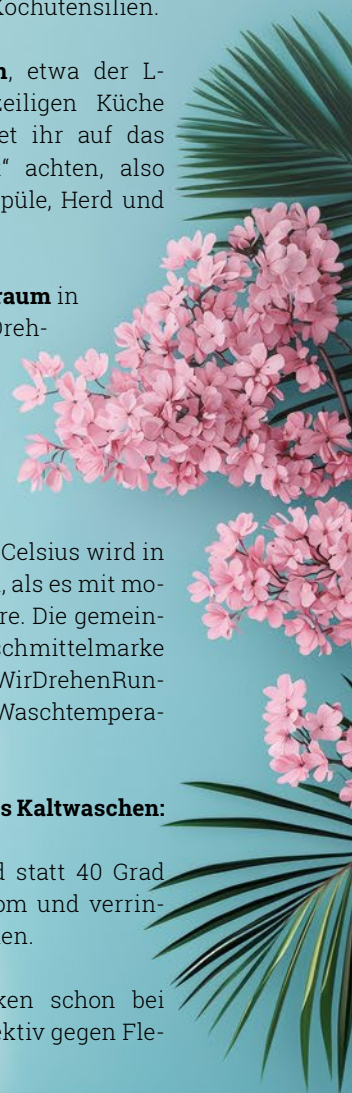
RICHTIG WASCHEN, UMWELT SCHONEN

Mit durchschnittlich 42,2 Grad Celsius wird in Deutschland heißer gewaschen, als es mit modernen Waschmitteln nötig wäre. Die gemeinsame Initiative von einer Waschmittelmarke und dem WWF Deutschland #WirDrehenRunter will zum Runterdrehen der Waschtemperatur motivieren.

Die drei wichtigsten Gründe fürs Kaltwaschen:

- 1. Ein Waschgang bei 30 Grad** statt 40 Grad spart bis zu 38 Prozent Strom und verringert somit die CO₂-Emissionen.
- 2. Moderne Waschmittel** wirken schon bei niedrigen Temperaturen effektiv gegen Flecken.
- 3. Das kalte Waschen** schont die Fasern und Farben der Textilien.

Text: djd, ac



EINE AUSBILDUNG, ZWEI BETRIEBE - WIE FUNKTIONIERT DAS?

Viele Unternehmen haben noch freie Ausbildungsplätze. Um Nachwuchs zu finden, lassen sich die Betriebe einiges einfallen - und kooperieren sogar mit der Konkurrenz



In ihrer Ausbildung transportiert Leoni Löwe Waren ans andere Ende der Welt. Mit dem Schiff oder Flugzeug, ihr künftiges Spezialgebiet ist Libyen. Ihren Schreibtisch in Bremen muss die 20-Jährige dafür aber nie verlassen, sie schreibt Mails oder sitzt an Zollprogrammen. Was genau mit der Ware passiert? Das wusste die Azubine bisher nicht. Bis sie im letzten Sommer im Rahmen ihrer Ausbildung bei einer Spedition in Bremerhaven lernte. Plötzlich saß sie selbst im Lastwagen und war am Hafen. Leoni Löwe ist im dritten Lehrjahr ihrer Ausbildung zur Kauffrau für Spedition- und Logistikdienstleistung - und lernt in zwei Unternehmen, die sich dafür zusammengeschlossen haben. Ihr Ziel: Die Ausbildung soll attraktiver werden. Dafür wechseln die Auszubildenden im zweiten Lehrjahr für vier Wochen das Unternehmen und bekommen andere Einblicke.

KAUM BEWERBUNGEN - VIELE AUSBILDUNGSPLÄTZE UNBESETZT

Es gibt noch einige Unternehmen im Norden, die freie Ausbildungsstellen haben. Nach Angaben der Arbeitsagentur waren in Niedersachsen zuletzt noch mehr als

13.000 Ausbildungsplätze offen. Und der steigende Bewerbermangel stellt einige Unternehmen zunehmend vor Herausforderungen. Laut einer Umfrage der IHK Niedersachsen konnte fast jeder zweite Betrieb im vergangenen Jahr nicht alle Ausbildungsplätze besetzen. Bei mehr als zwei Drittel der betroffenen Unternehmen gingen demnach keine geeigneten Bewerbungen ein. In der Firma, in der Azubine Leoni arbeitet, grübelten sie viel, wie sie wieder mehr Auszubildende gewinnen können. Und kamen dann vor ein paar Jahren auf die Idee mit der Verbundausbildung. Etwa 20 Unternehmen seien interessiert gewesen und stünden seither im Austausch. Auch in anderen Branchen schließen sich Firmen für die Ausbildung zusammen, meist als Stamm- und Partnerbetrieb. Zum Beispiel kooperieren in Bremen elf Handwerksbetriebe auf diese Weise miteinander - darunter Konstruktionsmechaniker, Kfz-Mechatroniker, Metallbauer und Tischler.

ZUSAMMEN GEGEN DEN BEWERBERMANGEL

Es gibt aber noch andere Formen der gemeinsamen Ausbildung: Kleinere oder sehr spezialisierte Unternehmen lagern ganze Ausbildungsabschnitte in andere Betriebe oder Bildungsträger aus. Andere Firmen schließen sich zu einem Verein zusammen, der dann als Ausbilder auftritt. Oder die Betriebe stellen jeweils Auszubildende ein und tauschen sie phasenweise untereinander aus. So beispielsweise in Bremerhaven: Drei Hotels bilden gemeinsam in sieben Berufen im Gastgewerbe aus. Im zweiten und dritten Jahr verbringen die Auszubildenden jeweils ein bis zwei Monate in den Partnerbetrieben. In der Region Hannover gehen zehn Gastro- und Hotelbetriebe noch einen Schritt weiter: Sie haben einen Verbund gegründet und bieten 20 Azubis neben Seminaren in einer eigenen Akademie Hilfe bei Behördengängen oder bei der Wohnungssuche.

Anfangs hatten die beiden Logistikunternehmen aus dem Land Bremen zu kämpfen. Die Herausforderung der Verbundausbildung lag vor allem in der Planung des Zeitraums, in dem der Austausch stattfinden sollte. Hinzu kam der lange Fahrtweg zum anderen Betrieb. Die Firma sponserte den beiden Auszubilden-

„Kleinere oder sehr spezialisierte Unternehmen lagern ganze Ausbildungsabschnitte in andere Betriebe oder Bildungsträger aus.“

den das Bahnticket, Leoni Löwe zog für einen Monat um. Aber auch für das Team bedeutet der Austausch Mehrarbeit. Die Mitarbeitenden müssen in kürzester Zeit Auszubildenden ohne Vorerfahrung in dem Bereich ihrer Arbeit nahebringen. Die beiden Unternehmen wollen die Kooperation dennoch etablieren. Fachlich habe sich die Verbundausbildung schon gelohnt, meint Leoni Löwe. Bei ihrer Station in Bremerhaven habe sie Zollgut begleitet. „Da hatten meine Kolleginnen die Tage tatsächlich Fragen und ich konnte helfen.“ Als sie in der Schule von der Kooperation erzählt habe, hätten sich auch andere Auszubildende dafür interessiert. Also ein Anreiz für Bewerberinnen und Bewerber? „Auf jeden Fall“, meint die 20-Jährige.

Foto: Sina Schuldt, dpa

Text: Mirjam Uhrich, dpa

BÜCKER + ESSING

>>>

Zukunft braucht Instandsetzung.

Wir brauchen dich!

Starte auch du (m/w/d) deine Zukunft bei uns:

AUSBILDUNG

- › Feinwerkmechaniker
- › Zerspanungsmechaniker
- › Fachkraft für Lagerlogistik
- › Kaufleute für Büromanagement
- › Industriekaufleute

PRAKTIKUM

- › Schnupper-, Betriebs-, Jahrespraktikum

BEWIRB DICH JETZT:

/AUSBILDUNG

**BEST PLACE
TO LEARN**

TOP-AUSBILDER
11/2022 - 10/2025

Lingen

www.buecker-essing.de

DU MÖCHTEST ETWAS MIT TIEREN ZU TUN HABEN?

Es gibt so viele Möglichkeiten, sie in unser Berufsleben einzubinden

Agrarwirtschaftlich-technischer Assistent, Fachpraktiker für Landwirt, Fachpraktiker für Pferdewirt, Fachpraktiker/in für Tierpflege, Fischwirt, Landwirt, Medizinischer Technologe, Pferdewirt, Revierjäger, Tiermedizinischer Fachangestellter, Tierpfleger, Tierwirt - es gibt so viele Berufe, die etwas mit unseren geliebten Tieren zu tun haben. In fast jedem zweiten Haushalt in Deutschland leben Hunde, Katzen, Vögel, Kleinsäuger, Fische oder Terrarientiere, wir Menschen leben also sehr gerne mit ihnen zusammen. Und damit die Tiere ihren Bedürfnissen entsprechend gerecht versorgt werden, braucht es Profis, die lebenswichtige Tiernahrung, geeignete Pflege- und Bedarfsartikel herstellen und vertreiben. Ebenfalls sind Fachleute wichtig, die wissen, wie man Tiere tierschutzgerecht hält, pflegt oder wieder heilt, wenn sie krank geworden sind.

Auch für den Bereich Gesundheitsvorsorge, Beratung, Tiererziehung und für das Gestalten und Regeln des Zusammenlebens von Menschen und Tieren gibt es Berufe. Die Liste ist lang, ihr könnt, wenn ihr etwas mit Tieren in eurem alltäglichen Berufsleben unternehmen möchtet, zwischen vielen Berufen wählen. Nicht für alle Berufe gibt es eine konkrete Ausbildung, oft ist zum Beispiel eine Ausbildung als Tierpfleger der Weg in einen anderen Berufszweig wie die des Hundefriseurs oder Hundetrainers. Wir stellen dir ein paar Berufe etwas genauer vor:

PARTNERSCHAFTEN ZWISCHEN MENSCHEN UND TIEREN VERMITTELN

Im Zoofachhandel triffst du bei deiner täglichen Arbeit andere Tierhalter und unterstützt sie bei der Anschaffung von Tiernahrung, Bedarfsartikeln oder Pflegeprodukten für ihre tierischen Mitbewohner. Außerdem vermittelst du Beziehungen zwischen Menschen und Tieren. Als Zoofachhändler brauchst du Talent und Offenheit für die Fachberatung, Teamgeist und Interesse an den Arten. Im Zweifel raten Zoofachhändler auch mal von der Anschaffung eines bestimmten Tieres ab. Zoofachhändler kennen sich mit Tierschutz- und Artenschutzbestimmungen sowie dem Futtermittelrecht aus. Sie verkaufen den Bedarf, der für eine tierschutzgerechte Haltung notwendig ist. Wie in anderen Einzelhandelsbranchen, müssen Zoofachhändler auch körperlich arbeiten, beispielsweise Gehege

reinigen, Ware auspacken oder Paletten transportieren. Tierliebe ist für den Job wichtig, aber als Zoofachhändler/-in gehst du auch mit Zahlen und digitalen Medien um und benötigst kaufmännisches Geschick.

TIERBETREUUNG ALS TRAUMJOB

Wäre es dein Traumjob, den ganzen Tag Tiere zu betreuen? Als Tierpfleger hast du engen Kontakt mit Tieren, während du sie versorgst, transportierst oder betreust. Den Beruf erlernst du entweder in Kliniken oder Forschungseinrichtungen, im Zoo oder in Tierpensionen oder Tierheimen. Alle Tierpfleger wissen viel über die Ernährung und die Haltung der ihnen anvertrauten Tiere. An allen Arbeitsorten sind der Kundenkontakt und die fachliche Beratung wichtig. Körperliche Arbeit ist ein wichtiger Bestandteil in der Arbeit eines Tierpflegers und der sehr enge Kontakt ist beinahe immer vorhanden. Viele Tierpfleger – vor allem aus der Fachrichtung „Tierheim und Tierpension“ – arbeiten im Bereich des Tierverhaltenstrainings, oder in einem Hundesalon. Einige finden Stellen als Berater/-in im Zoofachhandel oder sie bilden sich weiter als Hundefachwirte.



Foto: istock.com/Femmes Digital

KÖPFCHEN UND KÖRPEREINSATZ: LANDWIRTE BRAUCHEN DURCHHAL- TEVERMÖGEN

Frühes Aufstehen, selten freie Wochenenden - und wenn die Kuh kalbt, müssen die Freunde eben warten: Die Arbeit als Landwirt ist anstrengend. Auch wenn Digitalisierung und Nachhaltigkeit den Beruf verändern. Wichtig ist, dass künftige Landwirte körperlich belastbar sind und Durchhaltevermögen mitbringen. Ebenso wie handwerkliches Geschick und lösungsorientiertes Denken. Die Anforderungen an den Beruf nehmen zu, denn die Digitalisierung hält Einzug in die Landwirtschaft. Landwirte müssen komplexe Maschinen einrichten und steuern können - vom Melkroboter, über GPS-gesteuerte Landmaschinen bis zum Fütterungssystem.

Text: pm,dpa, ac

TFA BETREUEN TIERE VOR, WÄHREND UND NACH EINER BEHANDLUNG

Einen direkten Kontakt mit vielen verschiedenen Tierarten hast du als Tiermedizinischer Fachangestellter. Als TFA setzt du dich für die Gesundheit von Tieren ein und unterstützt Tierärzte in ihrer Arbeit. Wenn du Heimtiere wie Hunde, Katzen, Kleinsäuger und Vögel magst, gefällt es dir sicher in einer Kleintierpraxis. In einer Praxis für Nutztiere hast du mit den größeren Tieren wie Rindern oder Pferden zu tun, vielleicht bist du auch mal unterwegs bei Landwirten oder machst Hausbesuche in Pferdeställen. In der Kleintierpraxis oder -klinik bist du oft die erste Ansprechperson für Tierhalter. Du brauchst Einfühlungsvermögen, um ihnen beizustehen, wenn ihre Heimtiere krank sind oder sterben. Und du brauchst ein sensibles Händchen, um die Tiere zu beruhigen und auf die Untersuchung vorzubereiten. Zudem hast du täglich mit Blut, Spritzen und Verletzungen zu tun – starke Nerven sind von Vorteil.

AUF DEM RÜCKEN DER PFERDE

Auf einem Pferdehof zu arbeiten, ist der Traum vieler Menschen. Dafür reicht Spaß am Reiten allein aber nicht aus. Tiere zu pflegen und zu versorgen, ist ein anstrengender Job. Und sie zu trainieren, ist eine hohe Kunst, die viel Gefühl erfordert. Vom Ausreiten bis zur Zucht: Der Job des Pferdewirts hat viele Seiten.



Hier bist **DU**
in deinem
Element

Finde die perfekte Formel für deine
Zukunft und mache bei uns eine Ausbildung als:

- **Chemikant**
- **Chemielaborant**
- **Fachkraft für Lagerlogistik**
- **Industriekaufmann**

Noch unsicher, ob die Chemie stimmt?
Starte jetzt dein Praktikum bei uns!

Am besten direkt bewerben!

Mehr über unsere Ausbildung erfährst du unter:
www.hur.com



GANZ NAH AM MENSCHEN SEIN

Es gibt viele Wege
in die Pflege:
Studieren oder eine
Ausbildung machen?

Foto: istock.com/Jenny Sturm

Wie entscheiden sich Interessierte zwischen Studium und Ausbildung? Neben der Pflegeausbildung gibt es die Möglichkeit, an einer Hochschule ein Bachelorstudium zu absolvieren. Neuerdings bekommen Studierende dafür auch eine Vergütung. Welche Kriterien gibt es noch, um zwischen Ausbildung und Studium zu entscheiden? Für wen eignet sich welcher Weg? Wichtige Fragen und Antworten im Überblick.

WELCHE UNTERSCHIEDE GIBT ES ZWISCHEN AUSBILDUNG UND STUDIUM FÜR PFLEGEBERUFE?

2020 wurde die generalistische Pflegeausbildung mit den neuen Berufsbezeichnungen Pflegefachmann, Pflegefachfrau oder Pflegefachperson eingeführt. Möglich ist eine Berufsausbildung oder ein Bachelorstudium. Beide Wege unterscheiden sich vor allem durch die Zugangsvoraussetzungen und die wissenschaftliche Komponente, die im Pflegestudium einen weitaus höheren Stellenwert hat. Zum Studium gehören auch Praxiseinsätze. Am Ende steht ein Bachelor of Science, Bachelor of Arts oder Bachelor of Nursing zusammen mit der Berufszulassung. Das Pflegestudium befähigt also ebenso wie die Berufsausbildung dazu, als Pflegefachkraft zu arbeiten und sogenannte Vorbehaltsaufgaben wahrzunehmen. Das sind Tätigkeiten, die nur diese Berufsgruppe ausführen darf.

WAS HAT SICH FÜR STUDIERENDE IN DER PFLEGE GENAU GEÄNDERT?

Mit dem im Dezember 2023 in Kraft getretenen Pflegestudiumstärkungsgesetz soll das Studium in der Pflege attraktiver werden. Zum einen ist es nun dual organisiert. Das bedeutet: Studierende schließen einen Ausbildungsvertrag mit einem sogenannten Träger der praktischen Ausbildung, etwa einem Krankenhaus oder einem Pflegedienst. Dieser zahlt ihnen dann für den Zeitraum des Studiums eine Ausbildungsvergütung – in vergleichbarer Höhe wie das Ausbildungsgehalt in der Pflege. In aller Regel wird überall ein nahezu identisches Gehalt bezahlt, was übrigens im Vergleich zu anderen Ausbildungsberufen kein geringes ist, nämlich knapp 1200 Euro im ersten Jahr. Bisher musste das Studium selbstständig oder über Bafög finanziert werden.

WELCHE ZUGANGSVORAUSSETZUNGEN GELTEN?

Schüler mit einem mittleren Schulabschluss können direkt mit der generalistischen Berufsausbildung starten. Mit einem ersten allgemeinbildenden Schulabschluss kann zuerst eine Pflegehelferausbildung absolviert und anschließend eine – eventuell verkürzte - Ausbildung zur Pflegefachperson begonnen werden. Wer das Pflegestudium anstrebt, braucht eine Hochschulzugangsberechtigung. Neben dem Abitur eröffnen viele andere Wege den Zugang zum Studium, Berufserfahrung etwa. Eine erfolgreich abgeschlossene berufliche Pflegeausbildung kann das Pflegestudium um die Hälfte verkürzen. Es gibt unzählige Möglichkeiten, in das Berufsfeld Pflege einzusteigen. Auch der Weg über eine Umschulung ist denkbar.



Foto: istock.com/Pixel-Shot

FÜR WEN EIGNET SICH WELCHER WEG?

Die Entscheidung für Ausbildung oder Studium hängt davon ab, wo und wie man später arbeiten möchte. Schülern, die schon Abitur haben, würden manche Experten eher zum Studium raten. Für die Entscheidungsfindung ist es hilfreich, sich zu überlegen, ob man sich mit pflegewissenschaftlichen Fragen auseinandersetzen und für schwierige Aufgaben der Pflegepraxis evidenzbasierte Lösungen entwickeln möchte. Wer sich für ein Pflegestudium interessiert, sollte Spaß an analytischem Denken haben und sich für die Gestaltung und die Steuerung von Pflege interessieren. Künftige Azubis oder Studierende sollten sich außerdem fragen, ob sie in der Patientenversorgung arbeiten möchten. Wer eher die Lehre oder das Management ansteuert, braucht nicht unbedingt eine Berufszulassung, die über die Pflegeausbildung oder das Pflegestudium erworben werden kann. Dann kann man auch direkt Pflegewissenschaften studieren.



Foto: istock.com/kpanyawan

WELCHE MÖGLICHKEITEN GIBT ES IN DER GESAMTEN SPARTE?

Wer an Pflegeberufe denkt, denkt wahrscheinlich zuerst an ältere Menschen. Aber auch Kinder sind auf die Betreuung von Pflegefachkräften angewiesen. Wenn du beruflich am liebsten mit Kindern arbeiten möchtest, kannst du zum Beispiel über eine Ausbildung zum Kinderpfleger, Erzieher oder Kinderkrankenschwester nachdenken. Im Umgang mit Kindern ist vor allem Geduld, Ausdauer und Einfühlungsvermögen gefragt – ob beim gemeinsamen Basteln, Singen oder Lernen. Pflegeberufe mit älteren Menschen gibt es natürlich ebenso: Neben dem Pflegefachmann kannst du Altenpfleger, Altenpflegehelfer, oder als Fachkraft für Pflegeassistenz arbeiten.

Text: Inga Dreyer, dpa

Wir suchen Dich! Komm zur RWG!

Über uns: Die heutige Raiffeisen-Warengenossenschaft Emsland-Süd eG hat sich zu einem modernen Produktions-, Handels- und Dienstleistungsunternehmen mit den Schwerpunkten Landwirtschaft und Erneuerbare Energie spezialisiert. Zwischen Lingen und Rheine sind wir an 7 Standorten tätig. Von einem breiten Spektrum der Tätigkeitsbereiche kannst du in deiner Ausbildung profitieren. Während und auch danach warten attraktive Aus- und Weiterbildungen auf dich. Bist du interessiert?

Dann freuen wir uns auf deine Bewerbung!

Starte Deine Ausbildung (m/w/d) bei uns als:

- Kaufmann für Groß- und Außenhandelsmanagement
- Kaufmann für Büromanagement
- Kaufmann im Einzelhandel
- Berufskraftfahrer
- Fachlagerist
- Fachkraft für Lagerlogistik
- Fachinformatiker
- Fachkraft Küche
- Duale Studiengänge

Bewirb dich in nur drei Minuten!



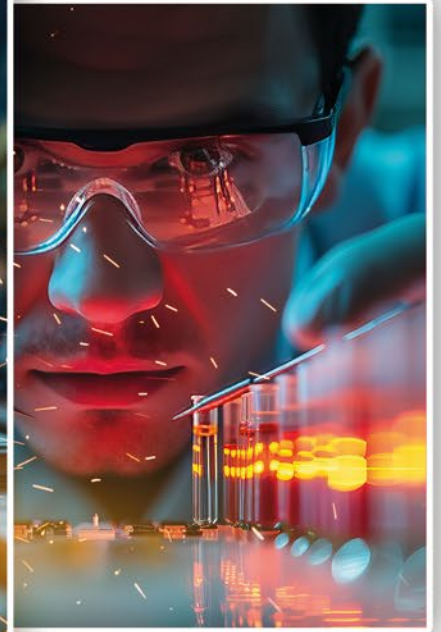
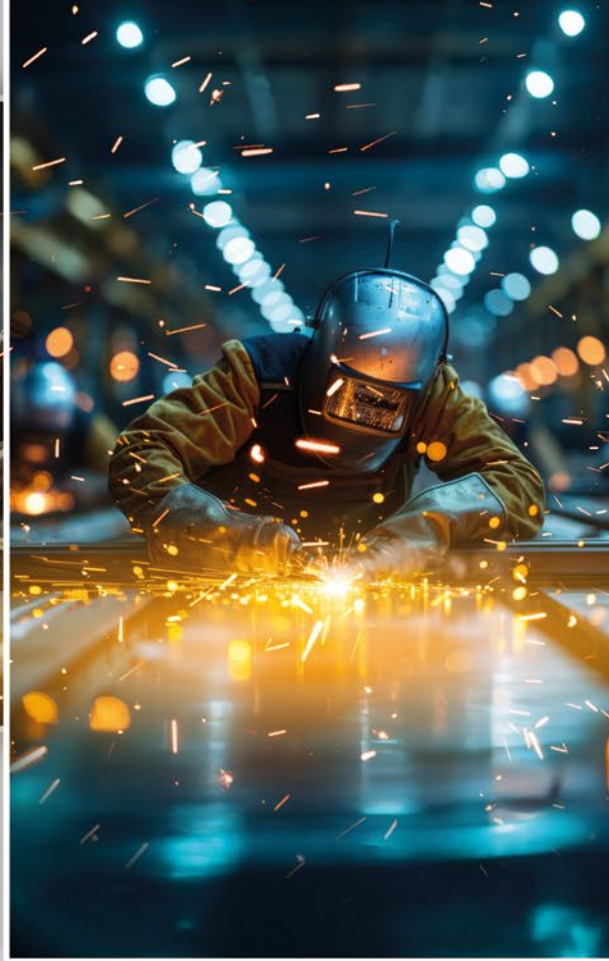


Foto: istock.com/r. Darya, m. Alisa, r.

STAHLHARTE BERUFE

Von schwindelfrei bis kreativ

Im Handwerk fehlt es an Nachwuchs. Dabei haben viele Handwerker ziemlich spannende Aufgaben. Viele junge Leute gingen lieber studieren, statt einen Ausbildungsberuf zu erlernen, sagen Fachleute. Dadurch fehlen schon jetzt Leute. Es könnten aber noch mehr werden. Denn demnächst gehen besonders viele Menschen in den Ruhestand. Es werden dann viele Stellen frei, aber es kommen zu wenig neue Handwerker nach. Dabei gibt es ziemlich spannende Handwerksberufe. Hier lernst du einige von ihnen kennen:

Dachdecker: Für diesen Beruf musst du schwindelfrei sein! Denn für Dachdecker geht es hoch hinaus. Sie steigen auf Häuser und andere Gebäude und reparieren dort die Dächer oder verlegen neue Dachziegel. Manchmal bauen sie auch Regenrinnen an ein Haus oder installieren Solar- oder Blitzschutzanlagen.

Elektroniker: Elektroniker arbeiten in vielen verschiedenen Bereichen. Sie kümmern sich zum Beispiel um die Elektronik in Häusern. Dort installieren sie dann etwa Steckdosen und Lichtschalter und verlegen Kabel. Sie sorgen auch dafür, dass der Strom ohne Störungen im gesamten Gebäude fließt. Häufig kennen sie auch die besten Energiespar-Tipps.

Tischler: Als Tischler kann man kreativ werden. Denn sie verarbeiten Holz und bauen daraus etwa Möbel oder Treppen - ganz nach den Wünschen ihrer Kunden. Häufig reparieren sie aber auch alte Möbelstücke und verleihen ihnen ein neues Leben.

Beton- und Stahlbetonbauer: Menschen, die diesen Beruf ausüben, sind häufig auf Baustellen im Einsatz. Dort kümmern sie sich um alles, was aus Beton oder Stahl gebaut wird. Dazu gehören etwa Gebäude, aber auch Brücken oder Tunnel. Sie verdichten dann etwa den frischen Beton und überprüfen ihn auf Schäden.

Trockenbaumonteur: Während Maurer oft mit die ersten Fachkräfte auf der Baustelle sind, kommen Trockenbaumonteur später zum Einsatz. Mit der Montage von Decken, Wänden und Verkleidungen gestalten sie den Innenraum. Azubis schätzen vor allem die Abwechslung in ihrem Beruf, etwa das Arbeiten mit unterschiedlichen Materialien wie Gips, Metall, Holz, Aluminium, Edelstahl und Kunststoff.



Foto: istock.com/Alexander Chaykin

Raumausstatter: Boden verlegen, Wände tapezieren, Möbel aufpolstern: Raumausstatter sind handwerkliche Allrounder. Azubis lernen, Parkett zu verlegen, sanieren alte Böden, verlegen Teppiche und Linoleum. Braucht ein Raum einen neuen Anstrich, kümmern sie sich um Tapezier- und Malerarbeiten. Neben handwerklicher Tatkraft müssen angehende Raumausstatter deshalb ein Auge für gestalterische Details und ein Gespür für Räume mitbringen.

Bootsbauer: Als Bootsbauer bist du das Multitalent für Schiffe und Boote: Vom Holzkahn bis hin zur Motoryacht – du kennst die Vor- und Nachteile der verschiedenen Werkstoffe und Werkverbundstoffe, weißt, welchen Anforderungen die jeweiligen Boote standhalten müssen, und hast ein Gespür für Design und Gestaltung. Je nach Fachrichtung baust du Boote neu, um oder aus oder bist Spezialist für die Navigationstechnik an Bord.

Fliesen-, Platten- und Mosaikleger: Als Fliesen-, Platten- und Mosaikleger gestaltest du Wand- und Bodenflächen mit Kreativität und Können: Fliesen aus Keramik, Feinsteinzeug oder Naturstein – du kennst dich mit allen Materialien, Verwendungszwecken und Verlegetechniken aus und verleihst Terrassen, Badezimmer, aber auch Schwimmbädern oder Krankenhäusern einen individuellen Look.

Glaser: Als Glaser hast du den fachlichen Durchblick: Glasfassaden, Fenster, Vitrinen, Bilderrahmen und Schaufenster – bei den Einsatzmöglichkeiten von Glas gibt es kaum Grenzen. Du kennst dich mit den Verwendungsmöglichkeiten aus und beherrscht die Verarbeitungstechniken, bist aber auch in gestalterischen Aspekten kompetenter Ansprechpartner.



Foto: istock.com/bannafarsai

Maler/Lackierer: Als Maler und Lackierer gestaltest du Außen- und Innenbereiche und verpasst ihnen einen neuen Look: Wände, Decken, Fassaden oder ganze Gebäude – du streichst, tapezierst oder restaurierst. Dank deiner technischen Fertigkeiten und deinem Sinn für Design verleihst du Oberflächen je nach Fachrichtung ein individuelles Aussehen. Dabei kannst du dich auf Verglasung und Glasbau oder Fenster- und Glasfassadenbau spezialisieren.

Text: dpa, ac

NÖGEL ...die gute Verbindung

Deine Ausbildung

als Fachkraft für Lagerlogistik (m/w/d)

als Kaufmann/-frau für Groß- und Außenhandelsmanagement (m/w/d)



Jetzt bewerben!

www.noegel.de/ausbildung

Koppelweg 1 • 49767 Twist
 ausbildung@noegel.de •  0 59 36 - 93 63 801

HIER GIBT ES RICHTIG VIEL KOHLE

Vergütung nach Tarif: Diese Azubis bekommen am meisten Geld

Habt ihr schon mal über eine Ausbildung zum Rohrleitungsbauer nachgedacht? Rein finanziell gesehen eine gute Wahl, zeigt eine Auswertung der tariflichen Ausbildungsvergütungen. Für relativ viele Azubis legt ein Tarifvertrag fest, wie viel sie während ihrer Lehre verdienen. 2024 gab es den höchsten Anstieg bei den tariflichen Ausbildungsvergütungen seit 1996, wie das Bundesinstitut für Berufsbildung (BIBB) mitteilt. Azubis in tarifgebundenen Betrieben haben 2024 demnach im Durchschnitt über alle Ausbildungsjahre hinweg 1.133 Euro brutto im Monat und damit rund 70 Euro mehr als 2023 verdient. Es gibt aber große Unterschiede je nach Beruf, wie das BIBB in der Auswertung feststellt. Die im gesamtdeutschen Durchschnitt höchste Vergütung nach Tarif gab es im vergangenen Jahr für Azubis im Beruf Rohrleitungsbauer mit monatlich 1.349 Euro. Knapp dahinter folgt auf Platz 2 der Beruf Milchtechnologe mit 1.347 Euro.

60 PROZENT VERDIENEN MEHR ALS 1.100 EURO

Ein Großteil (60 Prozent) der Auszubildenden, die in einem tarifgebundenen Betrieb lernten, erhielt im bundesweiten Durchschnitt eine Ausbildungsvergütung von mehr als 1.100 Euro, etwa ein Viertel mehr als 1.250 Euro. Es gibt aber auch Berufe, bei denen die tarifliche Ausbildungsvergütung durchschnittlich unter 950 Euro pro Monat liegt. Für 25 Berufe hat das BIBB einen bundesweiten Durchschnittswert von weniger als 1.000 Euro ermittelt. Ein Großteil dieser Berufe (16 von 25) gehören zum Handwerk, heißt es - wie etwa die Ausbildung zum Maler und Lackierer (936 Euro) oder zum Bodenleger (882 Euro). Der Auswertung zufolge ist die Ausbildung zum Friseur der Beruf mit den insgesamt niedrigsten tariflichen Ausbildungsvergütungen (719 Euro).

AUSBILDUNG OHNE TARIFVERTRAG: MINDESTVERGÜTUNG GREIFT

Wichtig: Wer in einem Betrieb ohne Tarifbindung oder ohne Tarifvertrag ausgebildet wird, muss häufig mit einer geringeren Vergütung rechnen. Die Mindestausbildungsvergütung legt aber eine Untergrenze fest, die Arbeitgeber nicht unterschreiten dürfen. Die Grenzen werden jährlich neu festgelegt: Wer zum Beispiel 2025 eine Ausbildung beginnt, bekommt demnach im 1. Ausbildungsjahr mindestens 682 Euro monatlich. Im 4. Ausbildungsjahr müssen es dann 955 Euro sein. Zusätzlich gilt für nicht tarifgebundene Betriebe: Die Ausbildungsvergütung darf die für ihre Branche und Region geltenden tariflichen Sätze um maximal 20 Prozent unterschreiten.

Text: pm, dpa

IMPRESSUM

startbereit Ausgabe 2025

Verlag

Neue Osnabrücker Zeitung GmbH & Co. KG
Breiter Gang 10-16
Große Straße 17-19
49074 Osnabrück
Telefon 05 41/310-0

Redaktion

Neue Osnabrücker Zeitung
Anschrift wie Verlag

Konzeption und redaktionelle Umsetzung

Neue Osnabrücker Zeitung
Redaktion Werbevermarktung
Lothar Hausfeld (verantwortlich),
Ann-Christin Fischer
Sebastian Migura
Anschrift wie Verlag

Titelfoto

iStock.com/carballo

Projektleitung

Jasmin Wellmeyer

Gestaltung

Neue Osnabrücker Zeitung
Werbevermarktung | Kreation
Georg Müller

Anzeigen-/Werbeverkauf

Neue Osnabrücker Zeitung
Werbevermarktung
Anschrift wie Verlag

Verantwortlich für Anzeigen-/Werbeverkauf:

Sven Balzer
Anschrift wie Verlag
E-Mail: werbevermarktung@noz.de

Druck

Meinders & Elstermann GmbH & Co. KG
Weberstraße 7
49191 Belm



FÜR DIE AUSBILDUNG BEI UNS? DANN BEWIRB DICH!

UNSERE AUSBILDUNGSBERUFE:

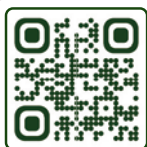
- VERFAHRENSTECHNOLOGE IN DER MÜHLEN- UND GETREIDEWIRTSCHAFT
- FACHKRAFT FÜR LAGERLOGISTIK
- FACHKRAFT FÜR LEBENSMITTELTECHNIK
- MASCHINEN- UND ANLAGENFÜHRER
- BERUFSKRAFTFAHRER
- KFZ-MECHATRONIKER FÜR NUTZFAHRZEUGE
- TIERWIRT
- MECHATRONIKER
- ELEKTROTECHNIKER FÜR BETRIEBSTECHNIK
- INDUSTRIEMECHANIKER
- KAUFMANN FÜR SPEDITION & LOGISTIKDIENSTLEISTUNGEN
- FACHKRAFT FÜR SCHUTZ & SICHERHEIT
- BAUZEICHNER
- FACHINFORMATIKER FÜR SYSTEMINTEGRATION

M/W/D



DAS BIETEN WIR DIR:

- ✓ **FITNESS-BONUSPROGRAMM**
Profitiere von unserem Fitness-Bonusprogramm und genieße Firmenfitness-Angebote.
- ✓ **RABATTE IN UNSEREM GEFLÜGELSHOP**
Als Teil unseres Teams erhältst du exklusive Rabatte in unserem Geflügelshop.
- ✓ **PREMIUMSPONSOR – SV MEPPEN**
Als stolzer Premiumsponsor des SV Meppen bieten wir dir die Möglichkeit, bei den Heimspielen dabei zu sein.
- ✓ **SPASS UND ACTION BEI DEN AZUBI-AKTIONEN**
Azubitag, Fahrsicherheitstrainings, ...
- ✓ **KOSTENÜBERNAHME VON SCHULBÜCHERN**
Wir unterstützen dich finanziell und übernehmen die Kosten für deine Schulbücher.



NÄHERE INFOS ...



WIR FREUEN UNS AUF DICH!

T. 05932 9975 214 • karriere@rothkoetter.de • rothkoetter.de/karriere





KOMM' IN UNSER TEAM!

Ein starker Partner für deinen beruflichen Weg

Wer wir sind und was wir können!

Die EPS BHKW GmbH mit dem Hauptsitz in Beesten bietet umfangreiche Serviceleistungen rund um Gasmotoren. Neben den üblichen Wartungsarbeiten, der Störungsbehebung und Instandsetzungsarbeiten führen wir komplette Revisionen an Motoren und BHKW Modulen in der firmeneigenen Werkstatt oder direkt vor Ort durch. Seit April 2020 sind wir Teil der INNIO Jenbacher Gruppe.



Wir bieten folgende Ausbildungsmöglichkeiten:

Industriemechaniker (m/w/d) - Fachrichtung Instandsetzung

Elektroniker (m/w/d) für Betriebstechnik

Fachkraft (m/w/d) für Lager & Logistik

Industriekaufmann/-frau (m/w/d)

Kaufmann/-frau für Büromanagement (m/w/d)

Praktika - Wir bieten einen Blick hinter die Kulissen...

... und öffnen jungen, motivierten Menschen unsere Türen. Wir bieten den zukünftigen Auszubildenden die Möglichkeit während eines Praktikums einen Eindruck vom Ausbildungsberuf sowie unserem großartigen Team zu bekommen. Schulpraktika sind in allen von uns angebotenen Ausbildungsbereichen möglich.



Bewerbung an:
personal@eps-bhkw.de



EPS BHKW GmbH
Speller Straße 12 | 49832 Beesten
Tel: +49 5905 945 82-0
Mail: info@eps-bhkw.de