

**Hallo Mädchen, hallo dziewczyny,
hola niña, ciao ragazze, salut fillettes,
Merhaba Kizlar, priwet dewochki, hi girls,
dies ist der neue Mädchenmerker
2004/2005:**

- ein Kalender rund um Berufswahl mit Tipps zur Planung eurer schulischen und beruflichen Zukunft.

Ihr bekommt Antworten zu Fragen wie:

- Wann muss ich mich bewerben?
- Wie bewerbe ich mich richtig?
- Welchen Beruf möchte ich erlernen?

Ihr findet Adressen zur Berufsberatung, einen Berufswahl-fahrplan und natürlich noch viele andere Informationen, die Mädchen interessieren... !

Oberbergischer Kreis

Der Landrat

Regionalstelle Frau und Beruf

Moltkestr. 34, 51643 Gummersbach

Telefon: 0 22 61/88 68 88

Fax: 0 22 61/88 68 89

E-mail: frauundberuf.oberberg@t-online.de

Internet: www.frauundberuf-oberberg.de

Ein spaßiges und erfolgreiches Schuljahr wünschen euch

Birgit Steuer

Birgit Steuer

Regionalstelle Frau & Beruf

bedeutet ...
finanzielle Unabhängigkeit.

Sie ermöglicht ...
**die Gestaltung von eigenen
Lebenszusammenhängen.**

Sie bietet ...
**die Teilnahme am
gesellschaftlichen Geschehen.**

Gerade zu Zeiten hoher Arbeitslosigkeit ist es für Mädchen/Frauen von großer Bedeutung, einen Beruf zu erlernen.

Berufe mit Entlohnung, die den Familienunterhalt ermöglichen und Aufstiegsmöglichkeiten eröffnen.

Uns ist es ein Anliegen, dass Mädchen eine Ausbildung absolvieren:

- *Damit sie auf dem Arbeitsmarkt bestehen können.*
- *Damit sie sich finanziell unabhängig machen können.*
- *Damit sie nicht abhängig sind von Familie oder Lebenspartner.*
- *Damit sie die Wahlfreiheit haben zu Kindern und Beruf.*
- *Damit sie weiter arbeiten gehen können, während der Lebenspartner die Familie betreut.*
- *Damit sie als Alleinerziehende die Möglichkeit haben, eine Familie zu versorgen.*
- *Damit sie bei Krankheit oder Arbeitslosigkeit des Lebenspartners in der Lage sind, die Familie zu unterhalten.*
- *Damit sie einer Arbeit nachgehen können, die ihren Fähigkeiten entspricht und ihnen Spaß macht.*

Damit sie...

Regionalstelle

Mädchen trauen sich (...was zu!)

Damit dies im Beruf auch so ist, gibt es von der Regionalstelle Frau und Beruf Unterstützung!

*Die Regionalstelle Frau und Beruf ist für den gesamten Oberbergischen Kreis zuständig.
Sie hat fünf Aufgabenschwerpunkte:*

- ** Berufswahlorientierung für Mädchen und junge Frauen*
- ** Existenzgründungsberatung für Frauen*
- ** Wiedereinstieg von Frauen in den Beruf*
- ** Betriebliche Frauenförderung*
- ** Förderung der Frauenbelange in der Strukturpolitik*

Wir bieten Beratungsgespräche oder kommen auch zu einzelnen Veranstaltungen in die Schule.

Also, wenn ihr Fragen habt:

**Ruft an
und
kommt vorbei !!**

Wir unterstützen euch gerne!



„Jugend in Arbeit plus“

Die Initiative **„Jugend in Arbeit plus“** ist ein konkretes Beschäftigungsangebot für arbeitslose Jugendliche und junge Erwachsene in Nordrhein-Westfalen.

Jugendliche unter 25 Jahren erhalten ein Jahr lang eine tariflich entlohnte Arbeitsstelle und während dieser Zeit weitere Qualifizierung.

Den einstellenden Betrieben wird in diesem Zeitraum ca. 50% des Arbeitnehmer-Bruttolohnes als Zuschuss gewährt.

Macht mit! Meldet euch und informiert auch eure Freunde und Bekannten über dieses verbindliche Angebot, das euch Herr Minister Schartau macht!

Für dich zuständig ist

Im Nordkreis - Kolping Bildungswerk,
Peterstr. 75, 42499 Hückeswagen
Tel.: 0 21 92/85 17 44

In der Kreismitte - Verein für soziale Bildung
Vollmerhauser Str. 44, 51645 Gummersbach
Frau Reif, Tel.: 0 22 61/79 58 12

Im Südkreis - IB Sprach- und
Berufsbildungsstätte
Kaiserstr. 105-107, 51545 Waldbröl
Tel.: 0 22 91/79 90

2004/2005

Herbst

18. 10. 2004 - 30. 10. 2004

Weihnachten

24. 12. 2004 - 07. 01. 2005

Ostern

21. 03. 2005 - 02. 04. 2005

Sommer

07. 07. 2005 - 19. 08. 2005

Herbst

04. 10. 2005 - 15. 10. 2005

Weihnachten

24. 12. 2005 - 06. 01. 2006

Übrigens ...

Den Mädchenmerker findest du auch im Internet.

Unter

www.maedchenmerker.de
kannst du dort u.a. einen kleinen

Ausflug zum Thema Bewerbung und eine größere Reise zur Berufswahlorientierung machen.

Viel Spaß!!!

Januar	
Mo	3 10 17 24 31
Di	4 11 18 25
Mi	5 12 19 26
Do	6 13 20 27
Fr	7 14 21 28
Sa	1 8 15 22 29
So	2 9 16 23 30

Februar	
	7 14 21 28
1	8 15 22
2	9 16 23
3	10 17 24
4	11 18 25
5	12 19 26
6	13 20 27

März	
	7 14 21 28
1	8 15 22 29
2	9 16 23 30
3	10 17 24 31
4	11 18 25
5	12 19 26
6	13 20 27

April	
Mo	4 11 18 25
Di	5 12 19 26
Mi	6 13 20 27
Do	7 14 21 28
Fr	1 8 15 22 29
Sa	2 9 16 23 30
So	3 10 17 24

Mai	
	2 9 16 23 30
3	10 17 24 31
4	11 18 25
5	12 19 26
6	13 20 27
7	14 21 28
1	8 15 22 29

Juni	
	6 13 20 27
	7 14 21 28
1	8 15 22 29
2	9 16 23 30
3	10 17 24
4	11 18 25
5	12 19 26

Juli	
Mo	4 11 18 25
Di	5 12 19 26
Mi	6 13 20 27
Do	7 14 21 28
Fr	1 8 15 22 29
Sa	2 9 16 23 30
So	3 10 17 24 31

August	
1	8 15 22 29
2	9 16 23 30
3	10 17 24 31
4	11 18 25
5	12 19 26
6	13 20 27
7	14 21 28

September	
	5 12 19 26
	6 13 20 27
	7 14 21 28
1	8 15 22 29
2	9 16 23 30
3	10 17 24
4	11 18 25

Oktober	
Mo	3 10 17 24 31
Di	4 11 18 25
Mi	5 12 19 26
Do	6 13 20 27
Fr	7 14 21 28
Sa	1 8 15 22 29
So	2 9 16 23 30

November	
	7 14 21 28
1	8 15 22 29
2	9 16 23 30
3	10 17 24
4	11 18 25
5	12 19 26
6	13 20 27

Dezember	
	5 12 19 26
	6 13 20 27
	7 14 21 28
1	8 15 22 29
2	9 16 23 30
3	10 17 24 31
4	11 18 25

Januar		Februar		März									
Mo	2	9	16	23	30	6	13	20	27	6	13	20	27
Di	3	10	17	24	31	7	14	21	28	7	14	21	28
Mi	4	11	18	25	1	8	15	22	1	8	15	22	
Do	5	12	19	26	2	9	16	23	2	9	16	23	
Fr	6	13	20	27	3	10	17	24	3	10	17	24	
Sa	7	14	21	28	4	11	18	25	4	11	18	25	
So	1 8 15 22 29	5 12 19 26	5 12 19 26										

April		Mai		Juni										
Mo	3	10	17	24	1	8	15	22	29	5	12	19	26	
Di	4	11	18	25	2	9	16	23	30	6	13	20	27	
Mi	5	12	19	26	3	10	17	24	31	7	14	21	28	
Do	6	13	20	27	4	11	18	25	1	8	15	22	29	
Fr	7	14	21	28	5	12	19	26	2	9	16	23	30	
Sa	1	8	15	22	29	6	13	20	27	3	10	17	24	31
So	2 9 16 23 30	7 14 21 28	7 14 21 28	4 11 18 25										

Juli		August		September										
Mo	3	10	17	24	31	7	14	21	28	4	11	18	25	
Di	4	11	18	25	1	8	15	22	29	5	12	19	26	
Mi	5	12	19	26	2	9	16	23	30	6	13	20	27	
Do	6	13	20	27	3	10	17	24	31	7	14	21	28	
Fr	7	14	21	28	4	11	18	25	1	8	15	22	29	
Sa	1	8	15	22	29	5	12	19	26	2	9	16	23	30
So	2 9 16 23 30	6 13 20 27	3 10 17 24											

Oktober		November		Dezember									
Mo	2	9	16	23	30	6	13	20	27	4	11	18	25
Di	3	10	17	24	31	7	14	21	28	5	12	19	26
Mi	4	11	18	25	1	8	15	22	29	6	13	20	27
Do	5	12	19	26	2	9	16	23	30	7	14	21	28
Fr	6	13	20	27	3	10	17	24	1	8	15	22	29
Sa	7	14	21	28	4	11	18	25	2	9	16	23	30
So	1 8 15 22 29	5 12 19 26	3 10 17 24 31										

- Mädchen durchschnittlich bessere Noten und Schulabschlüsse erreichen als Jungen? (1)
- es über 400 betriebliche Ausbildungsberufe gibt? (1)
- 53,5 % der Mädchen sich für nur zehn dieser Ausbildungsberufe entscheiden? (2)
- Frauen bis vor den Europäischen Gerichtshof ziehen können, um sich gegen Benachteiligungen zu wehren? (2)
- 2002 in NRW 43,2 % der Erwerbstätigen Frauen waren? (3)
- 2003 auf 575.000 Ausbildungsstellen 595.000 Ausbildungssuchende kamen? (4)
- mehr Mädchen ein Gymnasium besuchen als Jungen? (1)
- 50,6 % der Studienanfänger im Wintersemester 2002 Frauen waren? (3)
- in Artikel 12 Abs. 1 des Grundgesetzes das Recht, Beruf, Arbeitsplatz und Ausbildungsstätte frei zu wählen, verankert ist? (5)
- nur 14 % aller Auszubildenden in den neuen IT-Berufen Frauen sind? (2)

Quellen: (1) Bundesagentur für Arbeit,
 (2) Magazin einblick des DGB, Ausgabe elf,
 (3) Landesamt für Datenverarbeitung und Statistik,
 (4) Bund Deutscher Arbeitgeber,
 (5) Grundgesetz der Bundesrepublik Deutschland

Berufswahlfahrplan

Informieren

Informieren

- März** ■ Websites im Internet anklicken
- April** ■ Schriften (Mach's richtig, STEP-plus, Beruf aktuell) durcharbeiten
- Mai** ■ Beruflinienzentrum (BIZ) besuchen
- Juni** ■ sich schriftlich, telefonisch oder persönlich bei der Berufsberatung anmelden

Entscheiden

Entscheiden

- Juli** ■ mehrere Berufe und Wege planen
- August** ■ weiterführende Schulen in die eigene Überlegung einbeziehen

Bewerben

Bewerben

- September** ■ Anfragen bei Fachschulen
- Oktober** ■ als Bewerberin bei der Berufsberatung:
- November** ■ • vormerken lassen
- Dezember** ■ • Vermittlung von Berufsausbildungsstellen

Jahreswechsel

Die Stichworte
„Informieren“, „Entscheiden“ und „Bewerben“
werden euch als Termin in diesem Kalender erinnern.

Berufswahlfahrplan

- Januar** ■ • Zeugnis
- Februar** ■ • Termin der Anmeldung für das Berufskolleg
- März** ■ • weitere Bewerbungen
- April** ■ • Vorstellungsgespräche und Tests
- Mai** ■ • Untersuchungen nach dem Jugendarbeitsschutzgesetz
Ausbildungsvertrag schriftlich abschließen

- Juni** ■
- Juli** ■

- August** ■ • Beginn der Ausbildung
- September** ■ • Beginn der Schulen
- evtl. Berufsausbildungsbeihilfe bei der Berufsberatung beantragen
- evtl. BaföG beim Ausbildungsförderungsamt beantragen
- Beginn des Schuljahres 2005/2006:
22. August 2005

Wichtig!!!

- mehrgleisig fahren ••• Einstellungstest mitmachen •••
- frühzeitig bewerben ••• persönlich vorstellen •••
- eigene Interessen herausfinden •••

Was kostet das Leben?

„Geld allein macht nicht glücklich.“ Unwichtig ist es allerdings auch nicht, z.B. wenn du dir bestimmte Wünsche erfüllen, wenn du unabhängig sein willst, eine eigene Wohnung haben möchtest und und und ...

Überlege, was du jeden Monat ausgeben musst, und trage die Zahlen so realistisch wie möglich ein. Du kannst dir von Menschen helfen lassen, die bereits einen eigenen Haushalt führen.

Wenn du eine eigene Wohnung hast, brauchst du für:

- Warmmiete _____
 - Strom und Wasser _____
 - Telefon, Internet _____
 - Kleidung _____
 - Essen und Trinken _____
 - Körperpflege, FriseurIn usw. _____
 - Bücher, Kino, Zeitungen, Rundfunkgebühr _____
 - Essengehen und Geschenke _____
 - Fahrtkosten _____
 - Versicherungen _____
 - Sparen, z.B. für Möbel, Auto, Urlaub _____
 - Sonstiges _____
- = Gesamtkosten _____

Nettoverdienst im Wunschberuf _____
 Was bleibt übrig oder fehlt? _____

Typ: Aktuelle Zahlen hat die Verbraucherzentrale



www.arbeitsagentur.de

... alles in **€uro** Stand März 2004

Wer verdient was?

Ausbildung	1. Jahr	2. Jahr	3. Jahr	4. Jahr*	1. Berufsjahr
Arztshelferin	476 €	516 €	560 €		1.687,00 €
Augenoptikerin	283 €	334 €	433 €		1.500,00 €
Automobilkauffrau	558 €	587 €	635 €		1.513,00 €
Bäckerin	383 €	440 €	542 €		1.476,00 €
Chemikantin	601 €	652 €	720 €	780 €	2.112,00 €
Drogistin	572 €	638 €	732 €		1.465,00 €
Druckerin	731 €	784 €	837 €		1.571,00 €
Energieelektronikerin	638 €	677 €	731 €	779 €	2.133,00 €
Friedhofsgärtnerin	454 €	529 €	598 €		1.767,00 €
Friseurin	321 €	403 €	493 €		1.256,00 €
Hoteldame	484 €	548 €	613 €		1.557,00 €
IT-Systemkauffrau	638 €	677 €	730 €		2.441,00 €
Kauffrau für Bürokommunikation	602 €	659 €	723 €		1.687,00 €
Konditorin	338 €	369 €	465 €		1.232,00 €
Mechatronikerin	638 €	679 €	735 €	786 €	1.452,00 €
Mediengestalterin für Digital- u. Printmedien	716 €	769 €	823 €		2.158,00 €
Restauranftachfrau	471 €	571 €	699 €		1.665,00 €
Reiseverkehrskauffrau	484 €	548 €	613 €		1.557,00 €
Stuckateurin	525 €	813 €	1028 €		2.290,00 €
Tischlerin	382 €	500 €	577 €		1.957,00 €
Verkäuferin	571 €	638 €			1.465,00 €
Versicherungskauffrau	711 €	783 €	854 €		1.967,00 €
Zentralheizungs- u. Lüftungsbauerin	380 €	440 €	495 €	537 €	2.235,00 €
Zweiradmechanikerin	383 €	419 €	470 €	522 €	1.949,00 €

Die angegebenen Verdienste sind Brutto-Angaben - also ohne Abzüge wie z.B. Krankenkassenbeiträge oder Steuern etc.

* nur bei vierjähriger Ausbildungsdauer

›Studentin:

Christina Hirsch -

von der Sommeruniversität
zur Wirtschaftsinformatik



»Immer scheint es noch ungewöhnlich, dass junge Frauen sich in den Computerbereich „trauen“. Es ist zwar so, dass die Männer meist mehr Computerefahrung und schon zu Beginn des Studiums Programmiererfahrungen haben, aber das heißt ja noch lange nicht, dass Frauen das nicht können.«

Christina Hirsch ist 21 Jahre alt, Gesamtschulabitur 1999. Ein Jahr vor dem Abi meldet sie sich an der Gesamthochschule/Universität Wuppertal für die jährlich stattfindende Sommer-Uni an. Eine Kooperationsveranstaltung zwischen dem Zentrum zur beruflichen Frauenförderung und der Bergischen Universität Wuppertal. Schülerinnen der Oberstufe können sich hier vor allem über naturwissenschaftliche und technische Studiengänge informieren.

»Ich hab Mathekurse besucht und Veranstaltungen in Elektrotechnik. Ich wollte gucken, ob ein Universitätsstudium überhaupt für mich in Frage kommt. Es war sehr interessant zu sehen, wie das so abläuft und welche Möglichkeiten es gibt. Anfangs hab ich gedacht, das ist nichts für mich: Vorne steht ein Professor und erzählt nur. Aber da ich nicht so genau wusste, was ich machen soll, hab ich erst überlegt, ob ich eine Ausbildung machen soll. Ich hab aber nicht das Richtige für mich gefunden. Am Ende des Abis hab ich mich dann entschieden zu studieren. Zunächst dachte ich an Betriebswirtschaftslehre.«

Im Herbst begann Christina Hirsch ihr Studium zur Wirtschaftsinformatikerin an der Uni in Essen.

»Meine Eltern haben gesagt: „Wenn du das studieren möchtest, dann mach das ruhig.“ Ich hab für die Schule viel gelernt und auch ein gutes Abi gemacht. Von daher hat niemand daran gezweifelt, dass ich das schaffen werde.«

Die Entscheidung hat Christina Hirsch nicht bereut. Im Moment denkt Christina Hirsch daran, nach ihrem Studium in den Marketingbereich zu gehen.

»Seit meinem Praktikum weiß ich, der Beruf Friedhofsgärtnerin passt zu mir. Erst dachte ich an Floristin, aber das war mir zu einseitig.

Jetzt kann ich mich trotzdem mit Blumen beschäftigen, sie pflanzen und gießen, aber auch Beete und Gräber gestalten. Ich genieße die Ruhe, die frische Luft auf dem Friedhof, und lasse meinen Ideen freien Lauf, um Pflanzen auszuwählen und sie so anzuordnen, dass ein Beet toll zur Geltung kommt.

»Friedhofsgärtnerin«
www.g-net.de

Mein Traum ist, mich nach der Lehre mit meinem Vater, der auch Gärtner ist, selbstständig zu machen und Hausgärten zu bepflanzen.«



www.jukobox.de/maedchensache

»Friedhofsgärtnerin:

»Ich liebe Blumen über alles.«

Sabine Pesch



MädchenSache!

›Schornsteinfegerin:

»Unterwegs sein, draußen sein,
Menschen treffen, das ist es! «

Diana Bock



Mädchensache!

»Ich bin Schornsteinfegerin aus Überzeugung. Bei meiner Berufswahl habe ich mich nicht von Vorurteilen abschrecken lassen.

Erstens passieren Unfälle recht selten und zweitens kommen wir nicht tagtäglich mit rußverschmiertem Gesicht nach Hause. Ich berate meine Kunden in allen Fragen rund um Heizung, Emissionen und Schadstoffe, und für sie bin ich Umweltexpertin und Vertrauensperson zugleich. Genau das finde ich an meiner Arbeit auch so spannend.

Dazu kommt, dass ich in unserem Bezirk ganz selbstständig und eigenverantwortlich arbeiten kann und mir niemand in meinen Kram reinredet.

›Schornsteinfegerin‹
www.zds-lv-nrw.de

Ich habe jetzt mit der Meisterschule angefangen. Wenn ich den Meister in der Tasche habe, komme ich auf eine Warteliste für einen eigenen Kehrbezirk, und sobald mir einer zugewiesen wird, bin ich Bezirksschornsteinfegermeisterin.«



www.jukobox.de/maedchensache

Was sollte ich überlegen?

Bei einer Entscheidung für einen Beruf oder einen Berufsweg gilt es verschiedene Interessen gegeneinander abzuwägen. Als Hilfestellung haben wir die Fragen aufgelistet, die euch in eurem Entschluss bestärken können.

- **Wo liegen meine Interessen und Fähigkeiten?**
 - Kreativität
 - rechnerische Begabung
 - Kontaktfähigkeit
 - Ausdrucksfähigkeit
 - handwerkliche Geschicklichkeit
- **Wo möchte ich arbeiten?**
 - im Freien
 - in der Werkstatt
 - im Büro
 - bei Kundinnen und Kunden
 - im Labor
 - im Verkaufsraum
- **Womit möchte ich arbeiten?**
 - Menschen
 - Holz, Metall, chemische Stoffe, Textilien
 - technische Geräte, Maschinen, Werkzeuge
 - Computer, Medien
 - Elektrotechnik, Elektronik
 - Tiere, Pflanzen
 - Pläne, Entwürfe
 - Regelungen, Gesetze, Vorschriften
- **Welche Tätigkeiten möchte ich ausüben?**
 - kaufen, verkaufen, beraten, bedienen
 - behandeln, pflegen, erziehen, unterrichten
 - gestalten, entwerfen, zeichnen
 - Maschinen steuern/bedienen
 - Computer bedienen, programmieren

- **Welche Ausbildung möchte ich durchlaufen?**
 - betriebliche Ausbildung (duale Ausbildung)
 - Schule
 - Studium
- **Was verdiene ich**
 - während der Ausbildung?
 - als Anfangsgehalt?
 - nach 5 Jahren?
- **Wie geht es nach der Ausbildung weiter?**
 - Habe ich Aufstiegschancen?
 - Gibt es Weiterbildungsmöglichkeiten?
 - Kann ich mich selbstständig machen?
- **Welches Unternehmen entspricht meinen Vorstellungen?**
 - ein kleines Unternehmen
(bis zu 10 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter)
 - ein mittleres Unternehmen
(bis zu 250 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter)
 - ein großes Unternehmen
- **Wie sind die Arbeitszeiten?**
 - Schichtarbeit
 - Wochenenddienst
 - flexible Arbeitszeit
- **Welche Voraussetzungen brauche ich für diesen Beruf?**
 - Schulabschlüsse
 - besondere Eignungen

Was soll ich bloß werden??



Mädchen können alles werden!
... und die **Agentur für Arbeit** hilft dir dabei.

Im **Berufsinformationszentrum (BIZ)** der Agentur für Arbeit erhältst du ausführliche Informationen zur Ausbildung, zum Beruf und zu den Arbeitsmarktchancen – selbstverständlich kostenlos. Schau doch einfach mal vorbei.

Die Adresse des **BIZ** in der Agentur für Arbeit Bergisch Gladbach lautet: **Agentur für Arbeit Bergisch Gladbach, 51465 Bergisch Gladbach, Bensberger Str. 85.**

BIZ	Das BIZ ist durchgehend geöffnet von
	Mo – Mi 8.30 – 16.00 Uhr
	Do 8.30 – 18.00 Uhr
	Fr 8.30 – 13.00 Uhr

Information, Beratung und Hilfestellung bei der Suche nach einem Ausbildungsplatz erhältst du von der **Berufsberatung**. Wenn du nur eine kurze Frage hast, kannst du einfach in die Sprechstunde der Berufsberatung kommen – ohne Voranmeldung. Für ein ausführliches Beratungsgespräch nimmt sich deine Berufsberaterin oder dein Berufsberater gerne genügend Zeit. Dafür ist jedoch eine Anmeldung erforderlich.



Ruf einfach deine örtliche Agentur für Arbeit an.

Die Adresse und Telefonnummer lautet:

- Gummersbach, Singerbrinkstr. 43, Tel.: 0 22 61/3 04-6 26, Gummersbach@arbeitsagentur.de
- Waldbröl, Vennstr. 13a, Tel.: 0 22 91/92 12-0, Waldbroel@arbeitsagentur.de
- Wipperfürth, Radiumstr. 4, Tel.: 0 22 67/88 33-0, Wipperfuerth@arbeitsagentur.de

Service der Berufsberatung

Die **Berufsberatung** ist neben deinen Freundinnen und Freunden, deinen Eltern, der Schule und den Arbeitgebern und Arbeitgeberinnen deine Partnerin bei der Berufswahl. Sie unterstützt dich bei der Wahl deiner Ausbildung, während deiner Berufsausbildung und am Anfang deines Berufslebens. Berufsberaterinnen und Berufsberater gehen in die Schulen und informieren über berufliche Möglichkeiten. Sie beraten deine Eltern und dich auch in den Schulen. Durch den engen Kontakt zu den Unternehmen ist die Berufsberatung eine kompetente Partnerin bei der Vermittlung von Ausbildungsstellen.

Die Berufsberaterinnen und -berater ...



informieren

- Infoveranstaltungen im **BIZ** und in **Betrieben**
- und in der Schule

beraten

- Sprechstunden in der Schule
- Sprechstunden in der Agentur für Arbeit
- Einzelberatung nach Vereinbarung
- Berufswahltest
- berufsbezogene medizinische Beratung

vermitteln

- betriebliche
- und**
- schulische Ausbildungsstellen



Die Adressen der Agenturen für Arbeit findest du auch im Internet unter

www.arbeitsagentur.de

Fit für den Berufsstart.



Chancen erkennen – Chancen nutzen.

Wir beraten Sie bei Ihrer
Berufswahl und nehmen uns
Zeit für Ihre Fragen.

Ihre Berufsberatung

Hotline: 0180/3 22 55

Agentur für Arbeit Gummersbach

Singerbrinkstr. 43
51643 Gummersbach
E-Mail:
Gummersbach.Ausbildungs-
vermittlung@arbeitsagentur.de
www.arbeitsagentur.de



Bundesagentur für Arbeit

1469

Weitere Beratung zu Ausbildung und Arbeit

Industrie- und Handelskammer zu Köln

Industrie- und Handelskammer zu Köln

Unter Sachsenhausen 10–26, 50667 Köln
Frau Vera Lange, Dezernentin für Aus- und Weiterbildung
Tel.: 02 21/16 40-606
Email: vera.lange@koeln.ihk.de

Industrie- und Handelskammer zu Köln

Zweigstelle Oberberg
Talstr. 11, 51643 Gummersbach
Herr Manfred Weber, Tel.: 0 22 61/8 10 19 67
Email: manfred.weber@ihk-koeln.de

Die Industrie- und Handelskammer zu Köln betreut 253 Ausbildungsberufe, darunter viele kaufmännische Berufe, wie z.B. Werbekauffrau, Bankkauffrau oder Hotelfachfrau, aber auch einige gewerblich-technische Berufe, wie Industrieelektronikerin, Druckerin oder Anlagenmechanikerin und die Berufe in der Informations- und Kommunikationstechnik. Bei der IHK bekommt ihr ausführliche Informationen zu den einzelnen Berufsbildern und zum Ausbildungsgang. Die Industrie- und Handelskammer zu Köln trägt die Ausbildungsverträge in ein Verzeichnis ein, dann sind sie gültig. Mit einem IHK-Zeugnis habt ihr gute Chancen auf dem Arbeitsmarkt.

Eine Möglichkeit, Informationen zu sammeln, und vor allem Ausbildungsbetriebe zu finden, ist der Ausbildungsatlas der Kammer. Den könnt ihr bei der IHK abholen.

BQN II

Berufliche Erstqualifizierung von
Nachwuchskräften
mit Migrationshintergrund
in Köln und Umgebung

Haben junge Migrantinnen Chancen, einen guten Ausbildungsplatz zu finden?

Ja! Durch deine Zweisprachigkeit und die Kenntnis verschiedener Kulturen bringst du Fähigkeiten mit, die viele andere nicht haben. Mit guten Deutschkenntnissen und einem ordentlichen Schulabschluss hast du sogar einen Vorsprung – mach das deinen zukünftigen Arbeitgebern klar!

Wie kriege ich denn einen Ausbildungsplatz?

**Wir sind nicht anders -
wir haben's gepackt!**



Hierfür gibt es Beratungsstellen. Die können wir dir nennen. Auch Fragen zur Orientierung beantworten wir gerne – in Deutsch oder in deiner Muttersprache. Sprich doch mal mit anderen jungen Migrantinnen, die den erfolgreichen Schritt zur Ausbildung schon gemeistert haben, solche Mädchen triffst du in unserem BQN-Treff.

Kontakt

BQN II – Berufl. Erstqualifizierung für Nachwuchskräfte mit Migrationshintergrund in Köln und Umgebung
Unter Sachsenhausen 10-26, 50667 Köln
Ansprechpartnerin Kiymet Akpinar, Tel.: 02 21/16 40 663
E-Mail: bqn.akpinar@koeln.ihk.de, Internet: www.bqn2.de
Donnerstags in der IHK zu Köln, **Zweigstelle Oberberg**,
Telefon 0 22 61/ 81 01 – 0 zu erreichen.

Weitere Beratung zu Ausbildung

Handwerkskammer zu Köln

Handwerkskammer zu Köln

Heumarkt 12, 50667 Köln, Tel.: 02 21/2 02-0
www.handwerkskammer-koeln.de

Eine Ausbildung im Handwerk bietet Aufstiegschancen: der Gesellenbrief eröffnet nach entsprechender Fort- und Weiterbildung den Weg in die berufliche Selbstständigkeit als Unternehmerin und Handwerksmeisterin. Zudem können Meisterinnen und Meister in Nordrhein-Westfalen ohne zusätzliche Einstiegstests bzw. Qualifikationsnachweise ein Fachhochschulstudium absolvieren.

Die AusbildungsberaterInnen der Handwerkskammer zu Köln informieren über alle Fragen der Ausbildung, auch zum Ausbildungsverlauf, zu Prüfungen, zum Berufsschulbesuch usw... (z. B. in Richtung gewerblich-technischer Berufsfelder).

Hier sind viele Infos: z.B. CD's, Verzeichnis der Handwerksbetriebe, Tipps zur Berufswahl und Broschüren erhältlich.

Interessierst du dich für handwerkliche Berufe?

Dann wirf doch auch mal einen Blick auf diese Internetseite: www.1blick.com Hier findest du viele Infos, außerdem Praktikumsplätze und freie Ausbildungsstellen.

www.1-blick.com

**Kreishandwerkerschaft
für den Oberbergischen Kreis**
Bismarckstr. 9a
51643 Gummersbach
Tel.: 0 22 61/910 62-50

**Gesellschaft zur Förderung
Handwerklicher Berufsbildung
e.V.**
Im Berufsbildungszentrum (BBZ)
Neuwiehler Str. 37
51674 Wiehl
Tel.: 0 22 62/7 63 10

**DGB
Deutscher Gewerkschaftsbund
Bonn/Rhein-Sieg/Oberberg**
Büro Gummersbach
Singerbrinkstr. 22
51643 Gummersbach
Tel.: 0 22 61/2 69 04

Bildungsträger und Vereine
**Verein für
Soziale Bildungsarbeit e.V. VSB**
Vollmerhauser Str. 30
51645 Gummersbach
Tel.: 0 22 61/80 57-0
www.vsb-online.de

Projekte des Vereins für Jugendliche

- **BITS - Jugend in Arbeit**
Arbeitslosenberatung
Manika Reif
Tel.: 0 22 61/ 79 58 12

Volkshochschule
Oberbergischer Kreis
Mühlenbergweg 3
51645 Gummersbach
Tel: 0 22 61/81 90 26
www.vhs-oberberg.de

Caritas Ausbildungsstätte
Engels-Platz 8
51766 Engelskirchen
Tel.: 0 22 63/92 37 10

Caritas Jugendwerkstatt
Halstenbachstr. 3b
51645 Gummersbach
Tel.: 0 22 61/7 81 77

IFBE GmbH
Friedrichstaler Str. 39
51645 Gummersbach
Tel.: 0 22 61/9 89 70

**VfSD
Verein für soziale Dienste**
Dörpestr. 2
51702 Bergneustadt
Tel.: 0 22 61/4 11 86

**IB Sprach- und
Berufsbildungsstätte**
Kaiserstr. 105 – 107
51545 Waldbröl
Tel.: 0 22 91/79 90

Kolping Bildungswerk:

- **Standort Hückeswagen**
Maßnahme zur
Verhinderung und
Beendigung von
Jugendarbeitslosigkeit
Peterstr. 75
42499 Hückeswagen
Tel.: 0 21 92/85 17 44

- **Standort Wipperfürth**
Niedergaul 19
51688 Wipperfürth
Tel.: 0 22 67/20 65

- **Standort Radevormwald**
Dahlienstr. 42
42477 Radevormwald
Tel.: 0 21 95/20 29

Ökumenische Initiative e.V.
Wupperstr. 6
51688 Wipperfürth
Tel.: 0 22 67/10 16

Berufskolleg Oberberg
Kaufmännische Schulen
Hans-Böckler-Str. 5
51643 Gummersbach
Tel.: 0 22 61/9 29 60
Email: KFMSGM@t-online.de

- **Nebenstelle:**
Alter Krankenhausweg 6
51545 Waldbröl
Tel.: 0 22 91/91 13 71
Email: Kfswald@t-online.de

**Berufskolleg Oberberg
Ernährung – Sozialwesen –
Technik**
Ernst-Zimmermann-Str. 26
51645 Gummersbach
Tel.: 0 22 61/96 80-0

Berufskolleg Oberberg
Ringstr. 42
51688 Wipperfürth
Tel.: 0 22 67/88 79 50
Email: berufskolleg-
wipperfuert@t-online.de

„Wenn du nicht weißt,
wohin du willst,
dann
landest du wahrscheinlich ganz woanders.“
(Verfasser/-in unbekannt)

Auch der
schönste Mann ist
an den Füßen
zu Ende.

Der Gedanke, dass man auch erfolgreich
sein kann, wenn man
nicht konform ist, hat mir (...)
den Mut gegeben,
meinen Weg fortzusetzen.
(Verfasser/-in unbekannt)

Ausbildung, Schule, Studium oder noch mehr? Schule nach der Schule?

Wenn du vor der Entscheidung stehst, eine Ausbildung zu machen, liegt die so genannte Schulzeit hinter dir. Du kannst natürlich nach der Schule noch mehr Schule machen und studieren und und und ...

Eine **Ausbildung** beginnst du in der Regel nach Abschluss der Hauptschule, der Realschule, der Fachoberschule oder des Gymnasiums. Erst mal 3 – 3 1/2 Jahre Ausbildung in dem erwählten Beruf (und hoffentlich viel Spaß), viel Durchhaltevermögen - dann hast du, wenn alles glatt läuft, die Ausbildung beendet. Den Abschluss bilden in der Regel Prüfungen, die vor einer betrieblich und schulisch unabhängigen Institution oder Industrie- und Handelskammer bzw. Handwerkskammer abgelegt werden müssen.

Wenn du **Abitur** gemacht hast, hast du auch die Möglichkeit, an einer Universität (Gesamthochschule), Kunsthochschule oder Fachhochschule zu studieren. Über besondere Konditionen wie Numerus clausus oder den Nachweis von besonderen individuellen Begabungen und Eignungen in Form von z.B. Mappen informierst du dich am besten jeweils vor Ort. Das **Fachabitur** berechtigt dich zum Studium an einer Gesamthochschule oder Fachhochschule. Wichtig zu wissen: Fachhochschulen sind weniger wissenschaftlich ausgerichtet als Unis, dafür aber wesentlich anwendungs- und praxisbezogener – das solltest du in deine Überlegungen mit einbeziehen.

... oder noch mehr? Schule nach der Schule

Wenn du, aus welchen Gründen auch immer, den **Schulabschluss verpasst** hast, findest du in deiner Nähe in der Regel Volkshochschulen oder andere Weiterbildungseinrichtungen, bei denen du ihn nachholen kannst. Auch Fernunterricht ist eine Möglichkeit.

Doch wenn die Schulzeit rum ist, haben viele erst einmal die Nase voll von der Schule. Egal mit welchem Schulabschluss oder vielleicht auch ohne Abschluss: Die Vorstellung, gleich weiter zur Schule zu gehen, ist für viele nicht sehr verlockend. Trotzdem solltest du den Gedanken an **noch mehr Schule** nicht beiseite schieben.

Beziehe **Berufskollegs** wegen der vielen Möglichkeiten, die sie dir bieten, unbedingt mit in deine Überlegungen ein. Hier kannst du einen Schulabschluss erwerben, eine Berufsausbildung machen oder manchmal sogar einen doppelqualifizierenden Berufsausbildungsabschluss erwerben, also Schulabschluss und Ausbildung gleichzeitig machen.

Im **Berufsgrundschuljahr** kannst du Schulabschlüsse nachholen und eventuell sogar die Fachoberschulreife erwerben. Das Berufsgrundschuljahr ist fachspezifisch z.B. in den Bereichen Wirtschaft und Verwaltung, Metall, Elektro, Holz, Farb- und Raumgestaltung, Agrarwirtschaft, Ernährung, Hauswirtschaft und Körperpflege.

Die **Berufsfachschule** bietet dir die Möglichkeit, die Fachoberschulreife zu erwerben oder, gute Noten vorausgesetzt, die Berechtigung zum Besuch der gymnasialen Oberstufe. Dabei kann je nach Schwerpunkt, den du besucht hast, z.B. Wirtschaft und Verwaltung, Technik, Ernährung, Hauswirtschaft, Sozial- und Gesundheitswesen, ein Teil der Schulzeit schon auf die anschließende Berufsausbildung angerechnet werden.

An der **Höheren Berufsfachschule** kannst du **Berufs- und Schulabschlüsse** erlangen. Je nach beruflicher Ausrichtung sind die Bildungsabschlüsse sehr unterschiedlich. Wenn du möchtest, kannst du auch die **Fachhochschulreife** oder die **Allgemeine Hochschulreife** erwerben sowie **berufliche Qualifizierungen und Berufsabschlüsse** wie etwa Chemisch-technische Assistentin, Erzieherin, staatlich geprüfte Gymnastiklehrerin. Berufskollegs sind in der Regel nach Schwerpunkten ausgerichtet.

Auch der Erwerb der **Fachhochschulreife** an **Fachoberschulen** ist an Schwerpunkte wie etwa Wirtschaft und Verwaltung, Gestaltung, Ernährung und Hauswirtschaft, Technik gebunden. Du musst dich hier also für den Zeitraum von zwei Jahren für eine Interessensrichtung entscheiden.

›Tischlerin:

»Manche Kunden wundern sich, wenn eine Frau als Tischlerin vor der Türe steht. Aber wenn sie dann sehen, dass ich es genauso wie ein Kollege geregelt bekomme, ein Fenster einzubauen, oder dass ich andere Holzarbeiten im Innenausbau vornehme, ist deren Skepsis weg. Klar braucht man dann schon ein gesundes Selbstbewusstsein.

Wir bauen Fenster, Wintergärten, Türen und Sicherheitstüren, und es macht einfach Spaß zu sehen, wie das, was man tut, wächst und Formen annimmt. Und der Werkstoff Holz ist bleibend, man kann das Ergebnis lange sehen. Das ist das Schöne an meinem Beruf.

›Tischlerin‹

www.tischler.de

Die Arbeit ist zum Glück sehr abwechslungsreich. Wenn ich im Fensterbau nur Glasteilen stanzen müsste, wäre ich frustriert. Aber das geht wohl allen Lehrlingen so.



www.jukobox.de/maedchensache

»Ich finde es toll, wenn ich auch mal alleine auf Montage gehen kann.«

Susanne Siebert



Ich überlege mir den Meisterbrief zu machen, und als Meisterin möchte ich weiter praktisch in der Werkstatt arbeiten. Auf jeden Fall werde ich irgendwann eine Weltreise antreten, das ist ein alter Traum von mir.«

Wie soll eine Bewerbung aussehen?

Zu einer ansprechenden Bewerbung gehört nicht nur der nachfolgende Inhalt, sondern auch eine ansprechende Bewerbungsmappe, z.B. aus stabiler Pappe in dezenten Farben oder einem Clip-Hefter (nicht lochen). Eine Ansammlung von Klarsichthüllen ist nicht zweckmäßig.

Deine Bewerbungsmappe sollte enthalten:

- eventuell ein Deckblatt,
- ein Anschreiben,
- einen Lebenslauf mit gutem professionellem Foto, ordentlich aufgeklebt und nicht nur mit einer Büroklammer befestigt,
- Kopie des letzten Zeugnisses,

sofern vorhanden:

- Kopien von Praktikumsbescheinigungen, Bescheinigungen von Computer- oder Sprachkursen, Bescheinigung über ehrenamtliche Tätigkeiten

Auf Folgendes solltest du beim Anschreiben unbedingt achten:

- Lege das Anschreiben an erste Stelle in deine Bewerbungsmappe.
- Fertige das Anschreiben ebenso wie den Lebenslauf nicht als Serienbrief oder Kopie.
- Benutze weißes, unliniertes und 80 g schweres DIN-A4-Papier und lasse einen Rand von 2,5 cm.
- Füge deine Anschrift und das Datum ein.
- Benenne den Anlass für deine Bewerbung, deinen voraussichtlichen Schulabschluss und den gewünschten Ausbildungsberuf.
- Begründe, warum du dich gerade für diesen Beruf und bei diesem Unternehmen bewirbst.
- Verdeutliche deine Interessen und Fähigkeiten.
- Bitte um Einladung zu einem persönlichen Vorstellungsgespräch oder Test.
- Verabschiede dich mit Grußformel und deiner Unterschrift.
- Weise auf beigefügte Anlagen hin und achte auf gute Kopien.

Denk daran, deine Bewerbung ist deine Visitenkarte!

Ein paar Tipps zum Vorstellungsgespräch

Wenn du zu einem Vorstellungsgespräch eingeladen wirst, hast du den halben Weg erfolgreich zurückgelegt. Jetzt kommt es darauf an, den guten Eindruck zu vertiefen und auszubauen. Die Chancen lassen sich verbessern, wenn du folgende Hinweise beachtest:

>>> Alle verfügbaren **Informationen über die Firma**, z.B. Unternehmensgröße, Produkte/Dienstleistung sammeln. Der/die Gesprächspartner/-in (Personalchef/-in, Ausbilder/-in, Inhaber/-in) wird mit Sicherheit fragen, warum die Wahl gerade auf dieses Unternehmen gefallen ist. Informiere dich auch über deine zukünftige Berufsschule.

>>> Auf angemessene und einwandfreie **Kleidung** achten (gepflegte, aber nicht zu modische Kleidung - du musst dich wohl fühlen, um sicher auftreten zu können).

>>> **Pünktlichkeit** zum Termin ist das oberste Gebot! Rechtzeitig über den Fahrweg informieren.

>>> Natürlich bleiben und keine „schauspielerischen Qualitäten“ an den Tag legen, sondern gesundes Selbstvertrauen beweisen.

>>> Bereite dich auf Fragen zur **Allgemeinbildung** vor (informiere dich über aktuelle Ereignisse).

Weitere Tipps für ein erfolgreiches Vorstellungsgespräch und einen Interviewtrainer findest du unter:

www.wassollwerden.de

Fragen, die dich (eventuell) im Vorstellungsgespräch erwarten ...

- **Haben Sie gut hergefunden?**
 - Was machen Sie in Ihrer Freizeit?
 - Welche Lieblingsfächer haben Sie in der Schule?
 - Welche Fächer gefallen Ihnen nicht so gut? Die Gründe dafür?
- **Warum wollen Sie ausgerechnet ... werden?**
 - Wie und wo haben Sie sich über den Beruf ... informiert?
 - Wie kam es, dass Sie sich bei uns beworben haben?
 - Was wissen Sie denn über unser Unternehmen?
- **Wie oft haben Sie sich beworben?**
 - Bei welchen Betrieben haben Sie sich bisher noch beworben?
 - Welche Berufe kommen denn sonst noch für Sie in Betracht?
- **Wie denken Sie über berufliche Weiterbildung?**

Nicht erlaubte Fragen nach:

- sexuellen Gewohnheiten,
- vorhandener Schwangerschaft, Familienplanung,
- politischer und religiöser Einstellung*,
- gewerkschaftlichem Engagement*,
- Einkommens- und Vermögensverhältnissen*.

* Fragen aus diesen Bereichen musst du nicht wahrheitsgemäß beantworten. Ausnahme: Du bewirbst dich bei kirchlichen, politischen oder gewerkschaftlichen Institutionen.

Aber ... auch von dir werden Fragen erwartet, wie z.B.:

- Findet die Ausbildung an einem bestimmten Ort oder an mehreren Orten (Nebenstellen) statt?
- Wie ist die Arbeitszeit geregelt?
- Wie lange dauert die Probezeit?
- Wie stehen meine Chancen, den Ausbildungsplatz zu bekommen?
- Wie viele Auszubildende stellen Sie ein?
- Welche Möglichkeiten der Weiterbeschäftigung gibt es nach Ende der Ausbildung?
- Welche Chancen der beruflichen Weiterbildung bestehen?
- Wann werde ich benachrichtigt?

Die **5** Schritte durch das Internet zu einer Lehrstelle

Du hast viele Möglichkeiten, das world wide web für deine Berufswahl zu nutzen. Du findest Informationen zu allen Berufen, die es gibt; du kannst ganz persönliche Tests machen, um herauszufinden, welcher Beruf genau zu dir passt; du kannst nach Praktikums- oder Ausbildungsstellen suchen oder dich sogar direkt bei einer Firma bewerben.

1. Was kann ich und was mag ich?

Wenn du noch nicht weißt, was du später mal machen willst, sind Tests eine gute Hilfe.

Durch die Beantwortung verschiedener Fragen kannst du herausfinden, wo deine Stärken liegen. Die Auswertung gibt es sofort online.

- www.job-future.de
- www.jova-nova.com/bewerb/
- www.machs-richtig.de
- www.joblab.de
- www.girls-go-job.de
- www.berufswahl.de
- www.girls-day.de
- www.maedchenmerker.de

2. Welcher Beruf passt zu mir?

Erst einmal: Welche Berufe gibt es überhaupt? Viel mehr, als du denkst! Vielleicht hast du Lust, einmal ausgiebig zu stöbern, welche Berufe für dich in Frage kommen? Im Internet findest du auch Interviews mit Menschen, die von ihrer Ausbildung erzählen. Und natürlich gibt's jede Menge Informationen zum Verdienst und zu den Ausbildungsvoraussetzungen sowie Arbeitsplatzbeschreibungen.

Schritt

Schritt

Adressen:

- www.berufsbildung.de
- www.boyng.de/arbeit
- www.girlsfirst.mainz.de
- www.aizan.de
- www.lizzy-net.de
- www.girls-just-do-it.de
- www.orientiere-dich.de
- www.berufe.net
- www.was-werden.de

3. Schritt

3. So finde ich einen Praktikums- oder Ausbildungsplatz:

Wenn du die schwierige Frage nach dem WAS geklärt hast, kommt das WIE: Wie finde ich eine Firma, die mich ausbildet? Das Internet hilft dir dabei!

Praktikumsplätze:

- www.praktikums-boerse.de
- www.die-praktikumsboerse.de
- www.jobpilot.de

Ausbildungsplätze:

- www.job-future.de
- www.stellenangebote-jobs.de
- www.nrw-ausbildungsplaetze.de
- www.jobware.de
- www.handwerk-nrw.de
- www.ihk-lehrstellenboerse.de

4. So kommt eine Bewerbung im Internet richtig an!

Eine Online-Bewerbung hat mehrere Vorteile:

- Am besten bei den Unternehmen nachfragen, ob E-Mail-Bewerbungen erwünscht sind. Bei der Gelegenheit kannst du dich dann auch gleich nach der zuständigen Person erkundigen.

Schritt

- Du sparst Porto und Papier und stellst dein Können im Umgang mit dem Internet unter Beweis.
- Sie hebt sich von der üblichen Bewerbung ab.
- Einige Unternehmen bieten Online-Bewerbungsformulare an, die solltest du dann unbedingt benutzen.

To do und not to do

Wichtige Ratschläge für die Online-Bewerbung!

To do:

- Du brauchst unbedingt eine seriöse E-Mail-Adresse (kostenlos z.B. über web.de, yahoo oder aol), die Adresse schnuckiputz@heissehexe.de kommt nicht gut!
- Richte deine Bewerbung immer an eine/-n konkrete/-n Ansprechpartner/-in.
- Vergiss nicht, deine Zeugnisse und Bescheinigungen in den Anhang zu legen.
- Frage nach, in welchem Format du deine Unterlagen schicken musst. Nicht jeder Firmencomputer kann alle Formate öffnen.
- Wähle für die Betreffzeile eine Formulierung, aus der deutlich wird, dass es sich um eine Bewerbung handelt.

Not to do:

- Verfasse deine E-Mail-Bewerbung genauso sorgfältig wie deine schriftliche Bewerbung. Rechtschreibfehler und schlampige Formulierungen lassen deine E-Mail sofort im virtuellen Papierkorb landen.
- Versende keine Serien-E-Mails. Deine Bewerbung sollte immer genau auf das jeweilige Unternehmen zugeschnitten sein.

Und dann:

Es gibt Branchen, wo eine Online-Bewerbung als ganz nor-

mal gilt oder sogar begrüßt wird. Aber es gibt auch Branchen, wo diese Art der Bewerbung nichts bringt, weil das Medium Internet schlichtweg nicht benutzt wird. Gerade in kleinen oder mittleren Unternehmen oder Handwerksbetrieben wird oft noch Wert auf eine konventionelle Bewerbung gelegt. In Betrieben, die mit oder in der IT-Branche arbeiten, kannst du aber davon ausgehen, dass das Internet ein tägliches Arbeitsmittel ist.

5. So bereitest du dich auf ein Vorstellungsgespräch vor: **5. Schritt**

Wenn du zu einem Vorstellungsgespräch eingeladen wirst, ist es immer gut, dir vorher Informationen über das Unternehmen oder die Branche zu beschaffen. Das Internet ist da eine wahre Goldgrube. Informationen zur Firmengeschichte, zu Produkten und zur Firmenphilosophie sind leicht zu recherchieren.

Unter www.bewerbungsmappen.de findest du eine Menge Tipps darüber, was Personalentscheidungen beeinflussen kann und wodurch eine Kandidatin einen positiven Eindruck hinterlässt.

Manche Firmen erwarten von ihren Bewerberinnen (und Bewerbern) auch einen Eingangstest. Darauf kannst du dich auch im Internet vorbereiten. „Focus“ hat im Online-Angebot einen Eignungstest mit 330 Fragen, den du direkt bearbeiten kannst und wo du anschließend eine Auswertung deines Ergebnisses bekommst.

Und so geh's: www.focus.de eingeben und mit der Suchfunktion unter „karrieremarathon“ suchen! Viel Erfolg!

Achtung!!! Wenn du eine der genannten Internetseiten nicht finden kannst, dann liegt das vielleicht daran, dass sich im Internet jeden Tag etwas ändert. Probiere es dann über eine Suchmaschine.

Wenn's nicht gleich mit der Ausbildungsstelle klappt

Eine Absage heißt noch lange nicht, dass du für diesen Beruf ungeeignet bist. Es gibt eine Menge Gründe, warum es zu einer Ablehnung kommen kann.

Du solltest auf keinen Fall die Chance verstreichen lassen, dich genau nach den Gründen für die Absage zu erkundigen. Bei aller Enttäuschung - du kannst aus der Bewerbungserfahrung für das nächste Mal lernen.

Wenn die Absage bereits auf das Bewerbungsschreiben erfolgt, solltest du noch einmal prüfen, ob die Unterlagen nicht komplett oder unkorrekt waren. Vielleicht erfüllst du bestimmte Zugangsvoraussetzungen nicht, oder die Bewerbungsunterlagen sind zu spät verschickt worden.

Wenn du eine Absage nach einem Einstellungstest erhältst, dann melde dich noch einmal bei der Firma. Frage nach den Testergebnissen und lasse sie dir erläutern. Darauf gibt es sogar einen Rechtsanspruch.

Wenn die Absage nach dem Vorstellungsgespräch kommt, solltest du dich nicht scheuen, auch jetzt anzurufen und nach genaueren Gründen für die Ablehnung zu fragen. Wenn eine Absage kommt, kann es auch sein, dass es zu viele Bewerberinnen und Bewerber für diesen Beruf gibt. Trotzdem darfst du nicht gleich aufgeben!

Nutze das Gespräch mit der Berufsberatung, um herauszufinden, ob es andere Wege zu deinem Wunschberuf gibt. Schreibe Bewerbungen an verschiedene Firmen!

Rosa

Heike Geißler,
Deutscher Taschenbuch Verlag (2004), 9,50 €
ISBN 3-42313174-8

„Rosa“ ist die Geschichte einer Flucht vor dem eigenen Leben, die Geschichte einer jungen Mutter, die selbst Kind bleiben und noch nicht erwachsen werden will. Sie ist überstürzt von zu Hause weggelaufen und weiß nicht wohin. Sie hat ihr neugeborenes Baby bei ihrem Freund zurückgelassen und versucht verzweifelt, ihr Vorleben zu vergessen. Ihr Gefühlsaufruhr – Zweifel, Selbsthass, Schuldgefühle gegenüber dem Kind, Trotz, der Wunsch, ein anderer Mensch zu sein, Sehnsucht nach Geborgenheit – steigert sich allmählich, begleitet von äußeren Ereignissen, Begegnungen mit anderen Menschen, hilflosen Versuchen, sich ein neues Leben zu schaffen, bis sich am Ende die Ereignisse überschlagen.

Das andere Mädchenbuch

Patricia Mennen, Birgit Rieger, Ravensburger Buchverlag
(2004), 14,95 € ISBN 3-47335880-0

Alles, was Mädchen vor und in der Pubertät wissen wollen: erste Liebe, Sexualität, Verhütung, Schönheitstipps, Reisen, Jobs, Wellness, Fitness und Gesundheit ...

Abwechslungsreich und altersgemäß gestaltet spricht das Buch die Themen an, die Mädchen brennend interessieren, auch Problematisches wie Missbrauch, Schwangerschaft oder Drogen. Dazu: Psychotests, Quiz, ein Liebeshoroskop und viele Beauty-Rezepte.

›Zentralheizungs- und Lüftungsbauerin:

»Alles Neue ist eine Herausforderung.«

Daniela Odenthal

»Nach dem Abi war mir klar, dass mir 13 Jahre Auf-dem-Stuhl-Sitzen reichen. Ich wollte etwas Handwerkliches machen und habe im Praktikum ausprobieren wollen, wie der Beruf Heizungs- und Lüftungsbauerin ist. Das fand ich so gut, dass ich mich für eine Lehre entschieden habe. Dann war es aber ganz schön schwierig, eine Lehrstelle zu finden. 34 Absagen habe ich bekommen, bis es endlich geklappt hat. Ich glaube, die Absagen kamen, weil sich eine Frau beworben hat. Die alten Vorurteile halt.

›Zentralheizungs- und Lüftungsbauerin‹

www.zentralverband-shk.de

Dabei ist der Beruf gar nicht mehr so schwer wie früher. Ich packe mit an, wenn wir die Heizungskörper und Kessel tragen, das finde ich auch gut. Und die Arbeit können Frauen genauso wie Männer verrichten, egal ob wir alte Leitungen blindlegen oder rausreißen, neue Leitungen verlegen, Rohre schweißen und Lötarbeiten vornehmen.



www.jukobox.de/maedchensache



Mädchensache!

Die Lehre ist eine Grundlage für mein Studium, ich möchte gerne auch noch Versorgungstechnik studieren.«

Das. MM-Interview mit einer jungen Mutter

Interview mit einer jungen Frau, die mit 14 Jahren schwanger geworden ist und seitdem mit ihrem jetzt vierjährigen Sohn in einem Wohnheim für junge Frauen mit pädagogischer Betreuung im Sauerland wohnt

MM Du bist mit 14 Jahren schwanger geworden, was waren deine ersten Gedanken/Gefühle?

➤ Ich war traurig und hatte Angst vor der Zukunft, doch die Angst war schlimmer.

MM Als du dich für das Kind entschieden hast, wie haben Freunde, Familie und Bekannte reagiert?

➤ Mein Papa hätte es gerne gesehen, wenn ich den Erzeuger von meinem Sohn geheiratet hätte. Meine Mama war geschockt, aber gefreut haben sie sich dann doch.

Meine Freunde waren auch geschockt. Den leiblichen Vater von meinem Sohn hat das alles nicht interessiert, seine Eltern wollten sogar, dass ich das Baby weg-machen lasse.

MM Von wem hast du Unterstützung erhalten?

➤ Vorrangig von meiner Mutter und ihrem Freund, aber auch vom Jugendamt.

MM Kannst du dich noch an Gedanken erinnern, die dich in Bezug auf deine schulische Zukunft beschäftigt haben?

➤ Die Schule wollte ich auf jeden Fall weitermachen, deswegen sind wir ja auch zum Jugendamt gegangen.

MM Wie hast du dann von diesem Wohnheim für junge Frauen erfahren und wie hast du dort einen Platz bekommen?

➤ Über das Jugendamt habe ich von dieser Möglichkeit erfahren.

MM Als dein Sohn geboren war, konntest du dann kurze Zeit später weiter zur Schule gehen?

➤ Da ich ja schon zwei Monate vor der Geburt ins Wohnheim eingezogen bin und mein Sohn nach der Entbindung von den Kinderpflegerinnen dort betreut wurde, konnte ich zwei Wochen nach seiner Geburt zurück in die Schule gehen.

MM Du lebst nun schon seit vier Jahren in dem Wohnheim. Wie erlebst du zurzeit einen ganz „normalen“ Tages-ablauf?

➤ 6.30 Uhr aufstehen. Dann mache ich meinen Sohn und mich „fertig“, der Kleine bleibt dann erst einmal bei den Betreuerinnen und frühstückt. Den Tag ver-bringt er in einer Kindertagesstätte ganz in der Nähe, dort wird er nachmittags von den Mitarbeitern des Wohnheimes abgeholt. Leider kann ich das nicht selber tun. Meine Arbeitszeit endet um 18.30 Uhr, ich mache eine Ausbildung zur Einzelhandelskauffrau in einem Drogeriemarkt. 19.00 Uhr bin ich dann zu Hause und kann mich endlich selber um den Kleinen kümmern, aber nach einem anstrengenden Tag ist das ganz schön stressig. Wenn mein Sohn dann im Bett ist, muss ich noch alle hauswirtschaftlichen Sachen machen. Wie zum Beispiel bügeln und meine drei Zimmer putzen. Aber an zwei Abenden in der Woche passen die Mitarbeiterinnen des Wohnheimes auf meinen Sohn auf, sodass ich mal in Ruhe ausgehen kann.

Interview

MM Freizeit, ist das für dich nur noch ein Wort oder hast du immer noch genügend Zeit für Hobbys und Freunde?

➤ Freizeit ist für mich, wenn mein Sohn abends endlich im Bett ist und mein Freund und ich zusammen sind. Er darf dann bis 22.00 Uhr bleiben, allerdings können wir uns dann auch nur im Aufenthaltsraum des Wohnheimes aufhalten.

Als Hobbys habe ich Lesen und Musikhören, das kann ich ja schließlich abends im Bett.

Freunde sehe ich, wenn ich Ausgang habe, aber ich muss schon auf vieles verzichten, was andere so in meinem Alter unternehmen.

MM Wie würdest du die vergangenen vier Jahre kurz und knapp beschreiben?

➤ Hart, ganz schwierig, aber auch schön. Mein Sohn ist mein „Ein und Alles“.

Nur, manchmal habe ich Angst, etwas falsch zu machen, besonders in der Erziehung. Die Verantwortung ist schon sehr groß und die Arbeit sehr viel, auch wenn man Unterstützung und Rat bekommt. Ich habe meinen Sohn sehr gerne, und das gibt mir trotz allem das Gefühl, die letzten vier Jahre nicht als „verlorene“ Jahre zu sehen.

Weitere Informationen erhaltet ihr bei den örtlichen Jugendämtern, Adressen von Beratungsstellen findet ihr im Anhang.

17./18. Woche

Tag der Arbeit - Maifeiertag

 abnehmender Mond

Christi Himmelfahrt

Muttertag

Mai

Sonntag

1.

Montag

2.

Dienstag

3.

Mittwoch

4.

Donnerstag

5.

Freitag

6.

Samstag

7.

Sonntag

 Neumond

8.

Mai

Montag

9.

Dienstag

10.

Mittwoch

11.

Donnerstag

12.

Freitag

13.

Samstag

14.

Sonntag

15.

19. Woche

20. Woche

Pfingstmontag

 zunehmender Mond

 Zwillinge

Mai

Montag

16.

Dienstag

17.

Mittwoch

18.

Donnerstag

19.

Freitag

20.

Samstag

21.

Sonntag

22.

Pfingstsonntag

Mai

Montag

23.  Vollmond

Dienstag

24.

Mittwoch

25.

Donnerstag

Fronleichnam

26.

Freitag

27.

Samstag

28.

Sonntag

29.

21. Woche

22. Woche

Mai

Montag

30.  abnehmender Mond

Dienstag

31.

Wahnsinn
ist, wenn man immer wieder das Gleiche tut,
aber andere Resultate erwartet.
(Rita Mae Brown)

›Bäckerin:

»Wir backen nach den Rezepten
meines Urgroßvaters.«

Robina Weiser



MädchenSache!

»Einige mögen es ja nicht glauben,
früh aufzustehen macht mir sogar Spaß.

Morgens ist es wunderbar ruhig, und wenn andere noch im Büro schwitzen, habe ich längst Feierabend, kann in die Stadt gehen oder ins Freibad.

Mein Arbeitstag vergeht wie im Flug: Brötchen, Gebäck und Kuchen backen. Alles wird nach alter Tradition gemacht, ohne Hightech. Für mich ist es spannend, etwas Kreatives zu gestalten. Das Schönste ist, wenn ich sehe, dass es den Leuten schmeckt.

›Bäckerin‹

www.baeckerhandwerk.de

Ich habe noch viel vor: Zunächst möchte ich noch eine Konditorinnenlehre anschließen, werde in beiden Berufen meinen Meisterbrief machen und später zusammen mit meinem Bruder den Familienbetrieb weiterführen, dann in der 4. Generation.«



www.jukobox.de/maedchensache

„Nicht
weil es so schwer ist,
versuchen wir es nicht.
Es ist so schwer,
weil wir es nicht versuchen.“
(Seneca)

Mittwoch

1.

Donnerstag

2.

Freitag

3.

Samstag

4.

Sonntag

5.

Montag

● Neumond

6.

Dienstag

7.

Mittwoch

8.

Donnerstag

9.

Freitag

10.

Samstag

11.

Sonntag

12.

Juni

Montag

13.

Dienstag

14.

Mittwoch

15.  zunehmender Mond

Donnerstag

16.

Freitag

17.

Samstag

18.

Sonntag

19.

24. Woche

25. Woche

Sommeranfang



Krebs

Juni

Montag

20.

Dienstag

21.

Mittwoch

22.  Vollmond

Donnerstag

23.

Freitag

24.

Samstag

25.

Sonntag

26.

Juni

Montag

27.

Dienstag

28. ☾ abnehmender Mond

Mittwoch

29.

Donnerstag

30.

26. Woche

26. Woche

Juli

Freitag

1.

Samstag

2.

Sonntag

3.

Entscheiden Juli bis August
Entscheiden >>>>>>
Berufswahlfahrplan **siehe Seite 12** ●●●

**Menschen, an denen nichts
auszusetzen ist, haben einen
- allerdings entscheidenden - Fehler:
Sie sind uninteressant.**
(Zsa Zsa Gabor)

Juli

27. Woche

Montag

4.

Dienstag

5.

Mittwoch

6.

● Neumond

Donnerstag

Sommerferien

7.

Freitag

Sommerferien

8.

Samstag

Sommerferien

9.

Sonntag

Sommerferien

10.

28. Woche

Sommerferien

Sommerferien

Sommerferien

Sommerferien

Sommerferien

Sommerferien

Sommerferien

Juli

Montag

11.

Dienstag

12.

Mittwoch

13.

Donnerstag

● zunehmender Mond

14.

Freitag

15.

Samstag

16.

Sonntag

17.

Juli

Montag

18.

Dienstag

19.

Mittwoch

20.

Donnerstag

21.  Vollmond

Freitag

22.

Samstag

23.

Sonntag

24.

29. Woche

Sommerferien

Sommerferien

Sommerferien

Sommerferien

Sommerferien

Sommerferien - Löwe



Sommerferien

30. Woche

Sommerferien

Sommerferien

Sommerferien

Sommerferien

Sommerferien

Sommerferien

Sommerferien

Juli

Montag

25.

Dienstag

26.

Mittwoch

27.

Donnerstag

 abnehmender Mond

28.

Freitag

29.

Samstag

30.

Sonntag

31.



Mit JUNIOR in die Pole-Position!

Das eigene Unternehmen

Davon träumen viele: eine eigene Firma zu führen. Mit dem Projekt JUNIOR könnt ihr das auch. Die JUNIOR-Geschäftsstelle stellt Konzept und Materialien zur Verfügung und hilft euch dabei, eine auf ein Jahr befristete Schülerinnenfirma zu gründen.

... Ein gutes Team

Was dazu benötigt wird? 10 – 15 Schülerinnen ab Klasse 9, eine engagierte Lehrerin, Motivation, Tatkraft und gute Ideen. Die Geschäftsidee wird zu Beginn des Schuljahres entwickelt und dann umgesetzt.

... Warum Junior?

Einblicke in die Abläufe eines Unternehmens zu bekommen und Teamfähigkeit zu beweisen sind nur zwei Gründe, die euch später bei der Ausbildungsplatzsuche und der Berufswahl einen Vorteil gegenüber anderen verschaffen.

Rechts seht ihr das JUNIOR-Unternehmen TIMEOUT von der Liebfrauen-Realschule Geldern aus dem Schuljahr 2003/2004.

Info-Telefon: 02 21/49 81-707



www.juniorprojekt.de

TIMEOUT – Uhren der Zukunft

Unsere Firma „TIMEOUT“ ist am 14.10.2003 offiziell gegründet worden. Bevor wir mit der Produktion und Vermarktung beginnen konnten, mussten wir uns überlegen, was wir herstellen wollen. In Gruppen haben wir uns zusammengesetzt und Vorschläge entwickelt. Nachdem wir die Ergebnisse vorgestellt hatten, entschieden wir uns, Uhren in Handarbeit herzustellen. Der Grundstein war gelegt.

Danach bauten wir unser Unternehmen Schritt für Schritt auf. Zuerst wählten wir die fünf Abteilungen unserer Firma. Es gibt die Vorstandsvorsitzende, die Ansprechpartnerin für die Mitarbeiterinnen sowie für die JUNIOR-Geschäftsstelle ist. Außerdem repräsentiert sie die Firma nach außen. Zusätzlich gibt es die Technische, die Marketing-, die Finanz- und die Verwaltungsabteilung.

Dann entwickelten wir den Werbespruch unserer Firma „Uhren der Zukunft“ und den Briefkopf. Wir überlegten, wo und wie wir unsere Uhren verkaufen können und wo es besonders effektiv ist. Mit Hilfe eines Unternehmensberaters wurde uns klar, dass es besonders gut im privaten Umfeld möglich ist. Bisher haben wir sehr viel über Marktwirtschaft erfahren, wie man sich in einem Team integriert und wie die einzelnen Abteilungen arbeiten, genauso, wie die Aufgaben des täglichen Lebens bald für uns aussehen könnten.



An diesem Projekt nehmen wir teil, weil wir erfahren möchten, wie ein Unternehmen funktioniert.

August

Montag

31. Woche

Sommerferien

1.

Dienstag

Sommerferien

2.

Mittwoch

Sommerferien

3.

Donnerstag

Sommerferien

4.

Freitag

Sommerferien

5.

● Neumond

Samstag

Sommerferien

6.

Sonntag

Sommerferien

7.

32. Woche

Sommerferien

Sommerferien

Sommerferien

Sommerferien

Sommerferien

Sommerferien

Sommerferien

August

Montag

8.

Dienstag

9.

Mittwoch

10.

Donnerstag

11.

Freitag

12.

Samstag

13.

● zunehmender Mond

Sonntag

14.

August

Montag

33. Woche

Sommerferien

15.

Dienstag

Sommerferien

16.

Mittwoch

Sommerferien

17.

Donnerstag

Sommerferien

18.

Freitag

Sommerferien

19.  Vollmond

Samstag

20.

Sonntag

21.

34. Woche



August

Montag

22.

Dienstag

23.

Mittwoch

24.

Donnerstag

25.

Freitag

 abnehmender Mond 26.

Samstag

27.

Sonntag

28.

August

35. Woche

Montag

29.

Dienstag

30.

Mittwoch

31.

**Wer nach allen Seiten
lächelt,
bekommt nichts als Falten im Gesicht.**
(arabisches Sprichwort)

Bewerben September bis Dezember

Bewerben >>>>>>>>

Berufswahlfahrplan siehe Seite 12 ●●●

September 2005

36. Woche

Montag

5.

Dienstag

6.

Mittwoch

7.

Donnerstag

8.

Freitag

9.

Samstag

10.

Sonntag

35. Woche

Donnerstag

1.

Freitag

2.

Samstag

3.

Sonntag

37. Woche

Montag

12.

Dienstag

13.

Mittwoch

14.

Donnerstag

15.

Freitag

16.

Samstag

17.

Sonntag

38. Woche

Montag

19.

Dienstag

20.

Mittwoch

21.

Donnerstag

22.

Freitag

23.

Samstag

24.

Sonntag

39. Woche

Montag

26.

Dienstag

27.

Mittwoch

28.

Donnerstag

29.

Freitag

30.

Oktober 2005

40. Woche

Montag	3.
Dienstag	4.
Mittwoch	5.
Donnerstag	6.
Freitag	7.
Samstag	8.
Sonntag	9.

41. Woche

Montag	10.
Dienstag	11.
Mittwoch	12.
Donnerstag	13.
Freitag	14.
Samstag	15.
Sonntag	16.

39. Woche

Samstag	1.
Sonntag	2.

42. Woche

Montag	17.
Dienstag	18.
Mittwoch	19.
Donnerstag	20.
Freitag	21.
Samstag	22.
Sonntag	23.

43. Woche

Montag	24.
Dienstag	25.
Mittwoch	26.
Donnerstag	27.
Freitag	28.
Samstag	29.
Sonntag	30.

44. Woche

Montag	31.
--------	-----

November 2005

44. Woche

Dienstag	1.
Mittwoch	2.
Donnerstag	3.
Freitag	4.
Samstag	5.
Sonntag	6.

45. Woche

Montag	7.
Dienstag	8.
Mittwoch	9.
Donnerstag	10.
Freitag	11.
Samstag	12.
Sonntag	13.

46. Woche

Montag	14.
Dienstag	15.
Mittwoch	16.
Donnerstag	17.
Freitag	18.
Samstag	19.
Sonntag	20.

47. Woche

Montag	21.
Dienstag	22.
Mittwoch	23.
Donnerstag	24.
Freitag	25.
Samstag	26.
Sonntag	27.

48. Woche

Montag	28.
Dienstag	29.
Mittwoch	30.

Montag 5. **49. Woche**

Dienstag 6.

Mittwoch 7.

Donnerstag 8.

Freitag 9.

Samstag 10.

Sonntag 11.

Montag 19. **51. Woche**

Dienstag 20.

Mittwoch 21.

Donnerstag 22.

Freitag 23.

Samstag 24.

Sonntag 25.

Montag 12. **50. Woche**

Dienstag 13.

Mittwoch 14.

Donnerstag 15.

Freitag 16.

Samstag 17.

Sonntag 18.

Montag 26. **52. Woche**

Dienstag 27.

Mittwoch 28.

Donnerstag 29.

Freitag 30.

Samstag 31.

Wegweiser Berufswahl – Ein Arbeitsbuch für Jugendliche bei ihrer ersten Berufswahl

Reinhard Schmidt, Claire Barmettler, Bertelsmann Verlag (2003), 14,90 € ISBN 3-7639-3089-2

Jede/-r vierte Azubi in Deutschland bricht die Ausbildung ab. Der häufigste Grund: eine falsche Berufswahl. Die Angst, den falschen Beruf zu wählen, steigt und setzt Schülerinnen und Schüler unter Druck. Dass Berufswahl keine Qual sein muss und Berufsberatung sinnvoll unterstützt werden kann, zeigen Berufsberater und Berufsberaterin R. Schmidt und C. Barmettler in ihrem Ratgeber.

Die perfekte Bewerbungsmappe für Ausbildungsplatzsuchende

Jürgen Hesse, Hans Chr. Schrader, Eichborn (2004), 12,90 € ISBN 3-82183866-3

Längst gilt auch für die jungen Schulabgänger/-innen: ohne überzeugende schriftliche Selbstdarstellung keine Einladung zum persönlichen Vorstellungsgespräch. Die Autoren geben den noch unerfahrenen Bewerberinnen und Bewerbern anschauliche Orientierung auf dem Weg ins Berufsleben: Sie präsentieren und kommentieren die Bewerbungsmappen von erfolgreichen Ausbildungsplatzsuchenden. Die inhaltliche wie formale Gestaltungsvielfalt der Anschreiben und Lebensläufe gibt Schulabgängerinnen und -abgängern Anregungen, wie sie ihre Bewerbung individuell gestalten und sich so von ihren Mitbewerberinnen und -bewerbern unterscheiden können.

Nach dem Abitur
würde ich gerne studieren,

...

aber wo?



Mit Fachhochschulreife oder Abitur gibt es viele Möglichkeiten zu studieren. Über die Unterschiede in Stichworten:

Fachhochschule:

- praxisbezogen
- kurze Studienzeiten
- größere Spezialisierung
(z. B. Technik, Sozialarbeit/Sozialpädagogik, Design)
- Voraussetzung: Fachhochschulreife (Klasse 12)
und in vielen Fällen ein 1-jähriges Praktikum

Gesamthochschule:

- integriertes Studium von Fachhochschul- und Universitätsstudiengängen
- Voraussetzung: Fachhochschulreife oder allgemeine Hochschulreife

Universität:

- wissenschaftliche Theorien und Methoden stehen im Vordergrund
- längere Studienzeiten
- Voraussetzung: allgemeine Hochschulreife (Klasse 13)

Es ist an einigen Fachhochschulen möglich, zu studieren und gleichzeitig eine Ausbildung in einem Betrieb zu machen. Das **Handbuch** „Abiturienten-Ausbildung der Wirtschaft“ (€ 12,-) bietet eine Übersicht über die weiteren vielfältigen Ausbildungsangebote. Die Bestellung des o. a. Handbuchs ist nur mittels Verrechnungsscheck über € 12,- möglich.

Herausgeber ist der

Deutsche Institutsverlag, Köln, Tel.: 02 21/498 10

Studienplätze werden je nach Studiengang von der Zentralstelle für die Vergabe von Studienplätzen (ZVS) Dortmund vergeben, oder du musst dich direkt an der Hochschule bewerben.

und
was...?



Studium

Auch an den Universitäten ist es heute noch so:

Die meisten jungen Frauen studieren im Bereich
„Sprachen, Pädagogik, Soziales, Künstlerisches...“

Viele Universitäten bieten daher für die naturwissenschaftlichen und technischen Studiengänge **Sommerunis** speziell für Frauen und Mädchen an. Oder es wird ein **Schnupper- bzw. Probestudium** angeboten. Das ist meistens sowohl für Mädchen und Frauen als auch für Jungen und Männer offen.

Hier kannst du in verschiedene Studiengänge hinein- „schnuppern“ und so prüfen, ob du nicht vielleicht die Frau- enquote in diesem Fach anheben willst, denn interessant findest du diesen Bereich schon lange. Und keine Angst, ein naturwissenschaftlicher Leistungskurs in der Schule ist zwar hilfreich, aber keine Voraussetzung für diese Fächer. Das Probestudium findet, je nach Universität, an verschiedenen Terminen statt. Es beinhaltet ein Angebot an Vorlesungen, Praktika, Laborbesichtigungen.... Du lernst die Uni und das Unileben kennen, kannst mit Tutorinnen, Tutoren, Studentinnen und Studenten sprechen und dich qualifiziert beraten lassen.

Hier findest du die Internet- und Email-Adressen einiger Universitäten. Dort kannst du ihre aktuellen Termine (teilweise auch während der Schulzeit, dann musst du dich beurlauben lassen) und die angebotenen Studiengänge abfragen.

Universität Köln

Schnupperuniversität für Schülerinnen

– Frauen in Naturwissenschaft & Medizin

www.uni-koeln.de/organe/gleichstellungsbeauftragte

Email gleichstellungsbeauftragte@uni-koeln.de

Bei der Gleichstellungsbeauftragten der Uni Köln kann auch der aktuelle Studienführer der Uni angefordert werden.

Universität Essen

• Sommeruniversität für Frauen in Naturwissenschaft und Technik

www.uni-essen.de/sommeruni

Email sommeruni@uni-essen.de

• Probestudium

in Naturwissenschaft, Technik und Informationstechnologie

www.uni-essen.de/probestudium

Email probestudium@uni-essen.de

auf der nächsten Seite geht es weiter ...



Ruhr-Uni Bochum

Sommer-Projektwoche MINT (Mathematik, Ingenieurwissenschaften, Naturwissenschaften, Technik)

www.ruhr-uni-bochum.de/Schuelerinnen

Email schuelerinnen@rub.de

Universität Wuppertal

• Sommeruni für Frauen

in Naturwissenschaft, Technik und Informationstechnologie

www.sommer.uni-wuppertal.de

Email sommeruni@uni-wuppertal.de

• Infotage (Mädchen, Frauen, Jungen und Männer)

www.zsb.uni-wuppertal.de

Email zsb@uni-wuppertal.de

Universität Siegen

Schnupperstudium (für alle offen)

www.studienberatung.uni-siegen.de/Aktuell/Schnupperstudium

www.studienberatung.uni-siegen.de/Aktuell/Schnupperstudium

Email info@studienberatung.uni-siegen.de

Universität Dortmund

Schnupperuni in Naturwissenschaften, Technik, Sozialwissenschaften

www.schnupper.uni-dortmund.de

www.uniscouts.de

Email Schnupper@uni-dortmund.de

Studium **Fachhochschule Köln**

Studieren und sich nicht verlieren: auf dem überschaubaren Campus Gummersbach der FH Köln kannst du z.B. **Ingenieurwissenschaften**: Automatisierung, Elektronik, Ingenieurinformatik, Maschinenbau und Wirtschaftsingenieurwesen studieren. Erst im dritten Semester muss man sich zwischen den fünf Bereichen entscheiden. In der Informatik gibt es die Angebote allgemeine Informatik, Medieninformatik, Technische Informatik und Wirtschaftsinformatik

Fachhochschule Köln, Campus Gummersbach

Studierendensekretariat, Am Sandberg 1,
51643 Gummersbach, Telefon: 0 22 61/81 96-118,
email: studieninfo@gm.fh-koeln.de,
internet: www.gm.fh-koeln.de

Die größte Fachhochschule Deutschlands bietet in Köln noch viele andere Studiengänge an wie z.B. Design, Wirtschaft, Sozialwissenschaften oder Ausbildungsberufe zur Mediengestalterin, Fachinformatikerin oder diverse Praktika.

Mehr Infos, auch zu Schnuppertagen, dem Girls' Day oder Aktionen am Tag der Offenen Tür bei

Dipl.-Ing. Gabriele Drechsel, Gleichstellungsbeauftragte der FH Köln, Tel. 02 21/82 75-34 55,
email: gleichstellungsbeauftragte@fh-koeln.de
Sie beantwortet auch Fragen zu Berufschancen, Einkommen...

Infos zu allen Studiengängen: Fachhochschule Köln,
Zentrale Studienberatung
Claudiusstr. 1, 50678 Köln, Tel. 02 21/82 75-34 07
Studieninfos@zv.fh-koeln.de, www.fh-koeln.de

Interview mit **Anna Lührmann**

Anna Lührmann ist mit 21 Jahren die zur Zeit jüngste Abgeordnete im Deutschen Bundestag. Sie ist jetzt bereits seit 2 Jahren dabei. Wir wollten von ihr wissen, was sie dazu bewogen hat in der Politik mitzumischen:



MM **Frau Lührmann, was hat Sie dazu bewogen in die Politik zu gehen?**

> Ich wollte nicht nur meckern, sondern selber aktiv Probleme lösen. Mit diesem Wunsch habe ich bei den Grünen offene Türen eingarannt. Dass ich jedoch so schnell im Bundestag landen würde, habe ich weder geplant noch erwartet.

MM **Können Sie uns in kurzen Worten die wichtigsten Stationen auf diesem Weg darstellen?**

> In der Grundschule war ich Mitbegründerin eines Greenteams, einer Jugendgruppe von Greenpeace. Mit 13 Jahren wurde ich zur Sprecherin der Jungen Grünen in Kassel gewählt und ich war dann auch in der Schülervertretung aktiv. Während dieser Zeit bekam ich eine Einladung zu den Jungen Grünen Kassel. Ich bin dann dabei geblieben, als ich gemerkt habe, dass man als junger Mensch hier was bewegen kann.

MM *Gibt es feste Voraussetzungen, z. B. best. Schulabschluss/Ausbildung, die man/frau mitbringen sollte?*

> Im Grunde gibt es keine festgelegten Voraussetzungen, um in die Politik zu gehen. Hier sind viele Berufsgruppen vertreten. Ich selbst bin, anders als der Großteil der Politiker, Studentin und liege weit unter dem Altersdurchschnitt. Hauptsächlich sind Interesse und Engagement entscheidend, um ein politisches Mandat zu bekommen. Man sollte den Willen mitbringen, etwas zu verändern.

MM *Was reizt Sie an dem Gebiet Politik am meisten?*

> Mir ging es nie darum, ein bestimmtes Amt als Selbstzweck zu erobern, sondern darum, in der Lage zu sein, die Dinge zu gestalten und zu ändern. In der Politik habe ich die Möglichkeit, etwas zu verändern. Wenn man nur rumsitzt und lamentiert über die Ungerechtigkeit der Welt oder die Umweltverschmutzung, macht man es sich meines Erachtens nach zu leicht. Durch Politik kann man etwas bewegen. Es macht auch Spaß, sich zu engagieren.

MM *Wie sieht zurzeit die Frauen-/Männer-Quote im Bundestag aus?*

> Das Verhältnis von Frauen und Politik ist immer noch nicht gleichberechtigt. Im Bundestag sitzen beispielsweise nur ein Drittel Frauen. Deshalb haben Bündnis 90/Die Grünen in ihrem parteiinternen Frauenstatut eine Frauenquote festgelegt und setzen sich auch sonst für eine geschlechtergerechte Politik ein, die auch die Männer im Blick hat und sie in die Verantwortung nimmt.

MM *Sie haben ja bereits in jungen Jahren sehr viel erreicht. Können Sie heute schon etwas nennen, das Sie auf jeden Fall noch erreichen möchten?*

> Da sag' ich immer: Schau'n mer mal. Ich kann mir vieles vorstellen. Nicht nur die Politik reizt mich, sondern auch die Tätigkeit als Journalistin oder in einer internationalen Organisation. Damit ich möglichst viele Optionen habe, will ich jedoch auf jeden Fall bevor ich dreißig Jahre alt bin, mein Studium abgeschlossen haben.

MM *Gibt es etwas, dass Sie den Mädchen gerne mit auf den Weg geben würden?*

> Ich kann nur meine Devise wiederholen: „Machen statt meckern!“. Es ist wichtig, dass mehr junge Leute, besonders junge Frauen, in der Politik mitreden. Denn wenn ihr etwas verändern wollt, müsst ihr euch dafür engagieren. Egal ob bei Umweltverbänden wie Greenpeace (www.greenpeace.de), den Jungen Europäischen Föderalisten (www.jef.de) oder der Schülervertretung an eurer Schule bzw. der Fachschaft an eurer Uni: Möglichkeiten zur aktiven Teilnahme an Politik gibt es genügend!

Mehr zu Anna Lührmann,
ihren Aufgaben und ihrem Team findest du unter:

www.anna-luehrmann.de

Für einige Zeit ins Ausland? Warum nicht!



Wenn du Erfahrungen sammeln, eine andere Sprache lernen oder vertiefen möchtest, eine andere Kultur kennen lernen willst, kann ein mehrmonatiger Auslandsaufenthalt genau das Richtige für dich sein! Und bei der späteren Ausbildungs- bzw. Arbeitsplatzsuche bringt ein Auslandsaufenthalt auch Pluspunkte: Du kannst dich durchbeißen, bist selbstständig und der jeweiligen Landessprache mächtig! Verschiedene Formen sind möglich, hier ein paar Beispiele:

Highschoolaufenthalt ...

15- bis 18-jährige Schülerinnen können ein Schuljahr in den USA, Südafrika, Australien oder Spanien verbringen. Mitbringen solltest du möglichst gute Kenntnisse der Sprache und psychische wie physische Gesundheit, außerdem wird ein bestimmter Notenspiegel erwartet. Leider relativ teuer, aber ggf. ist ein Stipendium möglich.

Infos: AIFS American Institute For Foreign Study (früher GIJK)
Bauscheidtstraße 11, 53113 Bonn
gebührenfreie Telefonnummer: 0800/777 22 99
E-Mail: info@aifs.de, Internet: www.aifs.de

Au-Pair-Mädchen Europa/USA



Als Au-pair bist du zwischen 18 und 26 Jahre alt, lebst i.d.R. für 8 bis 9 Monate, max. 1 Jahr in einer Gastfamilie, deren Kinder du betreust und wo du bei der Hausarbeit hilfst. Du erhältst dafür von der Familie Verpflegung, Unterkunft, Taschengeld und die landesüblichen Versicherungen. Die Freizeit nutzt du u.a. zum Besuch einer Sprachschule. In den USA ist nur ein 12-monatiger Aufenthalt möglich, dafür werden Hin- und Rückflug bezahlt.

Infos über Qualitätsstandards und Liste der Agenturen:
www.au-pair-society.org

Europa

- Verein für Internationale Jugendarbeit, www.vij-au-pair.de
- Verband IN VIA Kath. Mädchensozialarbeit e.V.
in jeder größeren Stadt, www.invia.caritas.de

USA

- AIFS American Institute For Foreign Study, s.o.

Europäischer Freiwilligendienst ...


Das Programm der Europäischen Union richtet sich an junge Leute zwischen 18 und 25 Jahren. Du kannst für die Dauer von drei Wochen bis zu einem ganzen Jahr in einem gemeinnützigen Projekt in einem Land der EU sowie in Norwegen und Island mitarbeiten, z.B. bei der Einrichtung einer Essensausgabe für Mittellose oder im Umweltschutz. Schulabschluss, Nationalität etc. spielen keine Rolle. Du erhältst ein Taschengeld, freie Kost und Logis und bei Bedarf einen Sprachkurs. Reise- und Versicherungskosten werden ebenfalls übernommen. Leider hat die Freiwillige in der Zeit keinen Anspruch auf Kindergeld. Die Zeit gilt weder als besondere Wartezeit für Studienplätze noch automatisch als anerkanntes Praktikum.

Infos: Internationaler Jugendaustausch- und Besucherdienst der Bundesrepublik Deutschland e.V. (IJAB)
Jugend für Europa, Heussallee 30, 53113 Bonn
www.webforum-jugend.de

Ansprechpartnerin für Nordrhein-Westfalen:

Maria Deisel, Tel.: 02 28 / 9506-221
E-Mail: deisel@jfemail.de

Über den **IJAB** erhältst du auch Infos über weitere Möglichkeiten wie Jobs und Praktika im Ausland, Jugendbegegnungen, Workcamps, Schüler/-innenaustausch etc. unter www.ijab.de, www.rausvonzuhause.de, www.wege-ins-ausland.de.



Handwriting practice lines on the left page. The page features 15 sets of horizontal dashed lines, each set consisting of a top line, a middle line, and a bottom line. A solid blue horizontal bar is positioned between the middle and bottom lines of each set. The page is decorated with a faint, light blue background image of several mobile phones.

Handwriting practice lines on the right page. The page features 15 sets of horizontal dashed lines, each set consisting of a top line, a middle line, and a bottom line. A solid blue horizontal bar is positioned between the middle and bottom lines of each set. The page is decorated with a faint, light blue background image of several mobile phones.



A central writing area consisting of 20 horizontal dashed lines on a light blue background, providing space for notes.

Stundenplan 1. Halbjahr

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Zeit
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
6.							
7.							
8.							
9.							

Stundenplan 2. Halbjahr

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Zeit
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
6.							
7.							
8.							
9.							

Teste dich -

Wie fit bist du
für Bewerbungs- und Eignungstests:



1. Setze den fehlenden Buchstaben ein:

A, D, G, J,

2. Setze den fehlenden Buchstaben ein:

D, G, K, N, R,

3. Setze den fehlenden Buchstaben ein:

B, C, E, H, L,

4. Setze den fehlenden Buchstaben ein,
so dass zwei Wörter entstehen

a: LAU TAU

b: SOD STERN

c: UL ERZE

5. Welche Lampe leuchtet am kräftigsten?

Lampe A leuchtet nicht so kräftig wie Lampe B

Lampe B leuchtet kräftiger als Lampe C

Lampe C leuchtet genau so kräftig wie Lampe D

Lampe B leuchtet kräftiger als Lampe A

Lampe D leuchtet kräftiger als Lampe A

6. Ein Händler kauft für 1.200 € Tee.

Den Tee verkauft er wieder für 1.500 €. Pro Sack Tee macht er 50 € Gewinn.

Wieviel Säcke Tee hatte er?

7. 87 kg Kartoffeln sind auf zwei Kisten verteilt.

Die eine Kiste wiegt 11 kg weniger als die andere.

Wieviel Kilo sind in der leichteren Kiste?

Aus:

www.testedich.de – TOP 10 – der IQ-Test

Und hier sind die Lösungen zum Test ...

Aufgabe 7: 38kg

Aufgabe 6: 6 Säcke

Aufgabe 5: B

Aufgabe 4c: K

Aufgabe 4b: A

Aufgabe 4a: S

Aufgabe 3: O

Aufgabe 2: U

Aufgabe 1: M

Arbeitslosenzentrum **Arbeitslosenberatung**

Beratung	Berufswegplanung Hilfe im Umgang mit Ämtern und Behörden Jugend in Arbeit „plus“	<u>Ansprechpartnerin</u> Monika Reif
Information	Infos über Förder- möglichkeiten und Leistungen von Arbeits- und Sozialamt	<u>Öffnungszeiten:</u> Mo-Fr: 9.00 -12.30 Uhr Mo-Do: 14.00-16.30 Uhr
Treff	Computerclub Café	<u>Adresse:</u> Vollmerhauser Str. 44 51645 Gummersbach
Schulung	Bildungsangebote z. B. Bewerbungstraining, Schreib- maschinenkurse...	<u>Telefon/E-Mail/Web:</u> 02261/79 58 12 bits@vsb-online.de http://www.vsb-online.de

zwei Projekte im Verein für Soziale Bildungsarbeit e.V. 

Berufskolleg Oberberg *... (B.E.S.T.)*

in Gummersbach-Dieringhausen bietet:

Vorklasse zum Berufsgrundschuljahr: Die Chance für alle, doch noch den Hauptschulabschluss zu machen.

Berufsfachschule für Sozial- und Gesundheitswesen, Fachrichtung Kinderpflege: Voraussetzung: Hauptschulabschluss, Dauer: 2 Jahre, Abschluss: staatl. gepr. Kinderpflegerin und Fachoberschulreife.

Berufsfachschule für Sozial- und Gesundheitswesen, Fachrichtung Gesundheitswesen: Voraussetzung: Hauptschulabschluss, Dauer: 1-2 Jahre, Abschluss: Fachoberschulreife

Fachoberschule für Sozial- und Gesundheitswesen: Voraussetzung: Fachoberschulreife, Dauer: 1 Jahr Praktikum und 1 Jahr Schule, Abschluss: Fachhochschulreife.

Fachschule für Sozialpädagogik: Voraussetzung: Fachoberschulreife, Dauer: 2 Jahre und Anerkennungsjahr, Abschluss: staatl. anerkannte Erzieherin und Fachhochschulreife.

Höhere Berufsfachschule für Technik, Ausbildung zur Informationstechnischen Assistentin: Dauer: 3 Jahre, Abschluss: staatl. gepr. Informationstechnische Assistentin und Fachhochschulreife.

Höhere Berufsfachschule mit Gymnasialer Oberstufe: Voraussetzung: Abschluss 10B mit Qualifikation, Dauer: 3 Jahre, Schwerpunkt: Elektrotechnik oder Maschinenbau, Abschluss: Abitur und techn. Grundwissen als Voraussetzung für zukunftssträchtige Berufe.

Nähere Informationen erteilt das Berufskolleg Oberberg,
Tel. 0 22 61/96 80-0, Fax 0 22 61/96 80 79
e-mail: info@berufskolleg-oberberg.de

Was macht ^{eigentlich eine} Gleichstellungsbeauftragte

Wie kann ich diese Einrichtung nutzen

Wo finde ich sie, wenn ich sie brauche

Wenn es nach den Buchstaben des Grundgesetzes geht, sind in der Bundesrepublik Deutschland seit 1949 Frauen und Männer gleichberechtigt, das heißt, sie müssen die gleichen Chancen sowohl in der Schule als auch später im Beruf – aber auch in allen anderen Lebensbereichen haben.

Die Erfahrung hat in den Jahren seit Bestehen des Grundgesetzes gezeigt, dass dies von allein nicht funktioniert.

Wusstest du zum Beispiel, dass

- erst 1896 in Deutschland das erste Mädchen sein Abitur ablegte;
- 1900 erstmals eine Frau als Studierende an einer Universität eingeschrieben wurde;
- seit 1908 Frauen Zugang zu politischen Parteien haben;
- erst 1919 das aktive und passive Wahlrecht für Frauen in der Weimarer Verfassung verankert wurde;
- erst seit 1958 das Recht des Ehemannes abgeschafft wurde in allen Eheangelegenheiten und über eine Berufstätigkeit seiner Frau zu entscheiden?

Die Freiheiten dein Leben selbst zu bestimmen und deine Zukunft selbst zu planen, das Recht auf sexuelle Selbstbestimmung, die freie Berufswahl und vieles mehr sind nicht so selbstverständlich, wie es dir erscheinen mag! Und außerdem:

Recht haben heißt nicht unbedingt auch recht bekommen.

Damit dir deine Freiheiten und deine Chancengleichheit erhalten bleiben und du deine Rechte auch einfordern und umsetzen kannst, gibt es zu deiner Unterstützung die Gleichstellungsbeauftragten bei den Städten und Gemeinden und der Kreisverwaltung.

Wir freuen uns auf eine Zusammenarbeit mit dir um die Gesellschaft der Zukunft – deiner Zukunft – geschlechtergerecht zu gestalten.

Misch dich ein

Wehr dich gegen Diskriminierungen, die du erfährst!
Wir helfen dir – die Gleichstellungsbeauftragten



Sabine Steller, Gleichstellungsbeauftragte
Oberbergischer Kreis

Adressen, die frau gebrauchen kann

• Adressen der Gleichstellungsbeauftragten:

Oberbergischer Kreis

Gleichstellungsbeauftragte
Frau Sabine Steller
Mollkestr. 42, 51643 Gummersbach
Tel.: 0 22 61/88-10 40

Stadt Gummersbach

Gleichstellungsbeauftragte
Frau Susanne Voigt
Tel.: 0 22 61/87 15 38
Frau Bettina Schneider
Tel.: 0 22 61/87 15 35
Rathausplatz 1
51643 Gummersbach

Stadt Bergneustadt

Gleichstellungsbeauftragte
Frau Christa Woessler
Kölner Str. 256
51692 Bergneustadt
Tel.: 0 22 61/404-311

Gemeinde Engelskirchen

Gleichstellungsbeauftragte
Frau Petra Klee
Engels-Platz 4, 51752 Engelskirchen
Tel.: 0 22 63/83-195

Stadt Hückeswagen

Gleichstellungsbeauftragte
Frau Susanne Müller
Auf dem Schloß 1
42491 Hückeswagen
Tel.: 0 21 92/88-130

Gemeinde Lindlar

Gleichstellungsbeauftragte
Frau Ingrid Neumann
Borromäusstr. 1, 51789 Lindlar
Tel.: 0 22 66/96-404

Gemeinde Marienheide

Gleichstellungsbeauftragte
Frau Monika Krüger
Hauptstr. 20, 51704 Marienheide
Tel.: 0 22 64/40 44-0

Gemeinde Morsbach

Gleichstellungsbeauftragte
Frau Sigrid Stark
Bahnhofstr. 2, 51589 Morsbach
Tel.: 0 22 94/699-128

Gemeinde Nümbrecht

Gleichstellungsbeauftragte
Frau Elke Schmitz
Hauptstr. 16, 51581 Nümbrecht
Tel.: 0 22 93/30 21-25

Stadt Radevormwald

Gleichstellungsbeauftragte
Frau Juliane Dyes
Hohenfuhrstr. 13
42465 Radevormwald
Tel.: 0 21 95/606-128

Gemeinde Reichshof

Gleichstellungsbeauftragte
Frau Brigitte Schumacher
Hauptstr. 12, 51571 Reichshof
Tel.: 0 22 96/801-318

Stadt Waldbröl

Gleichstellungsbeauftragte
Frau Carmen Munoz-Berz
Nümbrechter Str. 18-21
51536 Waldbröl
Tel.: 0 22 91/85-221

Stadt Wiehl

Gleichstellungsbeauftragte
Frau Bettina Loidl
Schulstr. 9
51674 Wiehl
Tel.: 0 22 62/7630-17

• Beratung und Hilfe:

Hoffnung e.V.

Verein gegen Gewalt und sexuellen
Missbrauch von Frauen, Kindern
und Jugendlichen
Beratung montags 18.00 – 19.30
Kirchstr. 4a, 51702 Bergneustadt
Terminabsprache
Di 10.00 – 12.00 Uhr und
Do 17.00 – 20.00 Uhr
unter 0170/686 07 32

NINA UND NICO e.V.

Verein zur Beratung von Mädchen,
Jungen und Frauen
Sprechzeit Mo u. Di
10.00 – 15.00 Uhr nach
Vereinbarung
Marktstr. 7a, 51643 Gummersbach
Tel.: 0 22 61/247 92
Email nina+nico@onlinehome.de
www.nina-nico.de

FrauenFragen e.V.

Verein zur Förderung der
tatsächlichen Gleichberechtigung
Frau Edith Horsthemke-Becker
Ortseifen 11a, 51589 Morsbach
Tel.: 0 22 94/ 13 55

Kreispolizeibehörde Gummersbach

Kommissariat Vorbeugung
KV/L Herr Wierling
Hindenburgstr. 40
51643 Gummersbach

Stadt Wipperfürth

Gleichstellungsbeauftragte
Frau Ute Dalmus
Marktplatz 1
51678 Wipperfürth
Tel.: 0 22 67/64-505

Psychologische Beratung für Eltern, Kinder und Jugendliche

Im Baumhof 5
51643 Gummersbach
Tel.: 0 22 61/88 57 10

Psychologische Beratung für Eltern, Kinder und Jugendliche

Herbstmühle 3, 51688 Wipperfürth
Tel.: 0 22 67/30 34
www.beratung-in-wipperfuerth.de

„Haus für alle“

Psychologische Beratung für Eltern,
Kinder und Jugendliche
Albert-Schweizer-Weg 1
51545 Waldbröl
Tel.: 0 22 91/40 68

Katholische Beratungsstelle für Ehe- Familien- und Lebensfragen

Hömerichstr. 7, 51643 Gummersbach
Tel.: 0 22 61/277 24

AIDS-Beratung

Oberbergischer Kreis -
Gesundheitsamt
Am Wiedenhof 1-3
51643 Gummersbach
Tel.: 0 22 61/88 53 18

- **Jugendämter:**

Kreisjugendamt

Am Wiedenhof 5
51643 Gummersbach
Tel.: 0 22 61/88 51 02

**Jugendamt
der Stadt Gummersbach**

Rathausplatz 1
51643 Gummersbach
Tel.: 0 22 61/870

Jugendamt der Stadt Wipperfürth

Wupperstr. 12, 51688 Wipperfürth
Tel.: 0 22 67/6 40

**Jugendamt der Stadt
Radevormwald**

Kaiserstr. 140
42477 Radevormwald
Tel.: 0 21 95/680 45 62

Jugendamt der Stadt Wiehl

Schulstr. 9, 51674 Wiehl
Tel.: 0 22 62/76 30 25

- **Schwangerschaft:**

Arbeiterwohlfahrt Oberberg e.V.

Beratungsstelle für Familienplanung
und Schwangerschaftskonflikte
Frau Iris Chromow u.
Frau Christiane Gelfarth
Kölner Str. 173
51702 Bergneustadt
Tel.: 0 22 61/94 69 50

**Donum vitae Oberberg e. V.
Anerkannte Beratungsstelle für
Schwangere und ihre Familien**

Gummersbacher Str. 17
51645 Gummersbach
Tel.: 0 22 61/81 67 50

**Oberbergischer Kreis - Be-
ratungsstelle für Familienplanung
und Schwangerschaftskonflikte**

Frau Ingrid Großhans
Am Wiedenhof 1-3
51643 Gummersbach
Tel.: 0 22 61/88 53 33

**Caritasverband für den
Oberbergischen Kreis
Beratung für Schwangere und ihre
Familien**

Talstr. 1, 51643 Gummersbach
Tel.: 0 22 61/3 06 41

- **Sucht und Drogenbera-
tungsstelle/Suchtprävention:**

Caritasverband

Talstr. 1, 51643 Gummersbach
Psychoziale Beratungsstelle
Tel.: 0 22 61/306 38

- **Infos und Hilfe zum Thema Sucht**

**Projekt – Brücken bauen –
Frau Schlich**

Alkohol, Drogen, Ess-Störungen,
gerne auch interkulturell
Tel.: 0 22 61/306 65
christina.schlich@
caritas-oberberg.de

Caritasverband

Kaiserstr. 85, 51545 Waldbröl
Tel.: 0 22 91/90 18 66

Suchtberatungsstelle des

Diakonischen Werkes
Radiumstr. 4, 51688 Wipperfürth
Frau Hannoschöck
Tel.: 0 22 67/65 72 10

Suchtnotruf: 02 21/197 00

Suchtprävention:

Oberbergischer Kreis
Gesundheitsamt, Karin Keller
Am Wiedenhof 1-3
51643 Gummersbach
Tel.: 0 22 61/88 53 48

- **Hilfe für Mädchen, Frauen
und Jugendliche:**

SehnSucht

„Gruppe von abhängigen Frauen“
Marktstr. 12
51643 Gummersbach
Tel.: 0 22 61/762 94

„Anschluß“

Freie ev. Gemeinde
Zur Aggerhalle, Aggerhalle
51645 Gummersbach
Tel.: 0 22 61/767 19

Frau Cornelia Trantow

Ansprechpartnerin für
Essstörungen
Auf der Kuhle 11
51766 Engelskirchen
Tel.: 0 22 63/7066 1

- **Fachberatung für
psychisch Kranke und
Menschen in
Krisensituationen:**

Oberbergischer Kreis
Gesundheitsamt – Soziale Dienste
Moltkestr. 32
51643 Gummersbach
Tel.: 0 22 61/88 53 33

Kontaktstelle OGB

**Oberberg. Gesellschaft f. psych.
Behinderte mbH**
Marktstr. 12, 51643 Gummersbach
Tel.: 0 22 61/80 75 86

Kontaktstelle OGB Südkreis:

Kaiserstr. 85, 51545 Waldbröl
Tel.: 0 22 91/92 68 27

Kontaktstelle OGB Nordkreis:

Marktstr. 23, 51688 Wipperfürth
Tel.: 0 22 67/82 84 85

Telefonseelsorge (kostenfrei)

Tel.: 0800/1110111
0800/1110222

- **Ernährung und Gesundheit:**

Ernährungsberatung

Kreisgesundheitsamt
Am Wiedenhof 1-3
51643 Gummersbach
Tel.: 0 22 61/88 53 04

- **Schuldnerberatung:**

Caritas Oberberg e.V.
Talstr. 1, 51643 Gummersbach
Tel.: 0 22 61/306 51

Diakonisches Werk

Vennstraße 13 a (im Arbeitsamt)
51545 Waldbröl
Tel.: 0 22 91/80 87 16

Arbeiterwohlfahrt

Hüttenstr. 35
51766 Engelskirchen
Tel.: 0 22 63/95 27 87

Arbeiterwohlfahrt

Kölner Str. 173
51702 Bergneustadt
Tel.: 0 22 61/94 69 50

• Wohngeld:**Amt für Wohnungswesen**

Rathausplatz 1
51643 Gummersbach
Tel.: 0 22 61/875 24

Wohngeldstellen gibt es in jeder
Stadt- und Gemeindeverwaltung

• Bafög für SchülerInnen:**Amt für Ausbildungsförderung**

Am Wiedenhof 11
51643 Gummersbach
Tel.: 0 22 61/88 40 20

Bafög für StudentInnen ist über das
zuständige StudentInnenwerk der
jeweiligen Universität zu beantragen.

• Freizeit:**Begegnungsstätte Hackenberg**

Am Leihweg 2a
51702 Bergneustadt
Tel.: 0 22 61/94 95 91

KOT Bergneustadt

Dietr.-Bonh.-Weg 4
51702 Bergneustadt
Tel.: 0 22 61/423 30

Caritas-Begegnungsstätte

Jugendzentrum MOVE
Engelsplatz 8, 51766 Engelskirchen
Tel.: 0 22 63/92 37 20

JZ Ründeroth

Rathausplatz 1, 51768 Engelskirchen
Tel.: 0 22 63/51 37

JZ Bernberg

Dümmlinghauser Str. 41
51647 Gummersbach
Tel.: 0 22 61/538 13

JZ Gummersbach

Fröbelstr. 1, 51643 Gummersbach
Tel.: 0 22 61/910 73 80

„First Love“ - Kontakt über
Frau Elke-Bornemann-Scholz
Tel.: 0 22 61/656 59

JZ Marienheide „Blue Planet“

Pestalozzistr. 7, 51709 Marienheide
Tel.: 0 22 64/14 40

Jugendzentrum

Hauptstr. 20, 51588 Nümbrecht
Tel.: 0 22 93/46 40

Alte Schmiede

Marktsstraße, 51588 Nümbrecht

Waldjugendheim

Am Roßberg, 51580 Reichshof

Jugendbegegnungsstätte

JuBS Mädchentreffpunkt
Hahner Weg, 51545 Waldbröl
Tel.: 0 22 91/35 77

Jugendheim Drabenderhöhe

In der Landwehr, 51674 Wiehl
Tel.: 0 22 62/12 49

Jugendzentrum Eckenhagen

Schulzentrum
51580 Reichshof-Eckenhagen

Jugendzentrum Morsbach

Hahner Str. 30, 51597 Morsbach
Tel.: 0 22 94/99 19 95

JZ Wipperfürth

Wupperstr. 12, 51688 Wipperfürth
Tel.: 0 22 67/643 14 + 65 91 50

„Nichts wird uns geschenkt,
alles Erreichte
haben wir täglich
wieder zu verteidigen.“

(Alice Schwarzer)

●●● Ich bin tough,
ich bin ehrgeizig und
ich weiß genau, was ich will.
Wenn mich das zur Hexe macht,
okay. (Madonna)



Herausgeberinnen:

Regionalstelle Frau & Beruf im Frauenbüro
Stadt Bergisch Gladbach, Hauptstr. 192, 51465 Bergisch Gladbach

Regionalstelle Frau und Beruf, Stadt Bottrop
Kirchhellener Str. 12, 46236 Bottrop

Regionalstelle Frau und Beruf Kreis Coesfeld
Daruper Straße 5, 48653 Coesfeld

RAG BILDUNG GmbH Region Emscher Lippe - Bildungszentrum Datteln -
Probierwerkstatt, Castroper Str. 241, 45711 Datteln

Regionalstelle Frau & Beruf/Projektentwicklungs- und Forschungsstelle für
Chancengleichheit, Kreis Düren, (Haus A) Bismarkstraße 16, 52351 Düren

Regionalstelle Frau & Beruf der Wirtschaftsförderung Rhein-Erft GmbH,
Europaallee 33, 50226 Frechen

Kommunalstelle Frau und Wirtschaft, Stadt Gelsenkirchen
Ahstraße 22, 45879 Gelsenkirchen

Regionalstelle Frau und Beruf, Oberbergischer Kreis
Moltkestr. 34, 51643 Gummersbach

Regionalstelle Frau & Beruf, Kreis Heinsberg
Valkenburger Straße 45, 52525 Heinsberg

Kommunalstelle Frau & Beruf, Stadt Herten
Kurt-Schumacher-Str. 2-4, 45699 Herten

Arbeitsgemeinschaft der Gleichstellungsbeauftragten im
Kreis Minden-Lübbecke, Am Rathaus 4, 32479 Hille

Regionalstelle Frau und Beruf Kreis Kleve
Kalkarer Str. 2, 47533 Kleve

Stadt Köln, Amt für Wirtschaftsförderung,
Kommunalstelle Frau & Wirtschaft, Stadthaus, 50605 Köln

HSK-Wirtschaftsförderungsgesellschaft mbH
Regionalstelle Frau & Beruf, Steinstr. 27, 59872 Meschede

Kreis Mettmann, Der Landrat, Regionalstelle Frau & Beruf
Düsseldorfer Str. 26, 40822 Mettmann

Regionalstelle Frau und Beruf für die Städte Kamp-Lintfort, Moers,
Neukirchen-Vluyn und Rheinberg, Meerstraße 2, 47441 Moers

Gleichstellungsstelle der Stadt Oberhausen, Bereich 4-2,
Ebertplatz 4, 46045 Oberhausen

Regionalstelle Frau und Beruf, Stadt Remscheid
Hastener Straße 15, 42855 Remscheid

Stadt Siegen, Gleichstellungsstelle, Projekt Frau und Beruf,
Markt 2, 57072 Siegen

Regionalstelle Frau und Wirtschaft, Kreis Soest - Wirtschaftsförderung,
Hoher Weg 1 - 3, 59494 Soest

Regionalstelle Frau und Beruf, Stadt Solingen
Am Neumarkt 52, 42651 Solingen

Zentrum zur beruflichen Frauenförderung, Stadt Wuppertal,
Bachstr. 15, 42275 Wuppertal

Regionalstelle Frau und Beruf, Stadt Würselen - Kreis Aachen - Stadt
Aachen, Kaiserstr. 95/97, 52146 Würselen

Fotos: Antj Zeis-Loi, Wuppertal (S. 16), Stephan Wieland, Düsseldorf (S. 23,
30, 53, 81, 100), TIMEOUT (S. 113)

ERA Design, Petra Dinse & Julia Stoye - Archiv

Grafik/Layout: ERA Design, Petra Dinse & Julia Stoye, Essen

Druck: ICS, Internationaler Kommunikations-Service GmbH,
Bergisch Gladbach

Auflage:		Meschede:	6.000
Bergisch Gladbach:	7.500	Mettmann:	5.500
Bottrop:	5.000	Minden-Lübbecke:	2.150
Coesfeld:	4.400	Moers:	6.000
Datteln:	1.500	Oberbergischer Kreis:	10.500
Düren:	2.000	Oberhausen:	2.500
Rhein-Erft-Kreis:	6.200	Remscheid:	3.000
Gelsenkirchen:	6.000	Siegen:	2.700
Heinsberg:	4.400	Soest:	8.700
Herten:	1.500	Solingen:	3.000
Kleve:	4.000	Wuppertal:	6.000
Köln:	15.000	Würselen:	4.500

Papier: chlorfrei gebleicht, umweltverträglich

Gefördert mit Mitteln des Ministeriums für Gesundheit, Soziales, Frauen und
Familie des Landes NRW und der EU

Alle Terminangaben sind ohne Gewähr.