

yolo

Dein Leben. Deine Zukunft.

AUSGABE 1 / 2026

Mit Plan in die Zukunft

Wir verraten dir alles, was du wissen musst – rund um Ausbildung, Bewerbung und Co.

10

Jugend gründet

Neugier, Kreativität und Lust aufs Ausprobieren – hier wird aus einem Gedanken eine echte Geschäftsidee.

40

Null Bock?

Jeder hat solche Null-Bock-Tage. Die gute Nachricht ist aber: Du kannst etwas dagegen tun!

45

Kreative Fotografie!

Bilder und Filme, die Geschichten erzählen – Fotografen sind nicht nur viel unterwegs, sondern auch Meister im Storytelling.

07



Wir bilden aus!



Aalen, Ellwangen, Mutlangen

Deine Ausbildung bei den Kliniken Ostalb

Unsere Ausbildungsberufe:

- » Pflegefachmann / Pflegefachfrau
- » Gesundheits- und Krankenpflegehilfe
- » Anästhesietechnische Assistenz
- » Operationstechnische Assistenz
- » Medizinische/r Technologe/in für Radiologie
- » Medizinische/r Technologe/in für Laboratoriumsanalytik
- » Pharmazeutisch-kaufmännische/r Angestellte/r
- » Medizinische/r Fachangestellte/r
- » Kaufmann / Kauffrau im Gesundheitswesen
- » Fachinformatiker/in Systemintegration
- » Diätassistent

Unsere Studienangebote:

- » Duales Studium Angewandte Gesundheits- und Pflegewissenschaften B. Sc.
- » Duales Studium Angewandte Hebammenwissenschaft B. Sc.
- » Duales Studium Case Management im Sozial- und Gesundheitswesen B.A.
- » Pflegewissenschaften B.Sc. [Hochschule Schwäbisch Gmünd]
- » Physician Assistant B.Sc. [Hochschule Aalen]
- » Freiwilliges Soziales Jahr
- » Bundesfreiwilligendienst
- » Praktikum



Mehr
Infos
hier

Wir freuen uns
auf Dich



Folgt uns auf
Instagram

Ein Klick - Ein Blick 



Kliniken Ostalb

Personalentwicklung

07361.55-3511

kliniken-ostalb.de



MACH WAS DRAUS!

Willkommen zur neuen Ausgabe von YOLO!

Lass uns gleich zu Beginn mal ehrlich sein: Niemand hat mit 16 oder 17 schon den perfekten Plan. Und falls doch, dann ändert der sich meistens sowieso wieder. Zwischen Schule, Ausbildung, Zukunftsfragen und „mal schauen“ gibt es gefühlt tausend Möglichkeiten. Und gleichzeitig hat man oft das Gefühl, sich jetzt schon festlegen zu müssen. Aber hey, musst du gar nicht.

Denn dein Weg entsteht nicht dadurch, dass von Anfang an alles perfekt geplant ist. Sondern weil du anfängst. Weil du Dinge ausprobierst, Entscheidungen triffst, und ja, vielleicht auch mal völlig danebenliegst. Das ist okay. Entscheidend ist doch, dass du Schritt für Schritt herausfindest, was zu dir passt – und was nicht. Auch das ist eine wichtige und hilfreiche Erkenntnis.

In dieser Ausgabe geht es um Themen, die dir im Alltag begegnen und dich wirklich betreffen: von der Bewerbung und dem ersten eigenen Gehalt bis hin zu digitalen Themen, die deinen Alltag bestimmen. Es geht aber auch um Dinge wie Null-Bock-Phasen und Prokrastination, Gefühle im Job oder darum, einfach mal bewusst offline zu sein.

YOLO soll dir dabei helfen, deinen eigenen Weg zu finden. Denn es gibt nicht den einen richtigen, sondern viele Möglichkeiten, die erst entstehen, wenn man loslegt. Also: Schau rein und nimm mit, was dir hilft. Aber vor allem: Mach dein Ding!

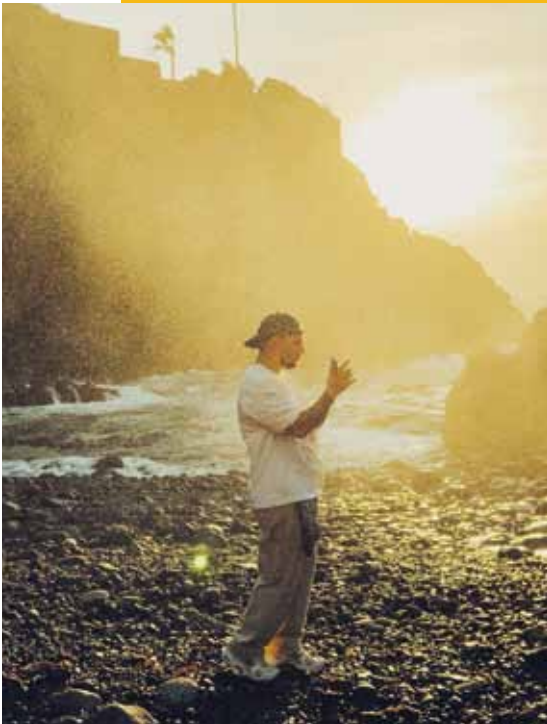
**Wir wünschen dir viel Erfolg bei allem,
was du vorhast!**

Marisa Herzer und das YOLO-Team!



Inhalt

AUS DEM LEBEN



07

Kreativ unterwegs

Vom Heilerziehungspfleger zum Fotograf: Dass Tim Burkhardt mal als selbstständiger Fotograf arbeitet, damit hat er vermutlich am allerwenigsten gerechnet. Doch er beweist, dass aus einer Leidenschaft weit mehr werden kann, als nur ein Hobby. Im Interview erzählt er uns von seiner Arbeit.

Wir drehen den Spieß um: Die Unternehmen wollen dich von sich überzeugen. Halte Ausschau nach den Elevator Pitches und triff deine Entscheidung!



20

Deine Sicherheit im Netz

Wir sind täglich unterwegs auf Social Media, YouTube und im Internet. Nutzen regelmäßig Online-Shops und sind mit nur einem Klick irgendwo angemeldet. Das gehört längst zum Alltag. Dabei hinterlassen wir Spuren. Digitale Sicherheit ist daher kein Thema für „irgendwann“ – also finde heraus, wie sicher du online unterwegs bist!

01. News

Trends und Must-haves zum Ausbildungs- und Studienstart **06**

02. Aus dem Leben

Im Interview:

Foto- und Videograf Tim Burkhardt **07**

Finde dein Ausbildungsmatch **10**

Azubi-Podcast **11**

Alles rund um die Bewerbung **12**

Studienmöglichkeiten der Region **14**

Dein erstes eigenes Gehalt – und jetzt? **16**

Versicherungs-Guide **18**

Zwischen Likes und Leaks:

Sicherheit im Netz **20**

Ausbildungcheck: Finde deinen Beruf **22**

03. Mehr Mut

Lerne die innovative Ostalb kennen **32**

Gründungshilfen im Überblick **34**

Gründen für Einsteiger **38**

Start-up ABC **39**

Der Wettbewerb Jugend gründet **40**

Die Perfektionismusfalle **42**

04. Cringe

Die Perfektionismusfalle **44**

Null Bock? Das kannst du dagegen tun **45**

Verknallt im Job **46**

Offline sein in einer Online-Welt **48**

3 Tipps gegen das Mittagstief **50**

Hättest du's gewusst? **51**

22**Ausbildungcheck**

Du bist noch auf der Suche nach dem richtigen Ausbildungsplatz für dich? Du weißt noch nicht so richtig, in welche Richtung es gehen soll? In unserem Ausbildungcheck stellen wir dir einige Berufsbilder vor: kurz und knackig.

**48****Offline sein in einer Online-Welt?**

Du willst nur mal eben die Nachrichten checken, ein Video schauen, etwas posten – und schon ist eine Stunde vorbei. Kommt dir das bekannt vor? Online zu sein gehört längst zum Alltag, doch das kann auch ganz schön anstrengend werden. Warum ein Digital Detox helfen kann und was genau das bedeutet, erfährst du hier.

**38****Mit einer Schülerfirma durchstarten**

Kam dir schon mal der Gedanke: Warum gibt es hierfür noch keine Lösung? Diese Frage war schon häufig der Startschuss für die Gründung eines Start-ups. Wusstest du, dass du damit nicht warten musst, bis du volljährig bist? Bereits während der Schulzeit kannst du erste unternehmerische Erfahrungen sammeln. Wir verraten dir, wie das funktioniert.

**40****Wecke den Gründungsgeist in dir**

Kennst du schon den bundesweiten Online-Wettbewerb JUGEND GRÜNDET? Hier dreht sich alles rund um die Themen Innovation und Gründung. Das Ziel: den Gründungsgeist in jungen Menschen wecken – ganz unter dem Motto „Chancen erkennen. Zukunft gestalten.“ Denn hier entstehen Ideen für morgen! Bist du bereit, mitzumachen?

IMPRESSUM**Herausgeber**

SDZ Druck und Medien GmbH
Bahnhofstraße 65, 73430 Aalen
Telefon: 07361 / 594 239
Geschäftsführung: Dr. Constanze van Overdam, Bernd Sievers

Umsetzung

SDZ Media GmbH
Bahnhofstraße 65, 73430 Aalen

Redaktion

Anja Deininger (v.i.S.d.P.), Marisa Herzer

Grafik

Harald Sayffaerth

Produktmanagement

Laura Oppedisano

Vermarktung

Media Service Ostalb GmbH
Telefon: 07361 / 594 239
Anzeigen: Marc Haselbach (verantw.)
Verkauf: Lisa Schicht, Franz Wenzl

Druck

Aumüller Druck GmbH & Co. KG
Weidener Straße 2, 93057 Regensburg

Fotos

AdobeStock, Shutterstock, Unternehmen

Datenschutzbeauftragter

datenschutz@sdz-medien.de

News & Trends

Immer up to date – Hier erwarten dich interessante Themen sowie große und kleine Must-haves!

Du willst wissen, was im Trend liegt? Oder welche nützlichen Gadgets, Apps und Co. im Umlauf sind? Dann sperr deine Augen auf. Wir haben eine kleine Auswahl an interessanten News und tollen Must-haves für Ausbildung, Studium und den Alltag.

TRENDS 2026



Smarte Helfer für Schule, Ausbildung & Studium

Ob Lernen, Organisieren oder Präsentation erstellen – mit den richtigen Apps wird vieles einfacher. KI-Tools wie **ChatGPT** können dir beim Lernen helfen, Inhalte erklären oder Ideen liefern, wenn du mal festhängst. Aber denke daran, dass auch eine KI mal falsch liegt. Für Referate, Bewerbungen oder Projekte ist **Canva** praktisch: Vorlagen auswählen, anpassen, fertig. Und wenn du den Überblick behalten willst, ist **Notion** ein echtes Allround-Tool – perfekt für Notizen, To-do-Listen und Planung. Das Beste daran: Viele dieser Tools sind kostenlos oder haben eine Gratis-Version. Probier einfach aus, was zu dir passt und deinen Alltag leichter macht.

Foto: © Valerij Honcharuk – stock.adobe.com



Foto: © luckybusiness – stock.adobe.com

Digitale Balance und bewusste Offline-Zeiten

Immer erreichbar, immer am Scrollen, immer noch „kurz was checken“ – kommt dir bekannt vor? Genau deshalb wird ein Thema immer wichtiger: digitale Balance. Statt ständig online zu sein, achten viele inzwischen bewusst darauf, auch mal offline zu gehen. Denn klar ist: Dauer-Online kann ganz schön stressen. Wer sich regelmäßig Auszeiten vom Bildschirm nimmt, fühlt sich oft entspannter, konzentrierter und einfach wohler. Digital Detox ist deshalb längst kein Trend mehr nur für „Aussteiger“, sondern ist für viele ganz normal geworden. Es geht nicht darum, komplett offline zu sein, sondern bewusst zu entscheiden, wann du online bist und wann nicht. Mehr dazu und konkrete Tipps findest du auch in unserem Digital-Detox-Artikel auf Seite 48.

Aus dem Leben

Bilder, die Geschichten erzählen: vom Hobby zum Beruf

Das Hobby zum Beruf machen und erfolgreich durchstarten? Dass genau das möglich ist, beweist Tim Burkhardt. Heute ist er selbstständiger Foto- und Videograf und gestaltet vielseitigen, kreativen Content für die unterschiedlichsten Kanäle und Kunden. Gestartet hat er allerdings in der Pflege – ein größerer Wechsel ist kaum möglich. Aber er beweist: Eine Leidenschaft kann zum Beruf werden, wenn man seinen eigenen Weg geht.

TIM BURKHARDT

Jahrgang 1994

Ausbildung: Heilerziehungspfleger, nebenbei als Fotograf gestartet

Tätigkeit: selbstständiger Foto- und Videograf

Hobbys: Fotografie, Reisen und die Welt sehen, Fußball, mit Freunden unterwegs sein

Neugierig?

Erfahre mehr unter:
www.timburkhardt-photography.de

 @timburkhardtphotography





Wie bist du zur Fotografie gekommen?

Tim: Mit der Fotografie hatte ich anfangs gar nichts zu tun. Ich komme aber aus einer Künstlerfamilie, mein Uropa war Maler. So bin ich schon früh mit Kunst in Berührung gekommen – und für mich gehörte Fotografie irgendwie immer mit dazu. Das Künstlertum wurde mir also in die Wiege gelegt.

Die Fotografie war aber lange wirklich nur ein Hobby. Meine erste Kamera habe ich mir als Jugendlicher gekauft – ohne den Plan, später damit zu arbeiten. Deshalb habe ich meine Ausbildung auch in einem komplett anderen Bereich gemacht. Eigentlich bin ich gelernter Heilerziehungspfleger. Die Kamera war einfach „just for fun“, um Urlaubsbilder zu machen. Am Anfang habe ich auch Freunde fotografiert. Es wussten eigentlich alle, dass ich fotografiere – im Betrieb und in der Berufsschule. Während der Ausbildung hatte ich dann schon Anfragen und habe

Nur wer Ziele hat,
kann Erfolge erkennen.

Tim Burkhardt

Fotos: Tim Burkhardt Photography

auch Hochzeiten fotografiert. Mit der Zeit habe ich gemerkt, dass mir das total liegt und sich eine richtige Leidenschaft entwickelt.

Wie kam es dann zu dem Wechsel – von der Pflege in die Kreativbranche?

Tim: Ich bin sehr ehrgeizig. Schon während der Ausbildung habe ich mich intensiv mit Fotografie, meiner Kamera und allem, was dazu gehört, beschäftigt. Ich habe auch Workshops besucht, mir aber vor allem sehr viel selbst beigebracht.

Für meine Bilder bekomme ich viel Bestätigung und Zuspruch – und es ist ein mega Gefühl zu sehen, dass anderen ge-



fällt, was ich mache. Trotzdem kam es für mich nicht infrage, sofort alles auf eine Karte zu setzen. Ich wollte erst ein sicheres Standbein haben.

Deshalb habe ich meine Ausbildung beendet und anschließend meine Stunden auf 50 % reduziert. Nebenher habe ich mir die Fotografie als zweites Standbein aufgebaut. Irgendwann kam die Videografie dazu. Dann ging alles ziemlich schnell bergauf, und mir war klar, dass ich mehr

Zeit und Energie in meine Leidenschaft stecken muss und will. Man lebt nur einmal und man sollte seinen eigenen Weg gehen und seine Möglichkeiten ausprobieren. 2018 habe ich mich dann selbstständig gemacht und lebe heute sehr erfolgreich von etwas, das erstmal nur ein Hobby war. Ich bin jetzt seit über acht Jahren selbstständig und sehr froh, dass ich diesen Schritt gegangen bin.

Du würdest also alles wieder so machen? Oder gibt es etwas, das du rückblickend ändern würdest?

Tim: Wenn ich etwas ändern könnte, würde ich noch früher den Fokus auf Videografie legen. Ich merke gerade, dass dieses Thema deutlich größer ist als Fotografie. Dazu gehören Imagefilme für Unternehmen, aber auch Reels und andere Videoformate für Websites und Social Media.

Ansonsten würde ich aber alles genauso wieder machen. Alles, was passiert ist und was ich gemacht habe, hat mich weitergebracht und auf diesen Weg geführt. Es gab auch schwierige Phasen, zum Beispiel finanzielle Engpässe, aber aus allem habe ich gelernt. Ich habe mir einen Namen gemacht – auch über Deutschland hinaus. Trotzdem arbeite ich gerne und am liebsten hier in der Region, wo ich zu Hause bin.

Was begeistert dich an deiner Arbeit? Was sind deine persönlichen Highlights?

Tim: Ich kreierte authentische Fotos und Videos, die Emotionen wecken und Geschichten erzählen. Ich verbinde Authentizität mit Kreativität. Ich liebe jeden

Auftrag, weil jeder Job und jeder Kunde anders ist und etwas Besonderes mitbringt.

Dass ich mir aus dieser Leidenschaft meine Selbstständigkeit aufbauen konnte, macht mich unglaublich stolz. Genauso wie das, was ich bisher erreicht habe und wie ich mich entwickelt habe. Ich war für RTL unterwegs, habe schon für Stars wie Vanessa Mai gearbeitet, war weltweit für Aufträge unterwegs und habe kreativen Content für viele unterschiedliche Kunden produziert.

Vor etwa fünf Jahren habe ich mein Business komplett umgekrempelt. Am Anfang lag mein Fokus sehr stark auf Menschen, zum Beispiel auf Familienfotos. Die Kreativität stand dabei immer im Mittelpunkt. Das tut sie auch heute noch, aber inzwischen schaue ich stärker aus „Businesssicht“. Deshalb liegt mein Schwerpunkt heute vor allem auf Business- und Hochzeitsfotografie.

Zum Abschluss: Welchen Tipp würdest du Jugendlichen mit auf den Weg geben, die sich gerade in der Berufsorientierung befinden?

Tim: Ich finde es wichtig, dass Schüler und Schülerinnen einen möglichst breit gefächerten Einblick in die Berufswelt und ihre Möglichkeiten bekommen. Deshalb biete ich auch Praktika an, damit Jugendliche in diesen Berufszweig reinschnuppern können.

Wir lernen während der Schulzeit oft nur die „klassischen“ Bereiche kennen – kaufmännisch, Handwerk, Soziales. Dabei



Ich halte Momente fest, die echte Geschichten erzählen

Tim Burkhardt

stehen einem so viele Wege offen. Es ist wichtig, über den Tellerrand zu schauen und offen für Neues zu sein. Auch ich hätte sonst nie meinen jetzigen Beruf entdeckt. Und das Wichtigste ist: Hör auf dich selbst, nicht auf andere.



Auf die Plätze, fertig, los!

Der Startschuss ist gefallen. Bist du bereit für den nächsten Schritt? Egal, ob du deinen Schulabschluss bereits in der Tasche hast oder deine Prüfungen noch bevorstehen – deine Ausbildungs- oder Studiensuche startet jetzt! Wir sind da, um dir Rückenwind zu geben, damit du dich im Dschungel der Möglichkeiten zurechtfindest und für das, was auf dich zukommt, gewappnet bist. Im Gepäck haben wir für dich daher zahlreiche Infos und allerlei Tipps.

Zeit für ein Match!

Du bist noch auf der Suche nach einem passenden Ausbildungsplatz? Da haben wir genau das richtige Tool für dich: die Matching-Funktion auf www.start-it.de – die Ausbildungsplattform der Region.

Auf start-it.de bietet sich dir eine einzigartige Umgebung, die dich dabei unterstützt, den perfekten Arbeitsplatz zu finden. Dabei bringt dich unsere Plattform mit den Unternehmen der Region zusammen – einfach, unkompliziert und mit nur wenigen Klicks.

So funktioniert's

Mehr als eine Internetverbindung ist für das Nutzen der Matching-Funktion nicht nötig. Auf diese kannst du ganz einfach über den Laptop, dein Tablet oder Smartphone zugreifen. Klicke auf „Finde dein Match“ und schon geht es los. Nun gilt es, einige Fragen zu beantworten, um deine Interessen, Vorlieben und Vorstellungen zu ermitteln. Auf Basis deiner Antworten erhältst du am Ende die perfekten Ausbildungsangebote für dich. Denn Noten sind nicht alles! Und wenn du weitere Vorschläge möchtest, weil du dich beispielsweise für unterschiedliche

Richtungen interessierst, dann beginne einfach von vorn und lass dich neu matchen.

Mehr als ein Match

Doch start-it.de bietet dir mehr als nur die Matching-Funktion. Hast du ein Match gefunden? Dann ist es jetzt Zeit, das Unternehmen besser kennenzulernen. Schau dir das Unternehmensprofil an oder trete schnell, unkompliziert und direkt per Mail in Kontakt mit deinem Wunschunternehmen. Wer weiß? Vielleicht hast du schon bald ein Praktikum oder sogar ein Vorstellungsgespräch in der Tasche. Darüber hinaus bietet dir start-it.de zahlreiche Informationen und nützliche Tipps rund um den erfolgreichen Start ins Berufsleben.

Easy, oder? Worauf wartest du noch?

MATCHit!

www.start-it.de



*Bereit für dein Match?
Finde jetzt die Ausbildung,
die zu dir passt.*

Foto: © Damir Khabirov – stock.adobe.com



Podcast zur Ausbildung

Du bist auf der Suche nach einer Ausbildung? Du weißt noch nicht, in welche berufliche Richtung es gehen soll? Du willst wissen, was in Sachen Ausbildung in der Region Ostalb los ist? Dann ist der STARTit! Azubi Podcast die richtige Anlaufstelle für dich!

Der Azubi Podcast bietet dir eine einzigartige Möglichkeit, die Unternehmen im Ostalbkreis kennenzulernen – kurz, informativ und echt authentisch. Während sich die Unternehmen vorstellen, erfährst du alles über ihre Ausbildungsberufe, die Anforderungen und Karrierechancen. Außerdem erzählen dir Azubis von ihrem Alltag – so wie er wirklich ist. Profitiere von ihren Einblicken in den Berufsalltag und ihren Erfahrungen.

Foto: © OnelineStock – stock.adobe.com

Elevator-Pitch mit ...

... KLINIKEN OSTALB



*Interessiert?
Dann schau
auf S. 2 vorbei!*



Was zeichnet Ihr Unternehmen aus?

Gesundheitsberufe haben Zukunft, sind abwechslungsreich, kreativ und innovativ. An unseren drei Standorten bereiten wir unsere Auszubildenden auf diese vielseitigen Berufe vor. Pflegende arbeiten partnerschaftlich und zielgerichtet im interdisziplinären Team. Nach der Ausbildung gibt es viele Entwicklungsmöglichkeiten und Perspektiven.

Wie werden die Azubis betreut?

Die Betreuung erfolgt über die Pflegepädagog*innen, Lehrkräfte und die Praxisanleiter*innen. In der theoretischen Ausbildung erwerben sie im Blockunterricht umfassende Kenntnisse und Fähigkeiten auf den Grundlagen der Pflegewissenschaft, Medizin und Naturwissenschaften, der Sozial- und Geisteswissenschaften sowie Recht, Politik und Wirtschaft.

Welche Highlights erleben Ihre Auszubildenden?

Die Azubis erleben in der Praxis verschiedene Abteilungen

und lernen vielfältige Aufgabengebiete des Berufs kennen. Die praktische Ausbildung wird in unseren Kliniken mit unterschiedlichen Schwerpunkten angeboten. In der täglichen Arbeit können sie sich schnell mit einbringen, mitarbeiten und sind von Anfang an Teil des Teams.

Wer sind die Ansprechpartner für die Azubis?

Ansprechpartner für die Azubis sind in erster Linie unsere Schulleitungen der drei Klinik-Standorte sowie Pflegepädagog*innen, Lehrkräfte und die Praxisanleiter*innen.

Welche Karrieremöglichkeiten haben Ihre Auszubildenden generell und in Ihrem Unternehmen?

Aktuell werden alle unsere Auszubildenden in einen zukunftssicheren Beruf an unseren drei Kliniken übernommen. Nach der Ausbildung gibt es an unserer Gesundheitsakademie sehr viele Möglichkeiten zur persönlichen und fachlichen Fort- und Weiterbildung. Einige Beispiele sind die Notfallpflege, die Intensivpflege, die Praxisanleitung und Palliative Care.

Der kleine Bewerbungs-Guide

Eine Bewerbung ist dein erster Eindruck – also mach ihn unvergesslich! Sie entscheidet darüber, ob du zum Vorstellungsgespräch eingeladen wirst oder in der Masse untergehst. Unser Guide verrät dir, wie eine gelungene Bewerbung aussieht.

Das Anschreiben – dein persönlicher Pitch

Das Anschreiben ist eine kurze, klare und selbstbewusste Darstellung deiner Stärken. Zeige, warum du perfekt für die Stelle bist, und bring deine Motivation auf den Punkt. Halte dich an diese Struktur:

- Einstieg: Wer bist du und warum bewirbst du dich?
- Hauptteil: Welche Fähigkeiten und Erfahrungen bringst du mit?
- Abschluss: Warum sollte das Unternehmen dich unbedingt kennenlernen?

Unser Tipp: Verzichte auf langweilige Standard-Floskeln! Sei authentisch und selbstbewusst.

Der Lebenslauf – klar & übersichtlich

Dein Lebenslauf sollte übersichtlich, strukturiert und leicht zu erfassen sein. Diese Punkte müssen rein:

- Persönliche Daten: Name, Kontakt, Geburtsdatum
- Bewerbungsfoto: Wähle ein professionelles, freundliches Foto – ein Selfie hat hier nichts zu suchen.
- Schulabschluss und relevante Praktika

- Kenntnisse und Fähigkeiten, die für die Stelle wichtig sind

Schon von ATS gehört?

Größere Unternehmen nutzen oft ein sogenanntes ATS (Applicant Tracking System), um Bewerbungen zu sortieren. Das System sucht dabei nach bestimmten Schlüsselwörtern, die stark von der Branche oder der spezifischen Stelle abhängen. Das bedeutet, dein Lebenslauf sollte gut für diese Systeme lesbar sein. Hier ein paar Tipps:

1. Nutze keine ungewöhnlichen Schriftarten oder zu viele Grafiken, die die Lesbarkeit beeinträchtigen könnten.

Eine Bewerbung zu schreiben, ist kein Hexenwerk. Gehe sorgfältig vor, dann klappt das!

Fotos: © pictworks - stock.adobe.com

ATS-Schlüsselwörter können sein ...

Fachliche Fähigkeiten wie:

- Programmiersprachen (z.B. Python, Java)
- Microsoft Office (z.B. Excel, Word)

Soft Skills wie:

- Teamarbeit
- Zeitmanagement

Aktionsverben wie:

- Entwickelt
- Optimiert
- Analysiert

Zertifikate und Qualifikationen wie:

- Erste-Hilfe-Schein
- Sprachzertifikate



Fotos: © ddotone - stock.adobe.com

2. Füge relevante Schlüsselwörter ein, die zur Stellenbeschreibung passen, wie spezifische Qualifikationen oder Fähigkeiten.
3. Speichere deinen Lebenslauf als PDF ab, damit das Layout nicht verrutscht.

Die Anlagen – Belege, die überzeugen

Damit deine Bewerbung vollständig ist, gehören folgende Unterlagen dazu:

- Zeugnisse, die deine Abschlüsse oder Qualifikationen belegen
- Nachweise über Praktika oder besondere Kenntnisse
- Ein Bewerbungsfoto ist optional, fügst du aber eins hinzu, sollte es professionell sein.

Unser Tipp: Fasse alles in einer einzigen PDF-Datei zusammen – das sorgt für eine ordentliche Präsentation.

Die letzten Checks

Bevor du deine Bewerbung versendest, prüfe noch einmal: Sind alle Unterlagen dabei? Keine Rechtschreibfehler? Ist die E-Mail-Adresse seriös? Ein durchdachtes Anschreiben, ein strukturierter Lebenslauf und eine vollständige Bewerbung sind der Schlüssel zum Erfolg. Jetzt heißt es:

**Absenden
und
durchstarten!**

Studienmöglichkeiten der Region

Fertig mit der Schule? Wenn eine Ausbildung für dich keine Option darstellt, dann heißt es für dich jetzt wie für viele andere auch: Die Uni ruft! Wir zeigen dir, welche Studienangebote es in der Region gibt, damit du das Richtige für dich findest.

Hochschule Aalen

An der Hochschule Aalen gibt es viele technische und naturwissenschaftliche Schwerpunkte. Insgesamt 60 Studiengänge aus den Bereichen Maschinenbau und Werkstofftechnik oder Elektronik und Informatik werden genauso gelehrt wie aus den Bereichen Optik und Mechatronik oder Wirtschaftswissenschaften. Wenn du dich also für Naturwissenschaften begeisterst, ist die Hochschule Aalen perfekt für dich.

www.hs-aalen.de

Hochschule für Gestaltung Schwäbisch Gmünd (HfG)

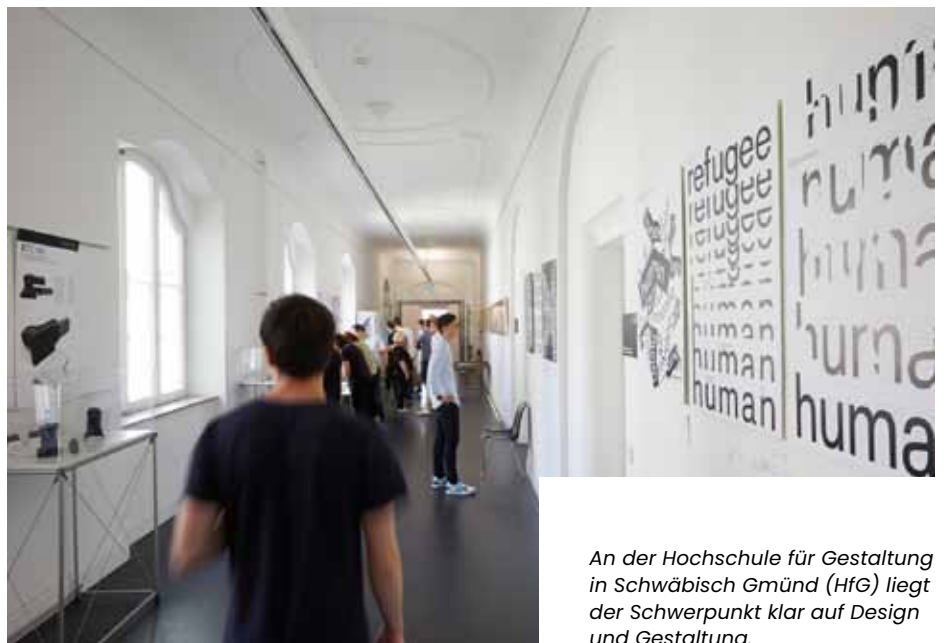
Wenn du dich für Design und Gestaltung interessierst, solltest du dir die Hochschule für Gestaltung in Schwäbisch Gmünd genauer ansehen. Egal, ob Kommunikations- oder Produktgestaltung – an der HfG dreht sich alles um Visualisierung und Design, weswegen sie kreative Köpfe von überall anzieht.

www.hfg-gmuend.de

SRH Fernhochschule Riedlingen

Du hast schon einen Job oder machst eine Ausbildung? Kein Problem. An Fernhochschulen wie der SRH Fernhochschule Riedlingen im Studienzentrum Ellwangen kannst du auch nebenher deinen Hochschulabschluss machen. Das Besondere daran: Du brauchst nicht zwingend das Abitur oder eine andere Hochschulzulassung. Nach bestandener Eignungsprüfung kannst du auf dem digitalen E-Campus loslegen und Studiengänge unter anderem aus den Bereichen Business, Medien oder Gesundheit absolvieren.

www.mobile-university.de



An der Hochschule für Gestaltung in Schwäbisch Gmünd (HfG) liegt der Schwerpunkt klar auf Design und Gestaltung.

Foto: © Oliver Jung

Duale Hochschule Baden-Württemberg in Heidenheim (DHBW)

Studieren, während man gleichzeitig in dem jeweiligen Beruf arbeitet? Das hat nicht nur den Vorteil, dass du während des Studiums schon Geld verdienst und ordentlich Berufserfahrung sammelst, sondern erhöht auch die Wahrscheinlichkeit, dass du anschließend übernommen wirst und direkt die Karriereleiter weiter nach oben kletterst. Die Studiengänge, welche die Duale Hochschule Baden-Württemberg in Heidenheim dafür anbietet, sind breit gefächert. BWL, angewandte Gesundheits- und Pflegewissenschaften oder Informatik sind nur eine kleine Auswahl der Möglichkeiten.

www.heidenheim.dhbw.de

Pädagogische Hochschule Schwäbisch Gmünd (PH)

Die drei Schwerpunkte an der Pädagogischen Hochschule in Schwäbisch Gmünd sind Bildung, Gesundheit und Interkulturalität. Damit ist sie die Anlaufstelle für Studiengänge im Bereich Pädagogik und Lehramt, aber auch für Bildungswissenschaften oder Interkulturalität und Integration. Wenn du also zum Beispiel Lehrkraft werden möchtest, ist die PH eine gute Wahl.

www.ph-gmuend.de

Elevator-Pitch mit ...



... STADTWERKE AALEN

Was zeichnet Ihr Unternehmen aus?

Die Stadtwerke sind ein kommunales Unternehmen, das lokale Dienstleistungen wie Energieversorgung, Wasser, Abwasserentsorgung und öffentlichen Nahverkehr anbietet. Sie zeichnen sich durch öffentliche Verantwortung, Nachhaltigkeit, Kundennähe und hohe Versorgungssicherheit aus. Oft investieren sie in erneuerbare Energien und digitale Technologien.

Wie werden die Azubis betreut?

Azubis werden durch eine gründliche Einarbeitung, feste Ausbilder, praxisorientierte Ausbildung und regelmäßige Schulungen betreut. Es gibt regelmäßige Feedbackgespräche und sie werden in Teamarbeit eingebunden, um ihre Fähigkeiten zu fördern.

Welche Highlights erleben Ihre Auszubildenden?

- Azubiausflüge und Teambuilding-Events
- verschiedene Einblicke in die Bereiche
- praxisnahe Ausbildung

Wer sind die Ansprechpartner für die Azubis?

Umwelttechnologe/-technologin für Abwasserbewirtschaftung: David Abele
 Industriekaufleute: Franziska Stahl
 Anlagenmechaniker*in Rohrsystemtechnik: Wolfgang Bolsinger
 Fachangestellte*r für Bäderbetriebe: Holger Rathgeb
 Fachinformatiker*in für Systemintegration: Thorsten Regner
 Umwelttechnologe/-technologin für Wasserversorgung: Christian Schneider
 Elektroniker*in Energie- und Gebäudetechnik: Sebastian Voigt

Welche Karrieremöglichkeiten haben Ihre Auszubildenden generell und in Ihrem Unternehmen?

Auszubildende bei den Stadtwerken haben gute Karrieremöglichkeiten, darunter die Übernahme nach der Ausbildung, Weiterbildungen (z. B. Fachwirt, Techniker), fachliche Spezialisierung und Aufstieg in Führungspositionen.

ANZEIGE



Stadtwerke
Aalen

Für Sie
am Werk.

Stadtwerke Aalen – die Energiequelle für deine Karriere.

Ausbildungsberufe

- ➔ Anlagenmechaniker*in für Rohrsystemtechnik
- ➔ Fachangestellte*r für Bäderbetriebe
- ➔ Umwelttechnolog*in für Abwasserbewirtschaftung
- ➔ Umwelttechnolog*in für Wasserversorgung
- ➔ Elektroniker*in Fachrichtung Energie- und Gebäudetechnik
- ➔ Fachinformatiker*in Systemintegration
- ➔ Industriekaufleute



Studiengänge

- ➔ DHBW Bachelor Studium Informationstechnik
- ➔ DHBW Bachelor Studium Wirtschaftsingenieurwesen



Wir freuen uns auf deine Bewerbung.

Stadtwerke Aalen GmbH
 karriere@sw-aalen.de, Telefon 07361 952-249
 Bewerbung über unser Karriereportal auf
www.sw-aalen.de

Dein erstes eigenes Gehalt – und jetzt?

Das erste Ausbildungsgehalt ist ein ganz besonderer Moment. Du verdienst endlich selbst und gehst damit einen weiteren Schritt Richtung Unabhängigkeit. Aber was machst du jetzt damit? Einfach alles ausgeben oder lieber sparen?

Reality-Check: Brutto vs. Netto

Es klingt banal, aber die meisten merken es erst beim ersten Gehaltszettel: Das, was im Vertrag steht, bekommst du nicht komplett ausgezahlt. Denn dein Ausbildungsgehalt ist brutto und davon gehen Steuern und Sozialabgaben ab. Was übrig bleibt, ist dein Nettogehalt, also das, was wirklich auf deinem Konto landet. Wie hoch die abgezogene Summe ausfällt, ist abhängig von Steuerklasse, Alter und Versicherung. Dafür bist du über deinen Arbeitgeber versichert und zahlst in die Rentenversicherung ein.

Ein kurzer Blick auf die Gehaltsabrechnung lohnt sich daher immer. Wenn du verstehst, was dort steht, wirst du schnell verstehen, wohin dein Geld fließt und was du wirklich zur Verfügung hast.

Planung ist alles

Dein Gehalt ist da und jetzt willst du dir was gönnen? Das darfst du, aber bevor du dich in Shopping-Laune stürzt, lohnt es sich, einen kleinen Plan zu machen. Ein guter Tipp: das 50-30-20-Prinzip.

- 50% brauchst du für Fixkosten: Dinge, die jeden Monat fällig werden wie Handyvertrag, Fahrkarte, evtl. Miete oder Mittagessen in der Kantine.
- 30% kannst du für Wünsche nutzen: Kino, neue Sneaker, Streaming, Ausgehen oder kleine Highlights zwischendurch.
- 20% legst du zurück: fürs Sparen!

Clever sparen und trotzdem leben

Sparen bedeutet nicht, dass du gar nichts mehr ausgeben darfst. Im Gegenteil: Mit guten Strategien hast du am Ende mehr Freiheit.

- Automatisch sparen: Sobald dein Geld kommt, geht per Dauerauftrag ein kleiner Betrag direkt aufs Sparkonto. Dann musst du gar nicht mehr darüber nachdenken.
- Preisvergleiche: Egal, ob Handyvertrag, Streamingabo oder neue Jacke – es gibt fast immer günstigere Alternativen.
- Bar bezahlen: Wenn du sehen willst, wie viel du wirklich aus gibst, starte eine

Woche „Cash only“. Das macht dir bewusst, wie schnell kleine Beträge verschwinden.

- Setz dir Ziele: Urlaub, Konzerttickets, Führerschein – sparen fällt leichter, wenn du weißt, wofür.

Die Klassiker der Geldfallen

Jeder macht am Anfang Fehler, aber du kannst sie vermeiden:

Alles sofort ausgeben:

Der Monat ist lang. Versuche, dein Gehalt nicht direkt in den ersten Tagen auszugeben.

„Kleine“ Abos:

Streamingdienste, Games, Musik – das summiert sich schnell. Check regelmäßig, was du wirklich nutzt, und auf was du verzichten kannst.

Keine Übersicht:

Wenn du nie auf dein Konto schaust, wirst du überrascht, wie schnell dein Geld schrumpft. Lieber einmal pro Woche kurz reinschauen!

Spontankäufe:

Sale, Rabatt, Limited Edition klingen verlockend, aber frag dich: Brauche ich das wirklich oder will ich es nur jetzt sofort?

Elevator-Pitch mit ...



... TE CONNECTIVITY GERMANY GMBH

Was zeichnet Ihr Unternehmen aus?

TE Connectivity ist ein weltweit führendes Technologieunternehmen. Wir beschäftigen 80.000 Mitarbeiter, darunter über 8.000 Entwicklungsingenieure, die mit Kunden in rund 150 Ländern in allen Industrien zusammenarbeiten. Unsere Überzeugung ist auch unser Motto: EVERY CONNECTION COUNTS. Abwechslungsreiche und vielseitige Berufe. Spaß, Teamgeist und Erfolgsorientierung werden bei uns großgeschrieben.

Wie werden die Azubis betreut?

Betreuung durch Ausbilder in Vollzeit. Wir sind ein eingespieltes Ausbildungsteam mit allen Fachkompetenzen der vielfältigen Berufsfelder und Studiengänge.

Welche Highlights erleben Ihre Auszubildenden?

Unsere Auszubildenden können an einem jährlichen Azubi-Ausflug oder dank unserer Hanse-Fit-Initiative

an Fitnesskursen und Freizeitaktivitäten teilnehmen. Unsere Mitarbeiter- und Familienfeste versprechen eine schöne Zeit für alle.

Wer sind die Ansprechpartner für die Azubis?

Ein junges motiviertes Team mit langjähriger Erfahrung. Unsere Ausbilder vermitteln unseren zukünftigen Fachkräften das notwendige Fachwissen, um ihnen bestmögliche Chancen auf einen erfolgreichen Abschluss zu geben. Durch eine gezielte Vorbereitung und Begleitung schaffen wir die Grundlage für überdurchschnittliche Leistungen unserer Auszubildenden.

Welche Karrieremöglichkeiten haben Ihre Auszubildenden generell und in Ihrem Unternehmen?

Als Fachkraft oder Bachelor-Absolvent stehen alle Türen offen. Intern vom Gruppenleiter bis hin zum Werksleiter. Weiterbildung aller Art wird begrüßt und gefördert.

ANZEIGE

STARTE DURCH BEI TE CONNECTIVITY

WER WIR SIND UND WAS UNS SO ERFOLGREICH MACHT

TE Connectivity ist ein weltweit führendes Technologieunternehmen. Wir ermöglichen eine sicherere, nachhaltige, produktive und vernetzte Zukunft. Unser breites Angebot an Verbindungs- und Sensorlösungen hat sich in den anspruchsvollsten Umgebungen bewährt und Fortschritte in den Bereichen Transport, industrielle Anwendungen, Medizintechnologie, Energietechnik, Datenkommunikation und für das Zuhause ermöglicht. Mit rund 85.000 Mitarbeitern, darunter mehr als 8.000 Ingenieure, arbeiten wir mit Kunden aus fast 140 Ländern zusammen.

Nachfolgende Ausbildungs- und Studienplätze (m/w/d) bieten wir an:

AUSBILDUNGSPLÄTZE:

- Werkzeugmechaniker
- Industriemechaniker
- Elektroniker
- Mechatroniker
- Oberflächenbeschichter
- Fachkraft für Lagerlogistik

DUALES STUDIUM:

- Elektrotechnik
- Werkstoffkunde
- Wirtschaftsinformatik Data Science
- Maschinenbau
- Sicherheitswesen
- Wirtschaftsingenieurwesen



Die Ausbildung und das Studium haben bei TE einen enorm hohen Stellenwert! Also worauf wartest Du noch? Auf gehts in eine spannende Zukunft bei **TE Connectivity Wört/Dinkelsbühl!**

Bewirb dich online unter careers.te.com

EVERY CONNECTION COUNTS

TE connectivity, TE, TE connectivity (logo) und EVERY CONNECTION COUNTS sind Marken der TE Connectivity Ltd. Unternehmensgruppe oder sind von dieser lizenziert.



Dein Versicherungs-Guide zum Ausbildungsstart

Krankenversicherung, Haftpflicht, Unfall, Berufsunfähigkeit – klingt alles irgendwie kompliziert und ziemlich erwachsen. Und ehrlich gesagt ist es das auch. Aber sobald du mit der Ausbildung startest, wirst du automatisch Teil dieser „Versicherungswelt“. Daher gibt es ein paar Dinge, die wirklich wichtig sind.

Die Must-haves: Ohne geht's nicht

1. Krankenversicherung

Sie ist Pflicht. Bisher warst du über deine Eltern bei eurer Krankenkasse mitversichert. Mit dem Einstieg in die Ausbildung ändert sich das jedoch. Dein Betrieb zieht dafür jeden Monat Beiträge von deinem Bruttogehalt ab und überweist sie direkt an die Kasse. Am besten kümmerst du dich noch vor Ausbildungsbeginn darum, da deine künftige Arbeitsstelle einen Nachweis deiner Mitgliedschaft benötigt. Es gibt jedoch auch Ausnahmen. Solange du nicht verdienst, wie beispielsweise bei einem Studium, bleibst du bis zum vollendeten 25. Lebensjahr in der Familienversicherung deiner Eltern.

2. Haftpflichtversicherung

Die private Haftpflichtversicherung ist ein echter Klassiker und absolut unverzichtbar. Sie springt ein, wenn du aus Versehen jemandem einen Schaden zufügst, z. B. das Handy eines Freundes fallen lässt oder beim Fahrradfahren das Auto eines Nachbarn beschädigst. Ohne Haftpflicht können solche Missgeschicke schnell teuer werden. Wenn deine Eltern eine



Missgeschicke passieren – Mit der richtigen Versicherung ist das kein Drama.

Familien-Haftpflicht haben, bist du meist bis zum Ende deiner ersten Ausbildung noch mitversichert. Nach der Ausbildung brauchst du dann deine eigene.

Was du (noch) nicht brauchst

Sobald man Geld verdient, kommen oft viele Angebote: Handyversicherung, Unfallversicherung, Berufsunfähigkeit oder Rechtsschutz. Das klingt alles wichtig, ist es

aber nicht sofort. Hier gilt: Nicht alles abschließen, was dir jemand anbietet. Viele Versicherungen brauchst du erst später, wenn du wirklich auf eigenen Beinen stehst, eine Wohnung hast oder Familie gründest.

Ein kurzer Überblick:

- **Handyversicherung:** Meist überflüssig – oft teuer und mit vielen Ausschlüssen.
- **Hausratversicherung:** Nur sinnvoll, wenn du in deine erste eigene Wohnung ziehst.
- **Berufsunfähigkeitsversicherung:** Kann später wichtig werden, wenn du dauerhaft arbeitest und dein Einkommen sichern willst. Zu Ausbildungsbeginn ist das aber meist noch kein Thema.
- **Rechtsschutzversicherung:** Nice to have, aber kein Muss. Wichtiger ist, erstmal die Grundlagen abzudecken.

Dein Versicherungs-Check

Zu Beginn kannst du dir ganz einfach eine kleine Checkliste machen:

1. Bin ich krankenversichert?
2. Bin ich über die Haftpflicht meiner Eltern mitabgedeckt oder brauche ich eine eigene?
3. Alles andere? Später!

Elevator-Pitch mit ...



... SCHLOSSHOTEL HELLENSTEIN GMBH

Was zeichnet Ihr Unternehmen aus?

Uns zeichnet eine fachlich hoch qualifizierte und vielseitige Ausbildung aus. Mit unserer Ausbildung wirst du zu einem echten Gastgeber-Profi, Kulinarik-Künstler und Allrounder. In unserem Hotel mit modernem Ambiente kannst du deine Leidenschaft und Kreativität im Tagesgeschäft verbinden. Zudem bieten wir sehr gute Übernahmechancen.

Wie werden die Azubis betreut?

Zum Ausbildungsbeginn erhalten die Azubis einen Versetzungsplan und wissen damit, wann sie in welcher Abteilung sind. Vor Ort werden die Azubis von der Ausbilderin sowie den entsprechenden Kollegen betreut. Ebenso steht die Ausbildungsleiterin für alle organisatorischen und sonstigen Themen zur Seite. Durch regelmäßige Abstimmungstermine findet ein stetiger Austausch statt. Auch bei schulischen Themen oder zur Zwischen- und Abschlussprüfung bieten wir eine entsprechende Unterstützung an.

Welche Highlights erleben Ihre Auszubildenden?

Die Einführungswoche startet mit einem Teambuilding-Azubi-Ausflug. Zudem finden verschiedene betriebliche Veranstaltungen statt. Durch Einblicke in alle Abteilungen haben Azubis die Chance, ihre Stärken individuell einzusetzen und ihre Fachabteilung für die Zukunft zu finden. Als Abschluss der Ausbildung gibt es eine Ausbildungsprämie.

Wer sind die Ansprechpartner für die Azubis?

Im Schlosshotel vor Ort betreut eine Ausbilderin alle Azubis in den verschiedenen Bereichen. Für alle organisatorischen Themen ist die Ausbildungsleiterin die Ansprechpartnerin.

Welche Karrieremöglichkeiten haben Ihre Auszubildenden generell und in Ihrem Unternehmen?

Bei guter Leistung ist die unbefristete Übernahme möglich. Gerne bieten wir auch persönliche und fachliche Weiterbildungen sowie qualifizierte Seminare und Workshops an.

ANZEIGE



Deine Zukunft in unserem Haus

Wir suchen dich!

Heidenheim | Ausbildung | Vollzeit

Bei uns lernst du alles, was du für eine erfolgreiche Zukunft benötigst. Bewirb dich jetzt für deinen Ausbildungsplatz und nutze deine Chance.

Unser Ausbildungsangebot (m/w/d)

- Hotelfachmann
- Fachmann für Restaurants und Veranstaltungsgastronomie
- Koch

Überzeuge dich einfach selbst!

Alle Informationen zu unseren Ausbildungsberufen findest du hier: www.schlosshotel-hellenstein.de oder über den QR-Code.

Schlosshotel Hellenstein
Personalentwicklung,
Frau Laura Kalweit
Telefon: 07321.328-248,
Mail: karriere@schlosshotel-hellenstein.de





Ein Klick zu viel? Handle überlegt und surfe sicher im Netz, um Gefahren zu erkennen.

Fotos: © carballo - stock.adobe.com

Zwischen Likes und Leaks

Deine Sicherheit im Netz

Wie sicher bist du wirklich im Netz? Wahrscheinlich sicherer, als du denkst – und gleichzeitig vielleicht weniger, als du glaubst. Denn wer jeden Tag auf Social Media unterwegs ist, Nachrichten verschickt, Online-Shops nutzt oder sich mit einem Klick irgendwo anmeldet, hinterlässt Spuren. Genau deshalb ist digitale Sicherheit kein Thema nur für „irgendwann später“, sondern für jetzt.

Viele junge Menschen bewegen sich online ganz selbstverständlich. Das ist gut, weil du dich schnell zurechtfindest und Technik für dich normal ist. Andererseits führt genau diese Routine oft dazu, dass Risiken unterschätzt werden. Ein zu einfaches Passwort,

ein öffentliches Profil oder ein vorschnell geklickter Link – und schon kann es unangenehm werden. Hier gilt: Aufmerksamkeit statt Panik. Du musst nicht misstrauisch durchs Internet surfen, aber bewusst mit dem umgehen, was du tust.

Auf einen Blick: Red Flags im Netz

- „Dringend! Jetzt klicken!“
- Unbekannte Links per Mail oder SMS
- Login-Seiten, deren URL, Aufbau und Aussehen schon komisch wirken
- Nachrichten von Freunden mit ungewöhnlichen Geldanfragen
- Gewinnspiele, bei denen du „sofort gewonnen hast“

Warum das Thema wichtig ist

Digitale Sicherheit bedeutet nicht nur, dein Handy zu schützen. Es geht auch um deine Privatsphäre, deine Fotos, deine Chats und deine Konten. Also um einen großen Teil deines digitalen Alltags. Was einmal im Netz landet, lässt sich oft nur schwer wieder zurückholen. Besonders in sozialen Medien ist schnell etwas geteilt, geliked oder weitergeleitet, ohne dass man noch genau weiß, wer es alles sieht oder speichert.

Gerade als Teil der Gen Z – und auch der Gen Alpha – bist du viel online unterwegs. Und genau deshalb lohnt es sich, ein paar einfache Grundlagen zu kennen. Nicht, weil das Internet gefährlich wäre, sondern weil du selbst entscheiden solltest, was von dir sichtbar ist.

Wie sicher bist du online?

- Ich nutze für wichtige Accounts unterschiedliche Passwörter.
- Ich habe die Zwei-Faktor-Authentifizierung aktiviert (z.B. bei Insta, Mail).
- Ich achte darauf, was ich öffentlich poste (z.B. Standort, Schule etc.).
- Ich klicke nicht einfach auf Links in unbekanntem Nachrichten.
- Ich prüfe regelmäßig meine Privatsphäre-Einstellungen in Social Media.
- Ich habe schon mal darüber nachgedacht, was zukünftige Arbeitgeber online von mir sehen könnten.
- Ich lade Apps nur aus vertrauenswürdigen Quellen herunter.
- Ich weiß, wie ich einen Account melde oder blockiere.
- Ich teile keine persönlichen Daten mit Fremden im Netz.
- Ich sichere wichtige Daten regelmäßig (z.B. Fotos, Dokumente).

*Viel Spaß
beim Ankreuzen!*

Auswertung

0 BIS 3 PUNKTE:

Digitaler Draufgänger

Du bewegst dich ziemlich sorglos durchs Netz. Das kann gutgehen, muss es aber nicht. Zeit, ein paar Basics nachzuschärfen, sonst wird es schnell unangenehm.

4 BIS 7 PUNKTE:

Mit Vorsicht unterwegs

Du hast schon ein gutes Gefühl für Sicherheit, aber da geht noch was. Mit ein paar einfachen Anpassungen bist du deutlich besser geschützt.

8 BIS 10 PUNKTE:

Safety-Pro

Stark! Du weißt, worauf es ankommt, und schützt dich bewusst. Bleib dran – das Netz entwickelt sich ständig weiter.

Drei Dinge, die du sofort ändern kannst

1. Zwei-Faktor-Authentifizierung aktivieren

Das klingt kompliziert, ist aber einfach. Neben deinem Passwort brauchst du einen zweiten Schritt, zum Beispiel einen Code auf dein Handy. So wird es für andere deutlich schwieriger, auf dein Konto zuzugreifen – selbst wenn jemand dein Passwort kennt.

2. Privatsphäre-Check machen

Schau dir deine Einstellungen auf Instagram, TikTok, Snapchat und Co. an. Wer darf deine Beiträge sehen? Wer kann dir schreiben? Wer findet dein Profil? Viele Apps sind standardmäßig ziemlich offen eingestellt – oft ohne, dass man es merkt.

3. Passwörter sinnvoll nutzen

Ein Passwort für alles ist bequem, aber riskant. Wenn ein Konto gehackt wird, sind oft gleich mehrere betroffen. Besser sind unterschiedliche Passwörter oder ein Passwortmanager. Wichtig ist vor allem: Ein gutes Passwort ist lang und schwer zu erraten.

Phishing und Fake-Nachrichten erkennen

Viele Risiken entstehen nicht durch große Cyberangriffe, sondern durch kleine Alltagsfallen. Fake-SMS von Paketdiensten, angebliche Gewinnspiele oder Nachrichten mit Links, die dringend wirken. Typisch sind Formulierungen wie „Jetzt handeln!“ oder „Ihr Konto wird gesperrt“. Genau hier lohnt sich ein kurzer Stopp: Wirklich prüfen, bevor du klickst.

Sicherer im Alltag

Ein paar einfache Gewohnheiten machen einen großen Unterschied: Verwende starke Passwörter für wichtige Konten, prüfe regelmäßig deine Privatsphäre-Einstellungen und sei vorsichtig bei Nachrichten von unbekanntem Absender. Wenn dir ein Link komisch vorkommt, klick ihn nicht einfach an. Und wenn du etwas posten willst, frag dich kurz: Würde ich das auch in ein paar Wochen noch okay finden?

Digitale Sicherheit ist kein Extra und kein kompliziertes Technikthema. Es ist ein Teil davon, selbstbestimmt im Netz unterwegs zu sein. Und je früher du damit anfängst, desto natürlicher wird es im Alltag.

Ausbildungscheck

Klein, aber oho ist das Motto unseres Ausbildungschecks. Hier findest du Berufe und Jobmöglichkeiten unterschiedlicher Branchen. Unter den Ausbildungsmöglichkeiten findest du bekannte Berufe, All-Time-Klassiker, aber vielleicht entdeckst du auch den ein oder anderen Job, den du bislang nicht auf dem Schirm hattest.



Elevator-Pitch mit ...

KATHOLISCHE KITAS, TEILBEREICH OSTALBKREIS (KVZ AA)

Was zeichnet Ihr Unternehmen aus?

40 interessante Kitas und KiFaZ eingebettet in die örtliche Kirchengemeinde bieten verschiedene Formen der Ausbildung in qualifizierten Einrichtungen: Wir unterstützen durch kompetente Anleitung und geben Raum für die berufliche und persönliche Entwicklung.

#gehaltvoll = die Ausbildungsgehälter sind überdurchschnittlich hoch mit ca. 1.500-2.000 €.

#gehaltvoll = gehaltvoll vom Inhalt der Ausbildung

Wie werden die Azubis betreut?

Von erfahrenen und qualifizierten Anleiter:innen (in der Regel ausgebildete Mentor:innen) und Kitaleiter:innen.

Welche Highlights erleben Ihre Auszubildenden?

Gute Ausbildung mit bewährten Ausbildungskonzepten

und stetiger Weiterentwicklung. Einführung des neuen Orientierungsplanes. Feste und Feiern mit den Kindern und Familien. Teambegleitung. Aufgeschlossene, freundliche und engagierte Teams warten auf engagierte Azubis. Bei uns ist man gefordert und gefördert!

Wer sind die Ansprechpartner für die Azubis?

Anleiter:innen, Leiter:innen, Kitamanger:innen.

Welche Karrieremöglichkeiten haben Ihre Auszubildenden generell und in Ihrem Unternehmen?

Alle vorstellbare Stellen einer Kita: Gruppendienst als pädagogische Fachkraft, Kitaleitung von kleinen bis großen Einrichtungen, Sprachförderung, Integration, Projekte - und das alles ganz ohne Studium.



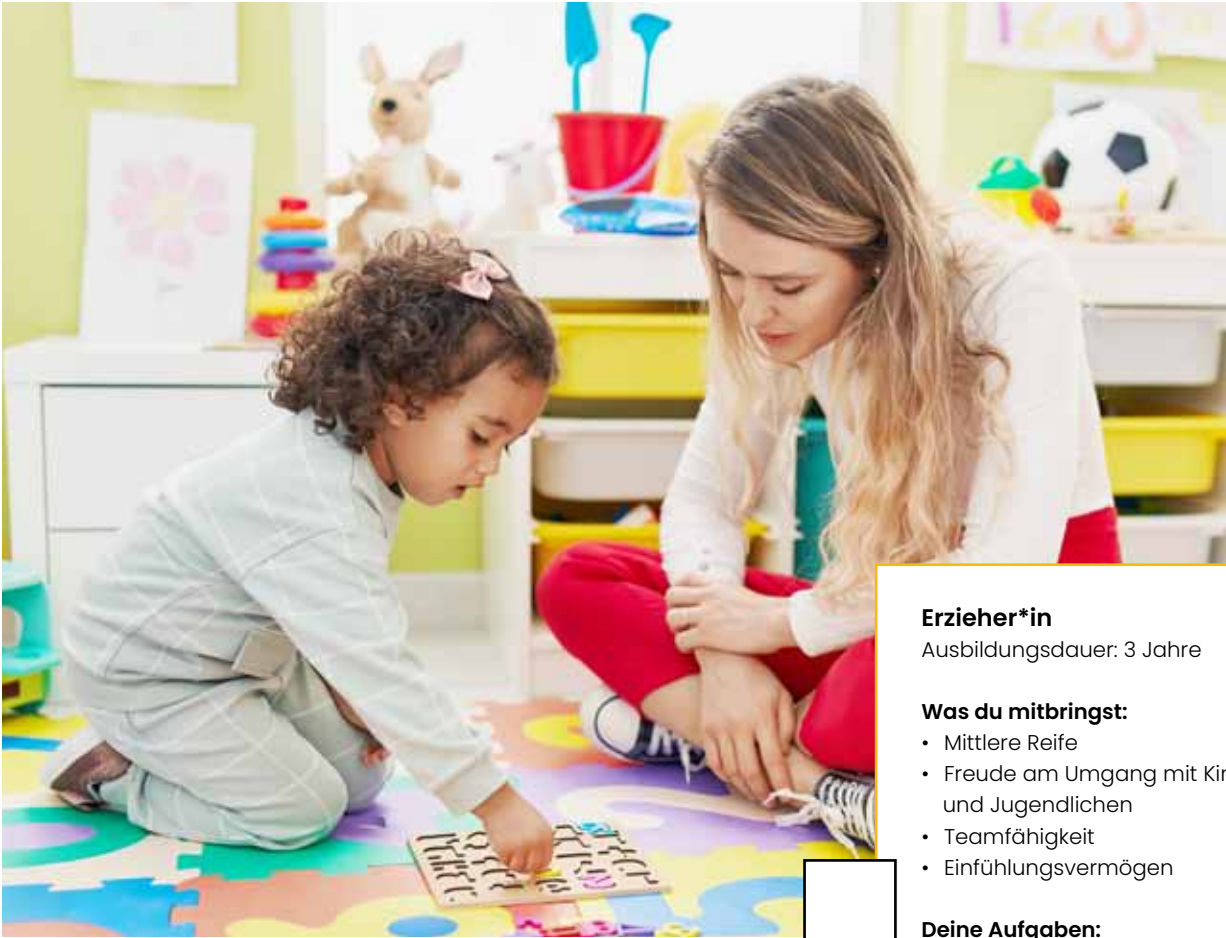


Foto: © Krakenimages.com – stock.adobe.com

Erzieher*in

Ausbildungsdauer: 3 Jahre

Was du mitbringst:

- Mittlere Reife
- Freude am Umgang mit Kindern und Jugendlichen
- Teamfähigkeit
- Einfühlungsvermögen

Deine Aufgaben:

- Betreuung junger Menschen
- Beobachtung der Lernfortschritte und des Sozialverhaltens
- Förderung der Entwicklung persönlicher Interessen und Stärken
- Elterngespräche führen

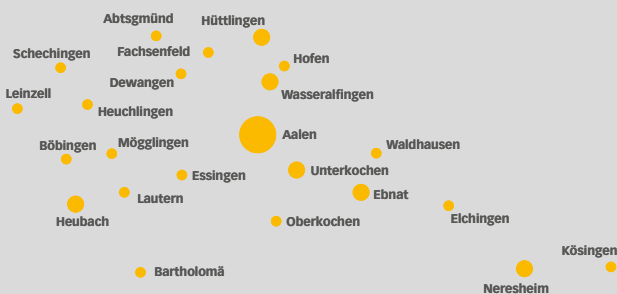
ANZEIGE

Lust auf eine Ausbildung in einer Katholischen Kita?

#Bei uns könnt ihr (was) werden:

Erzieher (m/w/d)

Über 40 Ausbildungsstellen warten auf euch:



Sozialpädagogische Assistenten (m/w/d)

- Anerkennungspraktikum
- Praxisintegrierte Ausbildung/PIA
- Direkteinstieg Kita



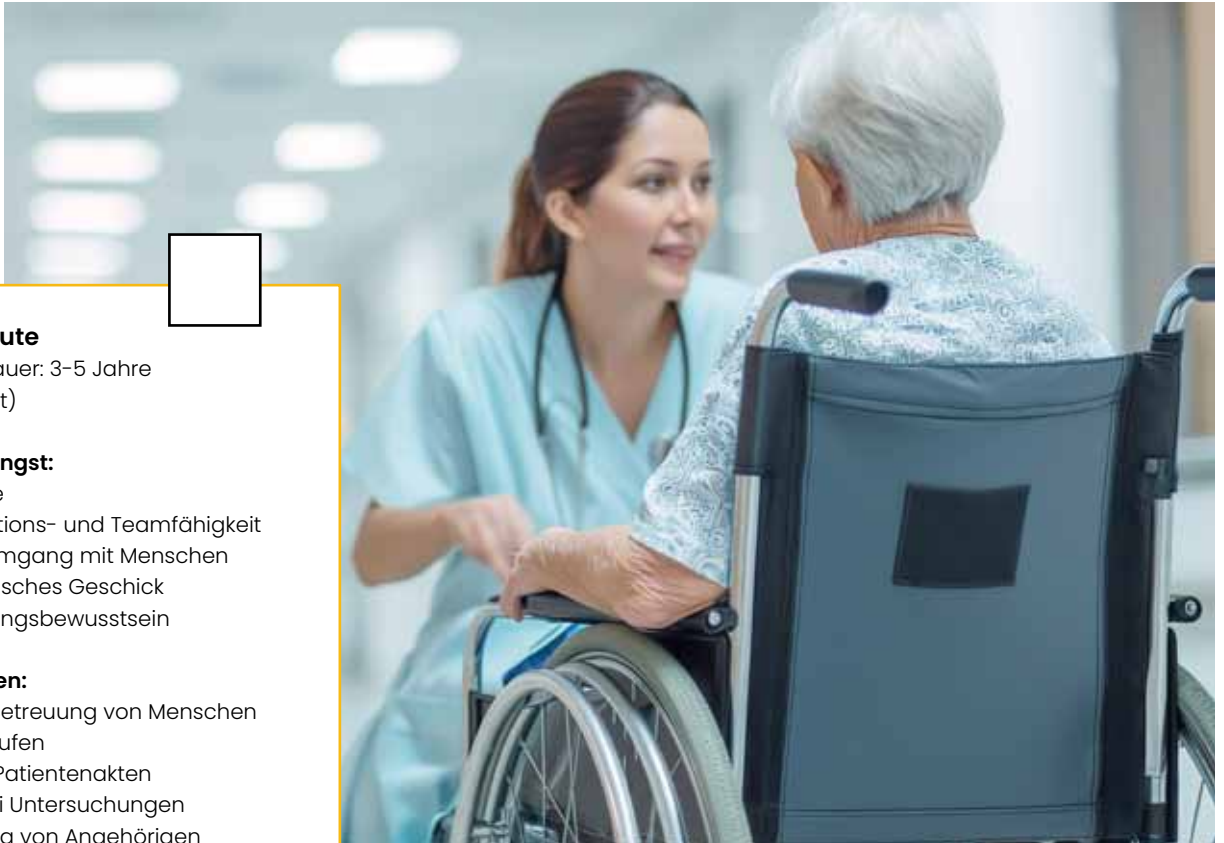
#gehaltvoll



Katholisches
Verwaltungszentrum
Aalen

[kvz.drs.de/aalen/karriere](https://www.kvz.drs.de/aalen/karriere)





Pflegefachleute

Ausbildungsdauer: 3-5 Jahre
(Vollzeit/Teilzeit)

Was du mitbringst:

- Mittlere Reife
- Kommunikations- und Teamfähigkeit
- Freude im Umgang mit Menschen
- Organisatorisches Geschick
- Verantwortungsbewusstsein

Deine Aufgaben:

- Pflege und Betreuung von Menschen aller Altersstufen
- Führen von Patientenakten
- Assistenz bei Untersuchungen
- Unterweisung von Angehörigen in z.B. Pflegetechniken

Foto: © T-elle - stock.adobe.com

Elevator-Pitch mit ...



... LANDRATSAMT HEIDENHEIM

Was zeichnet Ihr Unternehmen aus?

Die Vielfalt der Landkreisverwaltung mit ihren rund 800 Mitarbeitenden in den verschiedensten Bereichen wie Soziales und Gesundheit, Umwelt und Ordnung sowie Finanzen und Infrastruktur spiegelt sich in spannenden und abwechslungsreichen Ausbildungsberufen sowie Studienplätzen mit Zukunft wider.

Wie werden die Azubis betreut?

Wir bieten eine intensive Betreuung durch unsere zahlreichen Ausbildungsbeauftragten in allen Bereichen der Landkreisverwaltung. Ausbildungsleitung oder Stellvertretung sind als Ansprechpersonen immer vor Ort.

Welche Highlights erleben Ihre Auszubildenden?

Das Ausbildungs-/Studienjahr startet mit den Einführungstagen (Teamspiele, Orientierungslauf, Seminar, u.v.m.). Außerdem bieten wir regelmäßige Azubitreffen,

Azubipausen, Projekte, Sommerfeste, Weihnachtsfeiern und Workshops an. Des Weiteren profitieren die Auszubildenden von der guten Vereinbarkeit von Familie und Beruf, Gesundheitsangeboten und dem Jobticket.

Wer sind die Ansprechpartner für die Azubis?

In jedem Bereich sind die Ausbildungsbeauftragten als ständige Ansprechpersonen zuständig. Zudem gibt es eine Jugend- und Auszubildendenvertretung (JAV). Bei Problemen, Anmerkungen und Fragen stehen die Mitglieder jederzeit gerne zur Verfügung.

Welche Karrieremöglichkeiten haben Ihre Auszubildenden generell und in Ihrem Unternehmen?

Wir unterstützen jegliche Aufstiegsfortbildungen und fördern berufsbegleitende Masterstudiengänge.

Fachangestellte*r für Medien- und Informationsdienste – Bibliothek

Ausbildungsdauer: 3 Jahre

Was du mitbringst:

- Mittlere Reife
- Spaß am Umgang mit Menschen
- Kommunikationsfähigkeit
- Interesse für Literatur und Kultur

Deine Aufgaben:

- Beschaffung von Büchern, Zeitschriften und anderer Medien
- Erfassen und Pflegen der Bibliotheksbestände
- Beratung und Unterstützung der Kunden
- Verwaltungsaufgaben wie z.B. Mahnungen bearbeiten



Foto: © insta_photos – stock.adobe.com

FaMi arbeiten nicht nur in der Bibliothek, sondern zum Beispiel auch im Archiv, in Kliniken oder Museen.

Medizinische*r Fachangestellte*r

Ausbildungsdauer: 3 Jahre

Was du mitbringst:

- Mittlere Reife
- Empathie
- Organisationstalent
- Freude an der Arbeit mit Menschen

Deine Aufgaben:

- Organisatorische Aufgaben
- Erfassung von Patientendaten
- Abrechnungen erstellen
- Assistenz bei Behandlungen
- Laborarbeiten

Medizinische Fachangestellte sind echte Multitalente, die sogar kleinere medizinische Eingriffe übernehmen.

ANZEIGE

Deine Ausbildung
im Landratsamt
Heidenheim



Du hast viel zu bieten – WIR AUCH

AUSBILDUNGSBERUFE

- ✔ Verwaltungsfachangestellter (m/w/d)
- ✔ Verwaltungswirt (m/w/d)
- ✔ Vermessungstechniker (m/w/d)
- ✔ Straßenwärter (m/w/d)
- ✔ Fachinformatiker für Systemintegration (m/w/d)

DUALE STUDIENGÄNGE

- ✔ Public Management
- ✔ Sozialmanagement
- ✔ Soziale Dienste der Jugend-, Sozial- und Familienhilfe
- ✔ Bauingenieurwesen – Öffentliches Bauen
- ✔ BWL Marketing-Management

DARAUF KANNST DU DICH FREUEN

- ✔ Zusatzleistungen
- ✔ Work-Life-Balance
- ✔ Betriebliches Gesundheitsmanagement
- ✔ und vieles mehr...

www.ausbildung-hdh.de



Mediengestalter*in Digital und Print – Gestaltung und Technik

Ausbildungsdauer: 3 Jahre

Was du mitbringst:

- Mittlere Reife, Abitur
- Kreativität
- Sinn und Gespür für Ästhetik
- Kommunikations- und Teamfähigkeit

Deine Aufgaben:

- Layoutgestaltung und -erstellung von Printmedien
- Planung, Steuerung und Überwachung von Produktionsabläufen
- Aufbereitung von Daten für den digitalen Einsatz

Neue Fachrichtungen und ein verstärkter Fokus auf digitale Produkte: dafür sorgte 2023 eine Neuordnung des Berufs!

Foto: © New Africa – stock.adobe.com



Foto: © Seventyfour – stock.adobe.com

Fachinformatiker*in für Systemintegration

Ausbildungsdauer: 3 Jahre

Was du mitbringst:

- Mittlere Reife, Abitur
- Begeisterung für Computer, Elektronik, Technik und Zahlen
- Analytisches Denken
- Sorgfältige Arbeitsweise

Deine Aufgaben:

- Analyse von Kundenanforderungen und -bedürfnissen
- Einrichtung von Netzwerken
- IT-Support und Wartung

Elevator-Pitch mit ...



... TELENOT ELECTRONIC GMBH

Was zeichnet Ihr Unternehmen aus?

TELENOT ist ein modernes, flexibles und innovatives Unternehmen. Die Mitarbeiterzufriedenheit und -bindung steht für uns an erster Stelle. Von A wie Anlagenführer über E wie Erzieher oder Elektroniker bis hin zum I wie Industriekauffrau. TELENOT hat ein umfangreiches Angebot an Ausbildungsberufen.

Wie werden die Azubis betreut?

In dem firmeneigenen Ausbildungszentrum bekommen die Auszubildenden die Möglichkeit, sich auszutauschen, zu lernen, sich kreativ zu entfalten und können Nachhilfe beanspruchen. Hier steht das Miteinander im Vordergrund.

Welche Highlights erleben Ihre Auszubildenden?

Unsere Auszubildenden bekommen die Chance, ihren Teamspirit zu stärken und sich noch besser kennenzulernen. Hierfür bieten wir spannende Ausflüge an.

Ob Grillabend, Escape Room oder Klettergarten, TELENOT ist immer dabei.

Wer sind die Ansprechpartner für die Azubis?

Jeder Ausbildungsberuf hat einen eigenen Ausbilder, der immer ein offenes Ohr für die Azubis hat. Aber auch die Personalabteilung ist Zuhörer, Kümmerer und Ansprechpartner für unsere Auszubildenden, die bei jedem Anliegen für die Azubis da sind.

Welche Karrieremöglichkeiten haben Ihre Auszubildenden generell und in Ihrem Unternehmen?

TELENOT bietet einen individuellen Karriereweg für Auszubildende an. Hier sind der Kreativität keine Grenzen gesetzt. Wir unterstützen bei jeder Weiterbildungsmöglichkeit unsere jungen Talente. Viele unserer ehemaligen Azubis sind heute als Führungskraft bei TELENOT tätig.

ANZEIGE

Wir suchen

DICH!



TELENOT
Unternehmensgruppe

- ✓ Informationselektroniker
- ✓ Elektroniker
- Fachrichtung Geräte und Systeme
- ✓ Werkzeugmechaniker
- Fachrichtung Stanztechnik
- ✓ Industriekaufmann
- ✓ Kaufmann im E-Commerce
- ✓ Fachinformatiker
- ✓ Fachkraft für Lagerlogistik
- ✓ Erzieher



Jetzt bewerben!

Scan mich oder
personal@telenot.de
Tel. 07361 946 3351

Bei uns zählt der Mensch, nicht das Geschlecht.
Deswegen verzichten wir auf m/w/d.

Hotelfachleute

Ausbildungsdauer: 3 Jahre

Was du mitbringst:

- Mittlere Reife, Abitur
- Freude am Umgang mit Menschen
- Gute Umgangsformen
- Respektvoller Umgang mit Gästen und der Kollegschaft
- Teamfähigkeit

Deine Aufgaben:

- Gästebetreuung und -beratung
- Bearbeitung von Reservierungsanfragen
- Ausführung von Check-In und Check-Out
- Kontrolle des Servicestandards
- Reinigung und Kontrolle von Gästezimmern



Foto: © metamorworks – stock.adobe.com

Elevator-Pitch mit ...



... AOK BADEN-WÜRTTEMBERG

Was zeichnet Ihr Unternehmen aus?

Die AOK betreut als größte Krankenkasse in Baden-Württemberg mehr als 4,6 Millionen Versicherte. Seit 1884 ist die AOK in Sachen Gesundheit für die Menschen da. Seit 30 Jahren ist die AOK Baden-Württemberg als modernes, innovatives Unternehmen erfolgreich im Wettbewerb. Persönliche Beratung in nächster Nähe zeichnet die Gesundheitskasse aus.

Wie werden die Azubis betreut?

Unsere Azubis werden von Fachausbildern in den jeweiligen Bereichen betreut sowie ausgebildet. So bekommt man in jedem Bereich das Fachwissen auch praxisnah vermittelt.

Welche Highlights erleben Ihre Auszubildenden?

Während der Ausbildung, etwa zum Sozialversicherungsfachangestellten (Sofa), sind die Azubis oft mehrere Tage

im hauseigenen Bildungszentrum und treffen dort auf viele weitere Azubis aus ganz Baden-Württemberg. Das ist Klassenfahrt-Feeling. Auch das Essen dort ist ein Highlight.

Wer sind die Ansprechpartner für die Azubis?

AOK-Ausbildungsleiter Thomas Schiele und die Fachausbilder im jeweiligen Bereich.

Welche Karrieremöglichkeiten haben Ihre Auszubildenden generell und in Ihrem Unternehmen?

Die Azubis haben nach ihrer Ausbildung die Möglichkeit, den AOK-Betriebswirt oder einen Bachelorabschluss zu machen. Wer nicht studieren möchte, qualifiziert sich zum AOK-Fachexperten. Darüber hinaus bietet die AOK über 200 Weiterbildungen an. Im Vergleich zu Kaufleuten im Gesundheitswesen bekommen Sofas umfassendere Kenntnisse vermittelt, was eine größere Zukunftssicherheit bedeutet.



Foto: © UfaBizPhoto – www.shutterstock.com

Zimmerer/Zimmerin

Ausbildungsdauer: 3 Jahre

Was du mitbringst:

- Hauptschulabschluss
- Handwerkliches Geschick
- Technisches Verständnis
- Körperliche Fitness

Deine Aufgaben:

- Holzverarbeitung
- Errichten von Holzkonstruktionen wie Dachstuhl, Treppen oder Fußböden
- Instandhaltung & Reparatur von Holzkonstruktionen
- Handhabung von Skizzen, Zeichnungen und Plänen

Ein Beruf mit vielen Facetten: Hier sorgen Organisation, Planung und die Arbeit mit Technik für Abwechslung!

Fachkraft für Lagerlogistik

Ausbildungsdauer: 3 Jahre

Was du mitbringst:

- Hauptschulabschluss, Mittlere Reife
- Organisatorisches Geschick

Deine Aufgaben:

- Steuerung und Optimierung von Bestellungsprozessen
- Lagerung der Ware
- Verpacken und verladen der Ware
- Bestandskontrolle

ANZEIGE



Genau mein Ding: die AOK.

Du möchtest deine Talente entfalten, deine Stärken beweisen und deine Ideen einbringen? Dann herzlich willkommen bei der AOK. Als größte Krankenversicherung in Baden-Württemberg bereiten wir dich bestens auf einen spannenden Berufsweg vor.

Ausbildungsmöglichkeiten:

- Sozialversicherungsfachangestellter 2- bzw. 3-jährig (m/w/d)
- AOK-Betriebswirt mit Bachelor „Health Care Management“ (m/w/d)
- Ausbildung Kaufmann für Dialogmarketing (m/w/d)
- Bachelor „Soziale Arbeit im Gesundheitswesen (DH)“ (m/w/d)

Jetzt bei der AOK – Die Gesundheitskasse Ostwürttemberg online unter aok.de/bw/karriere bewerben:
Thomas Schiele · Tel. 0711 6525-22500

Schwerbehinderte Menschen werden bei gleicher Eignung bevorzugt berücksichtigt.



AOK. Die Gesundheitskasse.



Foto: © benixs – www.shutterstock.com

Mechatroniker*in

Ausbildungsdauer: 3,5 Jahre

Was du mitbringst:

- Mittlere Reife
- Technisches Geschick und Verständnis
- Handwerkliches Geschick
- Sorgfältige Arbeitsweise

Deine Aufgaben:

- Bauen von mechanischen, elektronischen und elektrischen Komponenten
- Montieren und Demontieren von Maschinen und Anlagen
- Prüfung mechatronischer Systeme
- Installation und Bedienung mechatronischer Systeme



Maschinen- und Anlagenführer*in

Ausbildungsdauer: 2 Jahre

Was du mitbringst:

- Hauptschulabschluss, Mittlere Reife
- Sorgfalt
- Technisches Verständnis

Deine Aufgaben:

- Inbetriebnahme und Bedienung von Maschinen
- Überwachung der Produktionsprozesse
- Instandhaltung und Wartung der Maschinen
- Bereitstellung notwendiger Produktionsmaterialien



Kaufleute im E-Commerce

Ausbildungsdauer: 3 Jahre

Was du mitbringst:

- Mittlere Reife, Abitur
- Kommunikationsfähigkeit
- Organisatorische Fähigkeiten
- Interesse für Technik und Digitalisierung

Deine Aufgaben:

- Marketingmaßnahmen
- Kundenkontakt
- Sortimentgestaltung für Online-Shops
- Auswertung von Verkaufszahlen und betrieblicher Prozesse



Spezialisierung gefällig?
Das Berufsbild bietet verschiedene Fachrichtungen wie Metall- und Kunststofftechnik.

Elevator-Pitch mit ...



... STADT AALEN

Was zeichnet Ihr Unternehmen aus?

Die Stadt Aalen ist mit ihren rund 1.500 Beschäftigten einer der größten Arbeitgeber der Region. Durch die Größe der Verwaltung können den Auszubildenden hervorragende Bedingungen und eine fundierte Ausbildung geboten werden. In Verbindung mit den Dualen Hochschulen werden Studiengänge in den verschiedensten Bereichen angeboten. Wir bezuschussen die Anschaffung eines Jobbikes und das Deutschlandticket.

Wie werden die Azubis betreut?

In jedem Amt und Fachbereich sind für unsere Auszubildenden Ansprechpartner*innen benannt, die sich um die Ausbildung kümmern, mit Rat und Tat zur Seite stehen und immer ein offenes Ohr haben.

Welche Highlights erleben Ihre Auszubildenden?

Auf eine umfassende Qualifizierung unserer Nachwuchskräfte wird großen Wert gelegt. Bei der Stadt Aalen sind Fortbildungen, Teambuilding, Exkursionen, Projektarbeiten

oder auch Fremdpraktika ein wichtiger Bestandteil der Ausbildung.

Wer sind die Ansprechpartner für die Azubis?

Für alle Fragen zur Bewerbung und den unterschiedlichen Ausbildungs- und Studienplätzen steht die Ausbildungsleiterin Frau Süheyla Muratoglu telefonisch unter 07361 52 1236 oder per E-Mail an ausbildung@aalen.de zur Verfügung.

Welche Karrieremöglichkeiten haben Ihre Auszubildenden generell und in Ihrem Unternehmen?

Wir garantieren unseren Auszubildenden bei guten Leistungen die Übernahme in ein Arbeitsverhältnis bei der Stadt Aalen. Durch Qualifizierungsangebote und die umfassende und vielfältige Ausbildung stehen unseren Auszubildenden alle Möglichkeiten offen. Für berufsfördernde Weiterbildungen nach der Ausbildung übernimmt die Stadt Aalen bis zu 50 % der Kosten.

ANZEIGE



Hier findet Ausbildung Stadt.

Bewerbungen von Menschen jeglichen Alters, Geschlechts, aller Religionen, Ethnien und Nationalitäten sind uns willkommen.

Nutzen Sie unser Bewerberportal unter www.aalen.de



Stadt Aalen,
Hauptamt
Ausbildungsleiterin
Frau Muratoğlu
T 07361 52-1236

Verwalten, veranstalten & digitalisieren.

Ausbildungen in der Verwaltung, in der IT und im Veranstaltungsbereich.

Voll sozial.

Erzieher, Jugend- und Heimerzieher.

Technisch, handwerklich & mit Pflanzen.

Gärtnern, pflanzen, sägen, schrauben, vermessen, zeichnen, bauen.

Studium.

Bachelor of Arts BWL, Bachelor of Arts Sozialwesen, Bachelor of Arts Public Management, Bachelor of Engineering Bauingenieurwesen.



Mehr Mut

**Sei mutig, sei entschlossen, sei bereit
und werde Teil der innovativen Ostalb!**

Du bist erfinderisch? Hast zahlreiche Ideen im Kopf, die du verwirklichen willst? Oder auch nur die eine, von der du total überzeugt bist? Du willst aus deiner Idee etwas machen, vielleicht sogar ein Start-up gründen und dich selbstständig machen? Oder einfach mal neue Wege gehen? Dann findest du auf der Ostalb alles, was du dir dafür nur wünschen kannst.

Die Ostalb blickt auf eine lange und erfolgreiche Industriegeschichte zurück. Seit über 650 Jahren wird auf der Ostalb in diesem Sinne Geschichte geschrieben, von den Schwäbischen Hüttenwerken, die sich zu einem der größten Unternehmen der Region entwickelt haben, der SHW, bis hin zu anderen erfolgreichen und innovativen Firmen wie VARTA, ZEISS und WELEDA. Oder von Erfindungen wie der elektrischen Handbohrmaschine oder der Original RUD-Spurkette, die als „Mutter aller modernen Schneeketten“ gilt, die über die Ostalb hinaus erfolgreich waren. Dazu kommt ein idealer Standort zwischen den großen Metropolen Stuttgart, Frankfurt und München. Was will man denn mehr?

**Wusstest du, dass ZEISS
von 1966 bis 1972
Partner der NASA bei den
Apollo-Missionen war?**

Dabei fängt jeder einmal klein an. Der Weg von der Idee zur Gründung ist nicht immer einfach, doch wer Durchhaltevermögen besitzt, entschlossen ist und auch ein wenig Glück hat, kann Großes bewirken und in die Fußstapfen großer Pionierinnen und Pioniere der Ostalb treten.

**Die Gründerszene in
Ostwürttemberg ist alles
andere als eingeschlafen:
2025 gab es rund
3.200 Neuanmeldungen.**

Quelle: IHK Ostwürttemberg

Die Rubrik im Überblick

In unserer Rubrik „Mehr Mut“ haben wir für dich allerhand Tipps zur Unternehmensgründung, und geben dir einen Überblick über die Hilfen, die du hier und in der Umgebung findest. Denn nichts ist hilfreicher, als einen starken Partner an der Seite zu haben. Wir zeigen dir außerdem, wie du bereits während deiner Schulzeit in Sachen Gründung loslegen und durchstarten kannst.

Wusstest du, dass 23 % der Gründenden unter 30 Jahre alt sind?

Quelle: Statista

Hier geht es darum, mehr Mut zu fassen. Nicht nur in der Gründerszene, sondern für alle deine Vorhaben. Lass dich vom Wettbewerb „Jugend gründet“ inspirieren und lerne, warum dein Start nicht perfekt sein muss.

Also fasse Mut und starte durch!

Industrielle Entwicklung auf der Ostalb

1365

Kaiser Karl IV verleiht Graf Ulrich von Helfenstein das sogenannte Bergregal, ein Lagerstättennutzungsrecht, wodurch eine Erfolgsgeschichte durch Gewinnung und Verarbeitung von Eisenerz am Kocher und der Brenz losgetreten wird. Es entstehen Hüttenwerke sowohl in Königsbronn als auch in Ober- und Unterkochen. Die Industrialisierung der Ostalb beginnt.

1608

Beginn des Erzbergbaus.

1671

Der erste Hochofen des „Fürstpröpstlich Ellwängischen Hüttenwerks“ nimmt in Wasseralfingen den Betrieb auf.

1803

Die Hüttenwerke gehen an den Württembergischen Staat und werden zu einem der bedeutendsten erzverarbeitenden Betriebe.

1921

Gründung der Schwäbischen Hüttenwerke GmbH.

1948

Die Schließung der Grube „Am Burgstall“ beendet den Bergbau in und um Aalen.

20. Jahrhundert

Es wird in die Modernisierung von Bereichen wie Eisengießerei, Walzwerke und Maschinenbau investiert.

Heute

Ostwürttemberg ist eine breit gefächerte Industrielandschaft mit erfolgreichen und innovativen Unternehmen im Bereich Metallbearbeitung und -verarbeitung.

Gewusst wie: Deine Partner in Crime

Für eine starke Wirtschafts-, Forschungs- und Bildungsregion Ostalb sind eine gesunde Gründerkultur und die Unterstützung von Start-ups der Region von zentraler Bedeutung.

Im Ostalbkreis, aber auch darüber hinaus, hast du als Gründerin und Gründer sowie als Start-up die Chance, mit deinen Talenten und Patenten zu punkten und damit zu wachsen.

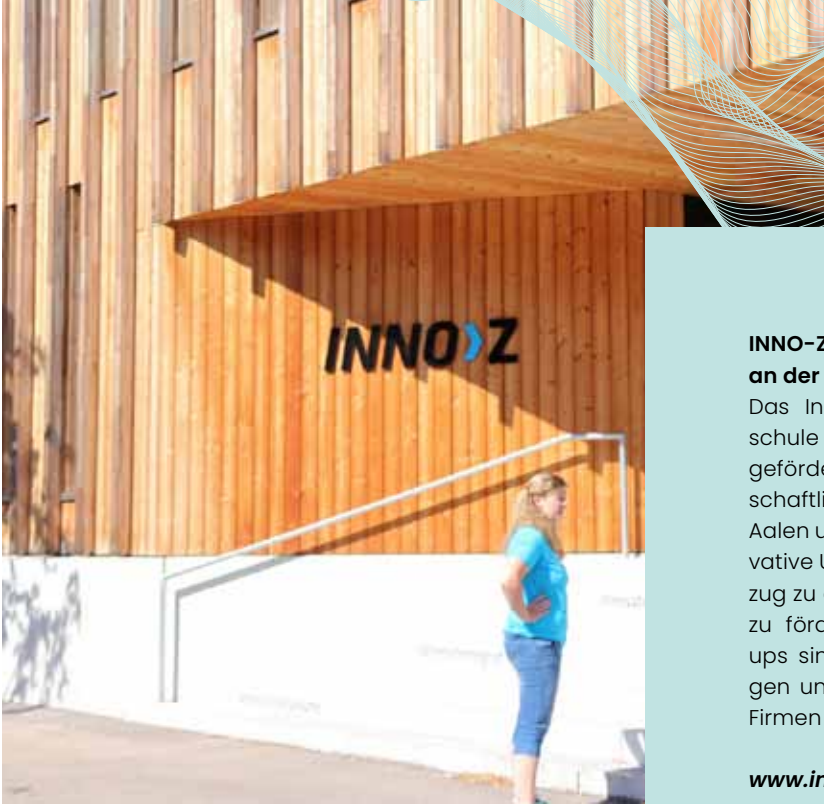
In unserer kleinen Übersicht zeigen wir dir, an wen du dich mit deinen Ideen und Fragen wenden kannst und wer dir bei deiner Gründungsplanung zur Seite steht.

AAccelerator – der „Beschleuniger“ für junge Gründer und Gründerinnen

Die Initiative AAccelerator der Stadt Aalen unterstützt Gründende und Start-ups von der ersten Ideenfindung und dem Entwickeln neuer Geschäftsmodelle bis hin zur Unternehmensgründung, erfolgreichem Markteintritt und Kooperation mit anderen Unternehmen. Gemeinsam mit dem INNO-Z und dem Wi.Z bildet AAccelerator ein starkes Netzwerk für Innovationskraft. Im AAccelerator stehen in Kooperation mit der IHK Ostwürttemberg und der Hochschule Aalen ein Maker Space, ein Fab Lab und ein Shared Office zur Verfügung.

www.aaccelerator.de





INNO-Z Aalen – Innovationszentrum an der Hochschule Aalen

Das Innovationszentrum an der Hochschule Aalen „INNO-Z“ ist ein von der EU gefördertes Leuchtturmprojekt, partnerschaftlich betrieben von der Hochschule Aalen und der Stadt Aalen. Ziel ist es, innovative Unternehmensgründungen mit Bezug zu den Kompetenzen der Hochschule zu fördern. Neben studentischen Start-ups sind auch externe Existenzgründungen und die Anmietung durch regionale Firmen möglich.

www.innovationszentrum-aalen.de

Start-up BW

Mit der Landeskampagne „Start-up BW“ hat sich die Landesregierung Baden-Württemberg zum Ziel gesetzt, die Wettbewerbsfähigkeit und wirtschaftliche Stärke des Landes zu erhalten, aber auch den Ruf als Gründerland sowohl national als auch international zu stärken. In diesem Rahmen ist auch die Internetplattform startupbw.de entstanden, die eine Übersicht über relevante Einrichtungen und Start-up-Fördermaßnahmen des Landes gibt.

www.startupbw.de

Wi.Z

Das Wirtschaftszentrum Wi.Z bietet Gründerinnen sowie Gründern und Unternehmen ein modernes Arbeitsumfeld. Den Mietenden stehen Arbeitsflächen in flexiblen Größen ab 18 m² zur Verfügung. Networking in einem umfassenden Netzwerk an Fachleuten und auf mehr als 10.000 m² beginnt hier bereits vor der Bürotür.

www.wiz-aalen.info

gmünd tech

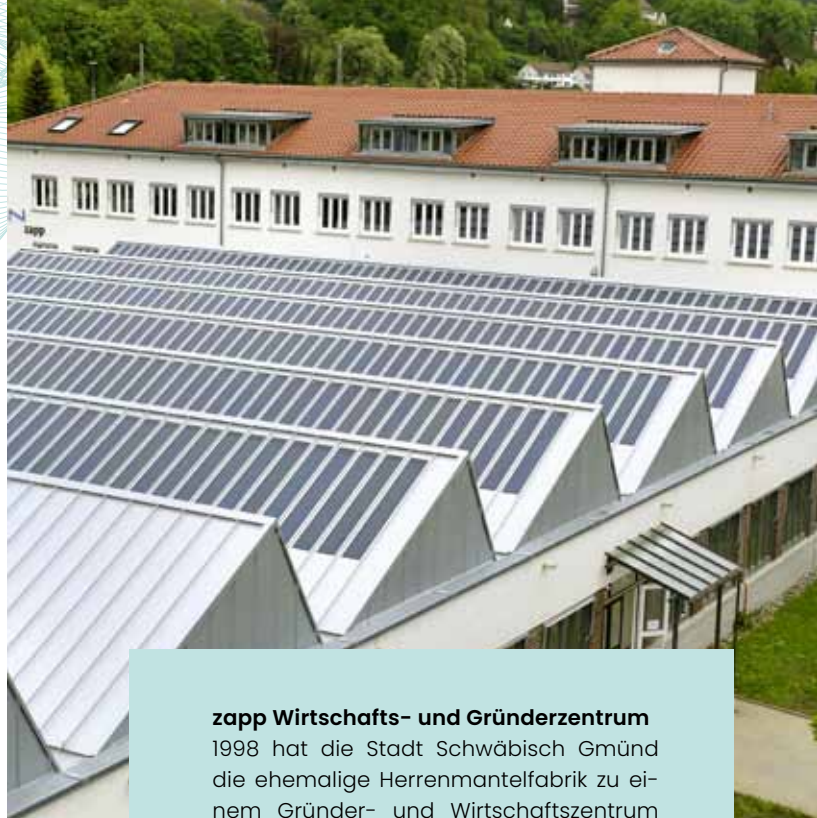
Die VGW stellt mit dem gmünd tech ein Bürogebäude für zukunftsorientierte Unternehmen der Technologie- und Dienstleistungsbranche zur Verfügung. Die zentrale Halle aus Glas bildet den visuellen und kommunikativen Mittelpunkt und bewirkt helle, transparente Räume in den beiden Bürotrakten. Das gmünd tech liegt verkehrsgünstig an der B29 im Technologiepark Gmünd West.

www.vgw.de/gmuendtech

in:it co-working lab

Als Gründungszentrum in Schwäbisch Gmünd richtet sich das in:it co-working lab an Start-ups, Gründerinnen und Gründer, Freiberufler*innen, Studierende und Kreative. Sie können in den Räumlichkeiten einen Arbeitsplatz anmieten und in einem flexiblen Arbeitsumfeld, das Kreativität und Kommunikation fördert, ihrer Tätigkeit nachgehen. Das in:it co-working lab sieht sich als Ort mit offenem Charakter, hervorragender Infrastruktur und hierarchiefreiem Umfeld, in dem Innovationen entstehen, wachsen und verwirklicht werden können. Das in:it bietet Arbeitsplätze mit schnellem W-LAN, die gemeinsame kostenlose Nutzung von 3D-Druckern, Farblaser-Druckern und -Scannern, Besprechungsräumen und Möglichkeiten zur Lagerung von Arbeitsmaterialien. Regelmäßige Events und Networking runden das Angebot ab.

www.init-gd.de



zapp Wirtschafts- und Gründerzentrum

1998 hat die Stadt Schwäbisch Gmünd die ehemalige Herrenmantelfabrik zu einem Gründer- und Wirtschaftszentrum umgebaut. Insgesamt stehen Mietflächen von rund 3500 m² zur Verfügung. Rund 30 Firmen nutzen dieses Angebot heute. Das zapp liegt direkt an der B29. Bahnhof und ZOB liegen nur 5 Gehminuten entfernt.

www.vgw.de/zapp

Elevator-Pitch mit ...

... NETZE ODR

Was zeichnet Ihr Unternehmen aus?

Wir, die Netze ODR, und unser Kooperationspartner, die EnBW ODR, sind mit der Region tief verwurzelt. Als regionaler Netzbetreiber kümmern wir uns um eine hohe Versorgungssicherheit, eine starke Wirtschaft und mehr Nachhaltigkeit im Energiebereich. Mit der Vision einer nachhaltigen Energiezukunft gehen wir die aktuellen und zukünftigen Herausforderungen des Marktes zielgerichtet und engagiert an.

Wie werden die Azubis betreut?

Zum Start der Ausbildung finden viele Workshops und Seminare statt, um die neuen Azubis möglichst fit für ihre Zukunft zu machen. Unsere Ausbildungsleiter haben immer ein offenes Ohr und stehen in sehr engem Kontakt mit unseren Azubis. Während ihrer Einsatzzeit in den Fachabteilungen werden sie von unseren Ausbildungsbeauftragten direkt ins Team integriert und eingebunden.

Welche Highlights erleben Ihre Auszubildenden?

Zum Start der Ausbildung gibt es für jeden einen eigenen Laptop, der auch privat genutzt werden darf. Wer nach der Ausbildung bei uns bleibt, kann diesen sogar behalten. Ein Highlight sind auch unsere Azubi-Ausflüge und spannende Exkursionen zu anderen Unternehmen im Energiebereich.

Wer sind die Ansprechpartner für die Azubis?

In erster Linie unsere Ausbildungsleiter und die jeweiligen Ausbildungsbeauftragten während ihrer Zeit in den Fachabteilungen.

Welche Karrieremöglichkeiten haben Ihre Auszubildenden generell und in Ihrem Unternehmen?

Unseren ausgelernten Auszubildenden stehen nach ihrem Abschluss alle Türen offen. Sie können direkt in einer Fachabteilung in ihre Berufszukunft starten. Außerdem stehen ihnen viele Weiterbildungsangebote zur Verfügung, wie z. B. Meister/Techniker, Betriebswirt oder ein duales Studium.





Dock 33 Heidenheim

In dieser Location kommen Kreative, Selbstständige und alle, die es werden wollen, zusammen. Das Angebot aus Co-Working, Makerspace und Arbeitsfläche ist eine zentrale Anlaufstelle für Gründungsaktivitäten.

www.dock-33.de

Unternehmenswerkstatt Baden-Württemberg

Hier erhältst du professionelle Unterstützung - von der Gründung über die Unternehmenssicherung bis zur Unternehmensnachfolge. Dabei verbindet die Unternehmenswerkstatt digitale Angebote mit einer persönlichen Beratung durch Fachleute der IHKs vor Ort.

www.bw.uwd.de

Start-up Region Ostwürttemberg

Der Start-up-Geist soll in der Region vorangebracht werden. Dazu haben sich 29 Partner im Verein Start-up Region Ostwürttemberg zusammengetan. Darunter Unternehmen, regionale Banken, IHK und Handelskammer, Kommunen und Landkreise, Verbände sowie die regionale Wirtschaftsförderung. Ziel ist es, sowohl die Gründerlust als auch das unternehmerische Denken zu fördern und Start-ups, die sich in der Region ansiedeln wollen, mit Kontakten und Know-how zu unterstützen.

www.startup-wow.de

Komm ins Team!

Philipp Lechner, ausbildung@netze-odr.de

Duales Studium (DHBW)

- › Bachelor of Science – Informatik
Informationstechnik Computational Data Science
- › Bachelor of Engineering – Elektrotechnik
- › Bachelor of Arts – BWL Industrie
- › Bachelor of Arts – BWL Digital Business Management
- › Bachelor of Science – Wirtschaftsinformatik

Ausbildung

- › Industriekaufleute (w/m/d)
- › Fachinformatiker (w/m/d)
Systemintegration &
Anwendungsentwicklung
- › Elektroniker (w/m/d)
für Betriebstechnik
- › Geomatiker (w/m/d)



Weitere Infos unter:
[www.netze-odr.de/
ausbildung](http://www.netze-odr.de/ausbildung)



Kooperationspartner

— **EnBW ODR**

Netze ODR

Ein Unternehmen
der EnBW ODR AG

Gründen für Einsteiger

Mit einer Schülerfirma durchstarten

Warum gibt es hierfür noch keine Lösung? Diese Frage war schon der Startschuss für viele Gründungen. Vielleicht hast du eine interessante Idee und willst nun dein eigenes Unternehmen gründen? Wenn du noch zur Schule gehst, solltest du eine Schülerfirma in Erwägung ziehen. Wir erklären dir, wie das funktioniert.



Du willst mit deiner Idee ein Start-up gründen? Starte mit einer Schülerfirma.

Gut zu wissen!

Rechtlich sowie wirtschaftlich unterscheiden sich Schülerfirmen von realen Unternehmen. So wird die Rechtsform lediglich simuliert und der Absatzmarkt beschränkt sich auf das schulische Umfeld.

Was du beim Gründen beachten musst

- **Lehrkraft einbinden:** Eine pädagogische Begleitung hilft euch bei Fragen und organisiert Vorgehen.
- **Schule fragen:** Ohne Einverständnis der Schulleitung geht nichts.
- **Buchhaltung:** Einnahmen und Ausgaben müssen dokumentiert werden.
- **Steuern prüfen:** Ob Steuern anfallen, hängt von eurem Träger und eurem Umsatz ab.
- **Verträge klären:** Rechtsgeschäfte laufen über den Träger, oft mit Vollmacht.
- **Versicherung checken:** Meist seid ihr über die Schule versichert, aber das sollte vorher geklärt werden.

Eine Schülerfirma ist eine super Möglichkeit, bereits früh unternehmerische Luft zu schnuppern. Es ist eine besondere Form von schulischer Projektarbeit oder AG, die im Gegensatz zu anderen Schulprojekten nicht an einen befristeten Zeitraum gebunden ist. Du erarbeitest eine eigene Geschäftsidee und gründest auf dieser Grundlage ein eigenes Unternehmen. Dadurch sammelst du auch erste hilfreiche Erfahrungen für dein späteres Berufsleben.

Typische Ideen für Schülerfirmen

Bestimmt willst du eine einzigartige Geschäftsidee entwickeln, die es bisher noch nicht gibt. Trotzdem lohnt es sich, sich von bereits existierenden Ideen inspirieren zu lassen oder diese vielleicht sogar besser zu machen. Das nennt sich dann Geschäftsmodellinnovation. Ideen, die bereits umgesetzt wurden, dir aber noch viel Spielraum für die eigenen Vorstellungen lassen, sind zum Beispiel:

1. Schülerzeitung: Egal, ob Nachrichtenblatt, Rätselheft oder Schulcomic – Hauptsache, es ist kreativ und interessant für die Schulgemeinschaft.
2. Warenverkauf: Der Klassiker unter den Geschäftsmodellen ist die Herstellung und der Verkauf von Waren wie Schmuck, Deko oder selbstbedruckte Kleidung.
3. Kursangebot: Das kann von Nachhilfe über Tanzclubs bis hin zu einem Schach- oder Debattierkurs alles sein.

Schritt für Schritt zur Schülerfirma

1. Die Geschäftsidee
 - Was sind deine Fähigkeiten?
 - Was bietest du an?
 - Was ist der Kundennutzen?

2. Das Geschäftsmodell

- Wie sehen Geschäfts- und Teamstruktur aus?
- Was versprichst du deinen Kunden?
- Wie verdienst du mit deiner Idee Geld?

3. Der Businessplan

- Er beinhaltet die Geschäftsidee, Vertrieb & Wettbewerb.
- Er zeigt auf, wie das Unternehmen aufgestellt ist, welche Partner es gibt.
- Er gibt einen genauen Überblick über die Finanzen, welche Kosten auftreten und welche Umsätze zu erwarten sind.

4. Der Gründeralltag

- Die Unternehmensführung liegt in deinen Händen.
- Wie sehen Arbeitsprozesse und Alltag aus?
- Wie läuft die Teamarbeit ab?
- Was wird in Sachen Marketing gemacht?

Das kleine Start-up ABC

In der Gründungswelt wimmelt es nur so von Buzzwords wie B2B, Crowdfunding, Pitch oder USP. Wir erklären dir kurz und einfach einige der wichtigsten Begriffe.

B2B & B2C

An wen verkaufst du? B2B (Business to Business) heißt, du machst Geschäfte mit anderen Unternehmen. Bei B2C (Business to Consumer) verkaufst du direkt an die Endkundschaft.

Break even

Der Punkt, an dem Einnahmen und Kosten sich ausgleichen – ab dann machst du keinen Verlust mehr, jede weitere Einnahme bringt Gewinn.

Business Angel

Private Investorinnen und Investoren, die junge Start-ups früh mit Geld, Wissen, Erfahrungen und Kontakten unterstützen.

Businessplan

Deine Schatzkarte: Er beschreibt Geschäftsidee, Zielgruppe, Marketing, Finanzen und zeigt, wie dein Start-up funktionieren soll.

C-Level

Bezeichnung für die oberste Führungsebene. Dazu zählen: CEO (Chef*in), CFO (Finanzen), CTO (Technik/IT) und CMO (Marketing).

Copycats

Start-ups, die erfolgreiche Ideen nachahmen.



Aber Achtung: Wer Marken- oder Patentrechte verletzt, riskiert echte rechtliche Probleme.

Crowdfunding

Viele Menschen geben kleine Geldbeträge, damit eine Idee umgesetzt wird. Als Gegenleistung gibt es oft das Produkt vorab oder ein Dankeschön.

Einhorn (Unicorns)

Start-ups mit einer Bewertung von mehr als 1 Milliarde Dollar – sie sind extrem selten, wie Einhorn.

Kritische Masse

Der Punkt, an dem genug Nutzende oder Kundschaft da sind, damit dein Projekt von allein Fahrt aufnimmt.

Pitch

Eine sehr kurze, prägnante Vorstellung deiner Idee – wie ein Trailer, der Investoren und Investorinnen oder Partner überzeugen soll.

Pitch Deck

Eine Präsentation (z. B. PowerPoint), die dein Start-up visuell erklärt und die wichtigsten Infos auf den Punkt bringt.

Problem-Solution-Fit

Deine Lösung passt zu einem echten Problem der Zielgruppe – und löst es überzeugend.

Sharing Economy

Teilen statt besitzen: Man nutzt Dinge gemeinsam (z. B. Autos, Werkzeuge), um Kosten zu sparen und Ressourcen zu schonen.

Skalieren

Das heißt, ein Business so aufzustellen, dass es schnell wachsen kann, ohne dass Aufwand und Kosten im gleichen Maß mitwachsen.

USP

„Unique Selling Proposition“ – also dein Alleinstellungsmerkmal, warum Kundinnen und Kunden genau dein Angebot wählen sollen.

Value Proposition

Dein Nutzenversprechen: Welchen konkreten Mehrwert bekommen Kundinnen und Kunden durch dein Produkt oder deine Dienstleistung?

Zebra

Das Gegenkonzept zum Einhorn: Zebras wollen nachhaltig wachsen, Probleme lösen und dabei Gewinne fair und verantwortungsvoll verteilen.

Zielgruppe

Die Menschen, für die dein Angebot gemacht ist und die es nutzen oder kaufen sollen.

Zombie

Start-up, das kaum wächst und wenig Aussicht auf Erfolg hat, aber trotzdem irgendwie weitergeführt wird.

**Wettbewerbsjahr
2024/25**

**5.931 Teilnehmende
1.177 Businesspläne
6.217 Planspielversuche**

Quelle: JUGEND GRÜNDET



*Chancen erkennen.
Zukunft gestalten.
Hier entstehen die
Ideen von morgen!*

Fotos: © Jugend gründet

JUGEND GRÜNDET

Wenn aus Ideen Zukunft wird

Du hast eine Idee, die eigentlich ganz cool klingt, aber du weißt nicht, ob daraus wirklich etwas werden kann? Genau da setzt JUGEND GRÜNDET an. Der bundesweite Online-Wettbewerb zeigt Schülerinnen, Schülern und Auszubildenden, wie aus einer ersten Idee eine echte Geschäftsidee werden kann. Dafür musst du kein Wirtschaftstalent sein. Neugier, Kreativität und Lust aufs Ausprobieren reichen völlig aus.



JUGEND GRÜNDET ist mehr als nur ein Wettbewerb. Es ist auch eine kostenlose Bildungsplattform rund um Gründung, Innovation und Unternehmergeist. Jedes Jahr machen mehrere tausend junge Menschen mit und entwickeln eigene Ideen. Dabei geht es nicht nur um die Theorie, sondern auch um echte Zukunftskompetenzen wie Teamfähigkeit, Durchhaltevermögen, Eigenverantwortung, Kreativität und die Fähigkeit, Dinge kritisch zu hinterfragen.

So läuft der Wettbewerb ab

Der Wettbewerb ist in zwei Phasen aufgebaut. In der Businessplan-Phase entwickelst du mit deinem Team eine innovative Geschäftsidee und arbeitest sie zu einem Businessplan aus. Wer mit seiner Idee überzeugt, kann sich für Pitch-Events im Frühjahr qualifizieren und diese vor einer Jury präsentieren.

In der Planspiel-Phase wird es dann spielerisch unternehmerisch: Im Start-up-Si-



mulator schlüpfen die Teams in die Rolle von Managern. Dabei müsst ihr euer virtuelles Unternehmen durch gute und schlechte Konjunkturphasen steuern. Am Ende des Wettbewerbsjahres steht das Bundesfinale, bei dem die besten Teams ihre Ideen noch einmal vor einer Jury pitchten.

Warum mitmachen lohnt

JUGEND GRÜNDET zeigt, dass Gründen nicht erst nach der Schule beginnt. Du kannst schon vorher lernen, wie man Ideen entwickelt, sie weiterdenkt und mutig ausprobiert. Gerade wenn du dir vielleicht schon einmal gedacht hast: „Daraus könnte man doch was machen“, kann der Wettbewerb ein echter Anstoß sein. Er macht Mut, kreativ zu werden und sich einfach mal was zu trauen, statt die eigene Idee direkt wieder abzuhaken.

Mehr als ein Schulprojekt

Auch ein Blick hinter die Kulissen lohnt sich. Hinter JUGEND GRÜNDET steht das Steinbeis Innovationszentrum Unternehmensentwicklung an der Hochschule Pforzheim. Seit vielen Jahren wird der Wettbewerb zudem vom Bundesministerium für Bildung und Forschung gefördert. Die Teilnahme wird bundesweit von der Kultusministerkonferenz empfohlen und kann sogar als besondere Lernleistung im Abitur anerkannt werden. Auf die besten Teams warten außerdem attraktive Preise – im Siegerfall sogar eine Reise in die USA und ein Blick in den Start-up-Kosmos des Silicon Valley.

JUGEND GRÜNDET ist damit genau das Richtige für alle, die mehr wollen als nur Schulstoff, und für alle, die gerne tüfteln, Ideen weiterdenken und Lust haben, Zukunft mit-

zugestalten. Wenn du wissen willst, was aus deiner Idee werden kann, lohnt sich ein Blick auf diesen Wettbewerb auf jeden Fall.

Starte deine Start-up-Reise:

Phase 1

Businessplan (September bis Januar): Innovative Geschäftsidee entwickeln und Businessplan schreiben.
Pitch Events (März/April): Die Top 30 Teams pitchten ihre Idee einer Expertenjury in einer deutschen Großstadt.

Phase 2

Planspiel (Februar bis Mai): Im Unternehmensplanspiel „Start-up Simulator“ managst du virtuell ein Start-up.
Bundesfinale (Juni): Die Top 10 in der Gesamtwertung (Businessplan + Planspiel) präsentieren ihre Idee auf der JUGEND GRÜNDET Zukunftsideenmesse.

ANZEIGE

WIR SUCHEN DICH!



Wir bilden aus (m/w/d):

- Kaufmann/Kauffrau für Groß- und Außenhandelsmanagement
- Kaufmann/Kauffrau für Digitalisierungsmanagement
- Kaufmann/Kauffrau für Büromanagement
- Maschinen- und Anlagenführer/-in
- BWL Transport und Logistik (Bachelor of Arts)
- Fachlagerist/Fachkraft für Lagerlogistik

Bewirb Dich für einen Ausbildungsplatz in unserem Team



Du bist interessiert und möchtest gerne mehr erfahren? Dann schau auf www.azubi-mit-zukunft.de vorbei.

www.gs-stahl.de

GÜNTHER + SCHRAMM
STAHL · HANDEL · SERVICE

Unperfekt starten statt perfekt warten



Foto: © alphaspirit – stock.adobe.com

Du hast eine Idee. Vielleicht für ein Projekt, einen YouTube-Kanal, eine Bewerbung oder sogar ein eigenes kleines Business. Du denkst darüber nach, planst. Doch dann passiert nichts. Die meisten Ideen scheitern nicht, weil sie schlecht sind, sondern weil nie jemand anfängt. Zeit, das zu ändern.

Der Perfektionismus-Fake

Perfektionismus klingt erstmal nach einer guten Eigenschaft. Wer will nicht, dass etwas richtig gut wird? In Wirklichkeit steckt dahinter aber oft etwas anderes. Die Angst vor Fehlern, vor Kritik oder davor, dass es nicht reicht. Aber sind wir ehrlich: Dein erster Versuch wird nicht perfekt sein. Genauso wenig wie deine erste Bewerbung. Dein erstes Video wahrscheinlich auch nicht. Und das ist völlig okay – denn genau so funktioniert Lernen. Du wirst besser, weil du anfängst, und nicht, weil du länger darüber nachdenkst.

Einfach machen statt ewig planen

Stell dir vor, du willst Fahrradfahren lernen. Du könntest jahrelang Bücher über Fahrradfahren lesen, Videos schauen, den perfekten Helm recherchieren. Oder du setzt dich einfach drauf, fällst vielleicht ein paar Mal hin, aber genau so lernst du es.

Das gleiche Prinzip gilt für fast alles im Leben:

- Die Bewerbung, die du abschickst, schlägt die perfekte Bewerbung, die noch in deinem Kopf ist.
- Das Praktikum, das du einfach anfängst, bringt dir mehr als monatelanges Grübeln über die „richtige“ Branche.
- Der erste Schritt ist wichtiger als der perfekte Plan.

Die 70-Prozent-Regel

Ein Trick, der hilft: Wenn etwas zu 70 Prozent fertig ist, geh raus damit. Schick die Bewerbung ab, veröffentliche dein Projekt. Starte einfach. Die restlichen 30 Prozent kommen durch Erfahrung, Feedback und Übung. Klingt riskant? Ist es auch. Aber das Risiko, nie anzufangen, ist größer. Denn während du noch planst, machen andere schon Erfahrungen – und genau die zählen am Ende.

Was du heute tun kannst

Denk an die eine Sache, die du schon ewig vor dir herschiebst. Und dann mach den kleinstmöglichen Schritt:

- Schreib den ersten Satz.
- Recherchiere eine Firma, die dich interessiert.
- Erzähl jemandem von deiner Idee.

Mehr nicht. Aber mach es heute. Denn am Ende zählt nicht, wie gut deine Idee am Anfang bereits war, sondern ob du ihr überhaupt eine Chance gegeben und losgelegt hast.

Elevator-Pitch mit ...



... BORTOLAZZI STRASSENBAU GMBH

Was zeichnet Ihr Unternehmen aus?

Die Firma Bortolazzi Straßenbau GmbH ist ein familiengeführtes, mittelständisches, leistungsstarkes und innovatives Bauunternehmen mit ca. 150 Mitarbeitern. Eine hochwertige fachmännische Leistung unter Anwendung modernster Arbeitsmittel und Technologien ermöglicht die Einhaltung von vereinbarten Terminen. Die flexible Arbeitsdurchführung, ein optimales Preis- und Leistungsbewusstsein und fachlicher Beistand, auch nach der erbrachten Leistung, gehören zur Firmentradition und prägen die Firmenphilosophie.

Wie werden die Azubis betreut?

Unseren Auszubildenden bieten wir eine kompetente Ausbildung sowie langfristige und sichere Arbeitsplätze. Mit hohem Ausbildungsniveau und einem guten Betriebsklima wird den Jugendlichen der Ausbildungsberuf näher gebracht. Wir bereiten sie erfolgreich vor, sodass ein optimales Ausbildungsergebnis erreicht

werden kann. Die anschließenden Weiterbildungsmaßnahmen, leistungsgerechte Entlohnung und angemessenen Sozialleistungen sind für uns selbstverständlich.

Welche Highlights erleben Ihre Auszubildenden?

Es gibt Übungen in der Azubi-Lehrwerkstatt sowie Firmenfeste.

Wer sind die Ansprechpartner für die Azubis?

Walter Bortolazzi, Michael Scherup

Welche Karrieremöglichkeiten haben Ihre Auszubildenden generell und in Ihrem Unternehmen?

Mit einer abgeschlossenen Ausbildung stehen den Jugendlichen sämtliche Wege offen. Zunächst übernehmen wir unsere Auszubildenden unbefristet und bieten ihnen verschiedene Weiterbildungsmöglichkeiten an. Karrieremöglichkeit eines Straßenbauers: Vorarbeiter => Werkpolier => geprüfter Polier => Bauleiter.

ANZEIGE

BORTOLAZZI
STRASSENBAU

AWUS-BAU

AUSBILDUNG MIT PERSPEKTIVE BAU DEINE ZUKUNFT

☑ Vielseitige Ausbildungsberufe

☑ Karriere mit Perspektive

☑ Flexibler Urlaub

☑ Sichere Arbeitsplätze

☑ Dynamisches Arbeitsumfeld



Bortolazzi Straßenbau GmbH
73441 Bopfingen
www.bortolazzi.de

AWUS-BAU GmbH & Co. KG
73431 Aalen
www.awus-bau.de



Cringe

Egal wie unangenehm oder auch nicht, du kannst dich darauf verlassen, dass wir es ansprechen!

Es gibt sicher einige Themen, über die du nur ungern sprichst. Oder von denen du nicht weißt, wie du sie ansprichst. Also lass uns hier einfach mal cringe werden. Einmal ausgesprochen, ist es meist nicht mehr so schlimm oder unwichtig.



Cringeworthy Themen

Das sind für uns auch Dinge, die gerne unter den Teppich gekehrt, verdrängt oder ignoriert werden. Manche Themen sind aber zu wichtig, um sie einfach links liegen zu lassen.

Null-Bock-Tage und das Aufschieben

Eigentlich wolltest du längst anfangen, aber irgendwie passiert nichts. Stattdessen wird gescrollt, geschoben und prokrastiniert. Wir verraten dir, warum das so ist, und was du dagegen tun kannst.

Offline in einer Online-Welt

Nur kurz aufs Handy geguckt und plötzlich ist eine Stunde vergangen. Zwischen Social Media, Chats und Dauer-Online-Sein bleibt oft wenig Pause für dich selbst. Warum das stresst und wie du abschalten kannst, erklären wir dir hier.

Unerwiderte Liebe im Job?

Du bist verliebt in einen Kollegen oder eine Kollegin und dein Kopf macht, was er will? Das kann schön sein, aber auch ganz schön kompliziert. Wie du mit Gefühlen am Arbeitsplatz umgehst, ohne dass alles durcheinandergerät, erfährst du hier.

Welche Themen sind für dich so richtig cringy?

CRINGE
mehr als nur „peinlich“

Bei Scrabble würde „cringe“ ganze 10 Punkte liefern!



Null Bock? Das kannst du dagegen tun

„Nur noch eine Folge, dann fang ich an.“ Klingt vertraut? Der Vorsatz ist da, aber irgendwie wird nichts draus. Statt anzufangen, wird weitergeschoben. Hausaufgaben, Lernen, Präsentationen – alles kann warten. Zumindest fühlt es sich so an. Jeder hat solche Null-Bock-Tage, das ist ganz normal. Die gute Nachricht: Du kannst etwas dagegen tun.

Warum wir aufschieben

Manchmal ist es einfach Bequemlichkeit, oft steckt aber mehr dahinter. Die Aufgabe wirkt riesig und unüberschaubar oder einfach nervig. Vielleicht hast du Angst, dass es nicht gut genug wird. Oder du bist gerade überfordert. Dein Gehirn sucht dann den einfachsten Ausweg: Social Media, Serien, Aufräumen. Alles wirkt plötzlich attraktiver als genau diese Aufgabe. Ein häufiger Denkfehler dabei ist, dass wir auf Motivation warten. Doch die kommt meistens erst, wenn du anfängst.

Tipps für Null-Bock-Tage

1. Fang klein an

Nimm dir nicht gleich alles vor. Starte mit einem kleinen Teil, wie einer Aufgabe, einem Kapitel, einem ersten Absatz. Oft ist

Der Null-Bock-Check

- Du sagst oft: „Das mach ich morgen.“
- Dein Schreibtisch ist voll mit angefangenen Sachen.
- Du startest viel, bringst aber wenig zu Ende.
- Deadlines stressen dich erst in letzter Sekunde.

Treffen mehrere Punkte zu? Dann probiere einen der Tipps aus

nicht die Aufgabe an sich das Problem, sondern der Anfang.

2. Nutze den Pomodoro-Trick

25 Minuten konzentriert arbeiten, 5 Minu-

ten Pause. Stell dir einen Timer. Die Zeit ist so kurz, dass sie gar nicht erst abschreckt. Und nach ein paar Runden hast du mehr geschafft, als du denkst.

3. Baue Belohnungen ein

„Wenn ich fertig bin, gönne ich mir ...“ Egal, ob Snack, Serie oder Social Media-Zeit – kleine Belohnungen helfen, Aufgaben zu bewältigen und dranzubleiben.

4. Ablenkungen reduzieren

Lege dein Smartphone außer Reichweite, schalte Benachrichtigungen aus und schließe unnötige Tabs. Schaff dir einen Moment, in dem du ungestört bist.

5. Perfektionismus loslassen

Gut ist besser als perfekt. Fang einfach an, auch wenn der erste Entwurf erstmal nicht perfekt ist. Überarbeiten und korrigieren kannst du später. Hauptsache, du hast etwas auf dem Papier und bist im Flow.

Null-Bock-Tage wird es immer geben. Entscheidend ist, wie du damit umgehst. Du musst nicht perfekt starten – du musst nur anfangen.



Keine Motivation?
Ganz normal.
Entscheidend ist, was
du draus machst.

Verknallt im Job – und jetzt?

Du siehst sie jeden Tag. Im Betrieb, in der Ausbildung, in der Pause. Sie lacht, erklärt Dinge – und irgendwie macht sie alles richtig. Und dein Herz? Macht, was es will. Gerade in der Ausbildung, wo sowieso schon viel neu ist, kann so eine Schwärmerei ganz schön durcheinanderbringen. Vor allem dann, wenn die Gefühle nicht erwidert werden. Das passiert öfter als man denkt und du bist damit auch nicht allein. Wir haben ein paar Tipps, damit umzugehen, ohne dass dein Job darunter leidet.

1. Ehrlich zu dir selbst sein

So schwer es ist: Wenn du merkst, dass von der anderen Seite nichts kommt, hilft es, das anzunehmen. Gefühle lassen sich nicht abschalten, aber sie verändern sich mit der Zeit.

2. Professionell bleiben

Im Arbeitsalltag ist ein respektvoller, normaler Umgang wichtig. Versuche, den Kontakt freundlich, aber etwas distanzierter zu halten. Keine Sonderrolle, keine extra Aufmerksamkeit, sondern einfach ein kollegiales Miteinander.

3. Abstand, wo es geht

Wenn möglich, schaff dir kleine Pausen. Setz dich in der Pause mal woanders hin oder konzentrier dich bewusst auf deine Aufgaben. Weniger Kontakt heißt oft

auch, weniger an ein „was wäre, wenn ...“ und an die auserwählte Person zu denken.

4. Fokus bewusst verlagern

Lenk deine Energie auf Dinge, die dir guttun: Freunde, Hobbys, Sport oder einfach

Reality-Check – wie stehen die Chancen?

- Der Kontakt bleibt fast nur beruflich.
- Es kommen keine privaten Nachrichten.
- Die Person zeigt wenig persönliches Interesse.
- Sie oder er hat bereits jemand anderen.
- Du fühlst dich mit der Situation dauerhaft unwohl.

Sei ehrlich, treffen mehrere dieser Punkte zu? Dann ist es wahrscheinlich besser, Abstand zu halten.

Zeit für dich. Auch Gespräche mit Leuten außerhalb der Arbeit können helfen, die Situation klarer zu sehen.

5. Wenn es zu viel wird: Veränderung prüfen

In seltenen Fällen kann es sinnvoll sein, die Situation aktiv zu verändern – zum Beispiel durch einen Abteilungswechsel. Wichtig ist, dass du ruhig und sachlich bleibst und nicht aus einem Impuls heraus handelst.

Gefühle sind okay – dein Weg ist wichtiger

Sich zu verlieben ist nichts, wofür man sich schämen muss. Es passiert einfach. Entscheidend ist, wie du damit umgehst. Deine Ausbildung, dein Job und dein Wohlbefinden sollten dabei immer an erster Stelle stehen. Gefühle kommen und gehen, aber wie du mit solchen Situationen umgehst, bleibt. Und genau daran wächst man.

*Verknallt im Job?
Gefühle sind okay – aber bleib professionell.*



Elevator-Pitch mit ...



... LANDRATSAMT OSTALBKREIS

Was zeichnet Ihr Unternehmen aus?

Wir bilden im Schnitt fast 100 Auszubildende und Studierende in 13 verschiedenen Berufen aus. Von der Ausbildung in klassischen Verwaltungsberufen über die Arbeit im Freien als Straßenwärter oder Vermessungstechniker bis hin zum Dualen Studium im sozialen Bereich ist bei uns für alle Interessierten etwas Passendes dabei. Durch die Größe des Landratsamts besteht außerdem die Möglichkeit, durch Hospitationen unterschiedliche Geschäftsbereiche kennenzulernen.

Wie werden die Azubis betreut?

Die Azubis haben in dem Geschäftsbereich, in dem sie eingeteilt sind, eigene Betreuer, die sie in die jeweiligen Aufgabenbereiche einlernen, sie bei der Arbeit anleiten und bei Fragen jederzeit zur Verfügung stehen. Außerdem gibt es regelmäßige Treffen mit der Ausbildungsleiterin, die die Auszubildenden und Studierenden bei Fragen oder Problemen jederzeit bestmöglich unterstützt.

Welche Highlights erleben Ihre Auszubildenden?

Jährlich finden Grillfeste, Weihnachtsfeiern sowie berufsgruppenübergreifende Veranstaltungen, Schulungen und Projekte statt, an denen Azubis und Studierende mitwirken. Zum Beginn gibt es eine Einführungswoche, während der sich alle neuen Azubis und Studierenden kennenlernen und als Team zusammenwachsen.

Wer sind die Ansprechpartner für die Azubis?

Neben den Ausbildungsbeauftragten im jeweiligen Geschäftsbereich hat auch die Ausbildungsleiterin jederzeit ein offenes Ohr für die Azubis und Studierenden.

Welche Karrieremöglichkeiten haben Ihre Auszubildenden generell und in Ihrem Unternehmen?

Eine Übernahme wird angestrebt. Bei einem guten Abschluss haben Auszubildende eine Übernahmegarantie. Durch die vielseitigen Einsatzmöglichkeiten kann bei uns jeder den passenden Beruf finden. Je nach Berufsbild gibt es unterschiedliche Aufstiegs- und Fortbildungsmöglichkeiten.

ANZEIGE

AUSBILDUNG
BEIM LANDRATSAMT



WIR BILDEN AUS (M|W|D)

- Verwaltungsfachangestellte
- Beamte im mittleren nichttechnischen Verwaltungsdienst
- Kaufleute für Digitalisierungsmanagement
- Fachinformatiker Systemintegration
- Vermessungstechniker
- Straßenwärter
- Fachangestellte für Medien- und Informationsdienste

- Bachelor of Arts (B.A.) Public Management
- Bachelor of Arts (B.A.) Digitales Verwaltungsmanagement
- Bachelor of Arts (B.A.) Soziale Arbeit
- Bachelor of Engineering (B.Eng.) Bauingenieurwesen

Weitere Fragen beantwortet euch gerne unsere Ausbildungsleiterin Xenia Bartunek
Telefon 07361 503-1232
xenia.bartunek@ostalbkreis.de
www.ostalbkreis.de/ausbildung



@Landratsamt_Ostalbkreis
@landratsamt_ostalbkreis





Offline sein in einer Online-Welt

Nur kurz aufs Smartphone schauen – und plötzlich ist eine halbe Stunde weg. Erst ein Video, dann noch eins, dann eine Nachricht. Kommt dir bekannt vor? Willkommen in der digitalen Dauerschleife. Online zu sein gehört längst zum Alltag. Und genau das kann manchmal ganz schön anstrengend werden.

Erste Warnzeichen: Wird es zu viel?

- Du greifst ständig zum Handy, obwohl nichts Neues passiert.
- Du scrollst mehr aus Gewohnheit als aus Interesse.
- Du fühlst dich ohne Bildschirm unruhig.
- Du bleibst länger online, als du wolltest.
- Du fühlst dich danach eher müde als entspannt.
- Du vergleichst dich nach dem Scrollen häufig mit anderen.

Wann warst du das letzte Mal wirklich offline? Vielleicht wird es Zeit, für einen kleinen Digital Detox. Das klingt erst mal nach Verzicht, bedeutet aber vor allem eins: bewusst entscheiden, wann du online bist und wann nicht.

Warum Online-Sein auch stressen kann

Die digitale Welt hat nicht nur gute Seiten. Social Media unterhält, informiert und verbindet – kann aber auch Druck machen. Wer viel online ist, vergleicht sich schneller mit anderen, bekommt manchmal mehr

mit, als guttut, und ist oft weniger bei sich selbst.

Dazu kommen Benachrichtigungen, Chats, Reels und der ständige Gedanke, etwas zu verpassen. Du kennst es sicher: FOMO. Genau da wird es schwierig, weil man oft merkt, dass es zu viel ist, aber trotzdem weiterscrollt. Viele Apps sind zudem so gemacht, dass du möglichst lange dranbleibst. Ein Feed endet nicht von allein. Eine App fragt nicht, ob du genug gesehen hast. Sie will deine Aufmerksamkeit.



So kannst du anfangen

Du musst dein Verhalten nicht von heute auf morgen komplett ändern. Oft reichen schon kleine Schritte, um bewusster mit deiner Online-Zeit umzugehen. Probier einfach aus, was für dich funktioniert:

- Schalte unnötige Benachrichtigungen aus.
- Lege handyfreie Zeiten fest, z.B. beim Essen oder vor dem Schlafen.
- Öffne Social Media nicht direkt nach dem Aufwachen.
- Lass dein Handy bewusst mal in einem anderen Raum.
- Lösche oder pausiere Apps, die dir gerade nicht guttun.

Digital Detox ist kein Anti-Technik-Statement. Es geht darum, bewusster mit deiner Zeit und deiner Aufmerksamkeit umzugehen. Schon kleine Pausen können helfen, dich entspannter, konzentrierter und ausgeglichener zu fühlen. Und manchmal ist genau das der wichtigste Schritt: nicht ständig erreichbar zu sein.

Immer online? Mach mal Pause. Offline sein tut gut, so kannst du einfach mal abschalten.

Fotos: © Creativa Images – wasan – stock.adobe.com

Was Digital Detox wirklich bedeutet

Digital Detox heißt also nicht: Smartphone aus, Welt aus. Es geht nicht um kompletten Verzicht, sondern um Kontrolle. Du entscheidest, wann du online bist – nicht dein Smartphone. Schon kleine Pausen und Veränderungen können helfen:

- Ein Abend ohne Social Media.
- Das Smartphone erst nach dem Frühstück checken.
- Ein Spaziergang ohne Bildschirm.

Klingt simpel, ist aber oft schwieriger, als man denkt.

ANZEIGE

Aurnhammer Holz
Säge-, Hobel- und Konstruktionsholzwerk

HOLZ - SO EINZIGARTIG WIE DU?!

STARTE DEINE AUSBILDUNG BEI UNS

Holz ist dein Ding? Du besitzt technisches Interesse und handwerkliches Geschick?
Dann pack es an und werde

Holzbearbeitungsmechaniker (m/w/d)

Das Arbeiten mit dem natürlichen Rohstoff Holz ist vielseitig und spannend. Du bedienst große Maschinen und Anlagen zum Entrinden, Sägen, Leimen, Hobeln und Pressen!

Zeig uns aus welchem Holz du geschnitzt bist - wir freuen uns auf deine Bewerbung!

Ausbildungsdauer: 3 Jahre

Aurnhammer GmbH
Säge-, Hobel- und Konstruktionsholzwerk
Hornbergstraße 78 | 73479 Ellwangen-Eigenzell
E-Mail: info@aurhammer-holz.de

WWW.AURNHAMMER-HOLZ.DE

Mittagstief: 3 Tipps für mehr Energie

1. Mach ein Powernaping

Der effektivste Tipp ist so einfach wie simpel: Mache ein kurzes Nickerchen. Schon 10 bis 20 Minuten reichen, um das Leistungstief am Nachmittag zu überwinden. Zwei Regeln solltest du beachten: Schlafe nicht länger als 20 Minuten, sonst braucht dein Gehirn länger, um mental zu arbeiten. Schlafe nicht mit zu vollem Bauch. Auch danach lässt es sich nur schwer aus dem Schlaf erwecken.

2. Bewegung und frische Luft

Sitzt du im Job viel, tut Bewegung ohnehin gut. Mit einem kurzen Spaziergang an der frischen Luft tust du aktiv etwas gegen das Leistungs- und Mittagstief. Auch regelmäßiges Lüften hilft. Denn beim Ausatmen stoßen wir viel Kohlenstoffdioxid aus und der Sauerstoffanteil im Raum sinkt. Je höher der CO₂-Wert ist, desto tiefer sinkt die Konzentration und das macht ebenfalls müde.

3. Gehirnjogging gegen Müdigkeit

Wenn du nach deiner Mittagspause nicht körperlich aktiv werden willst, kannst du dein Mittagstief auch mit etwas Gehirnjogging überwinden. Löse zum Beispiel ein paar Kreuzworträtsel, Sudokus oder versuch dich an kleinen Logikrätseln. Das kurbelt die Leistung langsam wieder an und versetzt das Gehirn zurück in den Arbeitsmodus. Auch leichte Tätigkeiten wie E-Mails beantworten kann schon helfen.

Elevator-Pitch mit ...

... SRH FACHKRANKENHAUS NERESHEIM



Was zeichnet Ihr Unternehmen aus?

Wir sind ein kleines Krankenhaus:

- mit interessanten und fachlich herausfordernden Aufgaben
- mit nur drei Stationen und angenehmen Arbeitsklima
- wir arbeiten auf gegenseitiger Augenhöhe mit flachen Hierarchien

Wie werden die Azubis betreut?

Wir bieten:

- zum Start Willkommenstage in der Klinik
- engen Kontakt zur Praxisanleitung
- in motivierten Stationsteams werden die Azubis persönlich eingebunden

Welche Highlights erleben Ihre Auszubildenden?

- SRH Azubi-Paket mit Willkommensgeschenken: Tablet, Rucksack, Übernahme der Kosten für Lehrbücher und andere schöne Dinge (nicht nur für die Ausbildung)
- Online-Zugang zum Lernportal eines führenden Fachbuchverlags

- interessante Außeneinsätze in unseren Partnerkliniken im SRH Konzern
- ein immer offenes Ohr

Wer sind die Ansprechpartner für die Azubis?

- Ein weitergebildetes Team von Praxisanleitungen unter Leitung einer Medizinpädagogin
- Ein Leitungsteam Pflege für alle organisatorische Fragen
- Ein Haus voller internationaler Pflegefachkräfte für fachlichen und menschlichen Austausch

Welche Karrieremöglichkeiten haben Ihre Auszubildenden generell und in Ihrem Unternehmen?

- Im Rahmen der Ausbildung den Grundstock für eine hochspezialisierte Pflegefachkraft legen
- Weiterbildungsangebot in der Neurologischen Frührehabilitation
- Berufsvertiefung mit einem Pflegestudium in der SRH

Hättest du's gewusst?

Ob im ersten Praktikum, in der Ausbildung oder im Büroalltag – plötzlich tauchen überall Begriffe und Abkürzungen auf, die man vorher kaum kannte. Von „HR“ über „Onboarding“ bis „Remote Work“: Die Arbeitswelt hat ihren eigenen Sprach-Code. Wie gut kennst du die wichtigsten Begriffe aus dem Job-Alltag wirklich?

1. Was bedeutet „HR“?

- a) Home-Routine
- b) Human Resources (Personalabteilung)
- c) Hiring Report

2. Was ist mit „AZ“ gemeint?

- a) Ausbildungszentrum
- b) Auftragszettel
- c) Arbeitszeit

3. Was ist ein „Onboarding“?

- a) Einweisung neuer Mitarbeitenden
- b) Online-Bewerbung
- c) Vertrag unterschreiben

4. Was bedeutet „Remote Work“?

- a) Arbeiten im Ausland
- b) Arbeiten ohne Laptop
- c) Arbeiten von zu Hause/extern

5. Was bedeutet „Workflow“?

- a) Arbeitszeitmodell
- b) Ablauf von Arbeitsschritten
- c) Optimierung von Arbeitsprozessen

Lösungen: 1. b) Human Resources (Personalabteilung), 2. c) Arbeitszeit, 3. a) Einweisung neuer Mitarbeitender, 4. c) Arbeiten von zu Hause/extern, 5. b) Ablauf von Arbeitsschritten





Eine Chance für das Leben

DAS ERWARTET DICH BEI UNS:

- ... Ein junges, internationales Team
- ... Ein familiäres Verhältnis aufgrund der überschaubaren Größe
- ... Eine flache Kommunikationshierarchie
- ... Konstante Gewährleistung der Ausbildung, nach gesetzlicher Vorgabe

WAS IST DAS SRH FACHKRANKENHAUS?

Wir sind ein Akutkrankenhaus der Frührehabilitation Phase B. Mit insgesamt 64 Betten, darunter 24 Intensivbetten, ist das SRH Fachkrankenhaus eine der größten Intensivversorgungseinheiten in Süddeutschland. Dank unserer jahrzehntelangen Erfahrung in der interdisziplinären Zusammenarbeit von Medizin, Therapie und Pflege sind wir in der Lage, die bestmögliche Behandlung für unsere Patientinnen und Patienten zu gewährleisten. Wer bei uns seine Ausbildung absolviert, lernt Pflege in all ihren Facetten.



Kösinger Str. 11, 73450 Neresheim

Tel. 073 26/9 60 83 03

www.fachkrankenhaus-Neresheim.de