



Ganz entspannt

Richtung **ZUKUNFT**



Ganz entspannt Richtung Zukunft

Eine Giraffe im Flamingo Schwimmreifen, ein Cocktail in der Hand, die Sonne im Blick – und trotzdem den Kopf hoch. Genau dieses Bild empfängt dich auf unserer Titelseite. Vielleicht fragst du dich: *Was hat das mit meiner Ausbildung zu tun?* Eine ganze Menge.

Denn auch wenn dein Alltag gerade alles andere als entspannt ist – deine Zukunft darf es sein. Schritt für Schritt, in deinem Tempo. Nicht hektisch, nicht perfekt. Sondern mit Überblick, Gelassenheit und dem Mut, nach vorne zu schauen.

Der Weg nach der Schule fühlt sich heute für viele wie ein Aufbruch ins offene Meer an. Manche haben den Kurs schon gesetzt und steuern sicher auf ihren Ausbildungsplatz zu, andere treiben noch, halten Ausschau oder fragen sich: Keinen Ausbildungsplatz gefunden – was jetzt? In diesem Magazin findest du Antworten, Orientierung und jede Menge praktische Tipps.

Wir zeigen dir unter anderem, wie du **dein Berichtsheft richtig führst – ohne Stress** und was in **deinem Ausbildungsvertrag wirklich drinsteht**. Außerdem nehmen wir **Social Media & Bewerbungen** unter die Lupe: Was kannst du posten – und was solltest du besser löschen?

Diese Ausgabe soll dir zeigen: Du musst nicht alles sofort wissen. Aber du darfst losgehen.

Ganz entspannt Richtung Zukunft.

Dein Azubi+ Redaktionsteam

Ausgabe: 02/2026 FS

AZUBI+ erscheint im Verlag:



Merkur tz MEDIA GmbH
Münchner Str. 7 · 85354 Freising
Tel.: 08161/186-76
Fax: 08161/186-28
info@anzeigen-forum.de
www.anzeigen-forum.de

Verlags-/ Geschäftsführung:
Stefan Hampel, Tobias Hagmann

**Gesamtverantwortlich
AZUBI+:**

Christian Birkholz

Verantwortlich für den Inhalt:
Stefan Hampel

Anzeigen:

Merkur tz MEDIA GmbH
Münchner Str. 7 · 85354 Freising
Tel.: 08161/186-22
freising@merkurtz.media

AUSBILDUNG IM FOKUS

Last Minute Lehrstellenvermittlung –
deine Chance auf eine Ausbildungsplatz
für 2026 03

Dein Ausbildungsvertrag –
was steht da eigentlich drin? 06 - 07

Azubi+ fragt nach 10, 16

Social Media & Bewerbungen:
was posten, was löschen 14

Berichtsheft richtig führen 18 - 19



Verteilung:

AZUBI+ erscheint 3 x jährlich kostenlos an allen
Mittelschulen, Realschulen, Gymnasien, Privat-
und Förderschulen für die Jahrgangsstufen 7 bis 10

Zur Zeit ist die Anzeigenpreisliste
Nr.: 6 vom Januar 2025 gültig.

© für Texte und von uns gestaltete Anzeigen
beim Verlag. Nachdruck, Vervielfältigung und
elektronische Speicherung nur mit schriftlicher
Genehmigung. Für unverlangt eingesendete
redaktionelle Manuskripte und Fotos wird
keine Haftung übernommen.

Grafik & Layout:


matman
GRAFIK · DESIGN · WERBUNG

matman werbeagentur
Matthias Manske
Ringeisenstr. 12
87730 Bad Grönenbach
info@matman.de
www.matman.de



Du hast noch keine Ausbildungsstelle in Sicht und keinen Plan, wie es nach den Sommerferien für dich weiter geht? Dann komm' zur Last-Minute Lehrstellenvermittlung **am Donnerstag, 23. Juli 2026 von 9 bis 12 Uhr in deiner Agentur für Arbeit in Freising in der Parkstraße 11.**

Ohne Termin – einfach vorbeikommen!

Die Berufsberaterinnen und Berufsberater sind an diesem Vormittag für dich da – ganz ohne Anmeldung. Sie unterstützen dich dabei, kurzfristig noch eine passende Ausbildungsstelle zu finden oder zeigen dir Alternativen und

Überbrückungsmöglichkeiten auf. Melde dich einfach an der Kundentheke im Eingangsbereich der Agentur für Arbeit Freising – und los geht's. **Wichtig:** Bring deine Bewerbungsunterlagen mit – also **Lebenslauf und Zeugnisse**. Manchmal braucht es nur einen kurzen Blick, um herauszufinden, warum es bisher mit der Bewerbung noch nicht geklappt hat. Auch hier helfen dir die Beraterinnen und Berater mit wertvollen Tipps weiter. **Denn:** Zum Bewerben ist es noch nicht zu spät! Es gibt noch viele **freie Ausbildungsplätze** in ganz unterschiedlichen Berufen.

Du willst dich vorab informieren?

Kein Problem:

Einfach unter **www.arbeitsagentur.de/jobsuche** in der Suchmaske den Bereich »Ausbildung« auswählen, Wunschberuf und/oder Ort eingeben und freie Stellen entdecken. Oder lade dir die kostenlose App **»AzubiWelt«** auf dein Smartphone. Damit findest du schnell und einfach offene Ausbildungsplätze – in deiner Nähe oder deutschlandweit. Die App wurde übrigens gemeinsam mit Schülerinnen und Schülern entwickelt und ist im **Google Play Store** und **Apple App Store** verfügbar.

Also: Jetzt Ausbildungsplatz klarmachen – und den Sommer entspannt genießen!



Alle Infos

Code scannen oder
www.arbeitsagentur.de/freising
>> Berufsberatung aufrufen.

Last-Minute Lehrstellenvermittlung am 23. Juli von 9 bis 12 Uhr in der Agentur für Arbeit Freising

Ohne Anmeldung vorbeikommen, beraten lassen
und Ausbildungsplatz für 2026 finden.
Wir freuen uns auf dich!



Bundesagentur für Arbeit

Agentur für Arbeit Freising

bringt weiter.

Wir suchen für das Haut- und Laserzentrum Freising zum 1.9.2026

Auszubildende zur Medizinischen Fachangestellten (m/w/d)

Deine Aufgaben

Du wirst ein breites Aufgabenfeld mit individuellen Entwicklungsmöglichkeiten erhalten. Wir zeigen Dir alles, was am Menschen in einer Praxis gemacht wird. Vom Patientenempfang, Arztassistenten und Praxisverwaltung über Allergietests und Blutabnahmen bis zu OP-Assistenz und Betreuung unserer Bade/Licht-Therapie.

Dein Profil

Wir erwarten Freundlichkeit und Ansprechbarkeit. Durch kontinuierliches Lernen wirst Du an die Aufgaben herangeführt. Du solltest zuverlässig und verantwortungsbewusst sein.

Wer wir sind

Wir sind ein tolles Team und arbeiten da, wo es uns am besten gefällt. Wir haben an jedem Tag Spaß an unserer Arbeit. Zusammen unternehmen wir auch außerhalb der Arbeitszeiten immer wieder tolle Aktionen. Wir sind 5 Ärzte und derzeit 10 MFAs/Azubis.



Mehr Infos
auf unserer
Homepage

Wir freuen uns auf Deine Bewerbung an:

Haut- und Laserzentrum Freising
Prof. Dr. med. Hjalmar Kurzen
Kesselschmiedstr. 2 | 85354 Freising
Tel. 0 81 61/9 35 30 90
info@prof-kurzen.de | www.prof-kurzen.de



HAUT- UND
LASERZENTRUM
Freising



Unsere Ausbildung
wird Dich begeistern!



Informiere Dich auf unserer Karriereplattform:
www.rattenhuber-karriere.de



Sanitätshaus Rattenhuber GmbH

Sandra Kaurin • Clemensänger-Ring 3 • 85356 Freising
E-Mail: personal@rattenhuber.net • Telefon 0 81 61 / 48 67-0

HOFMEIER
HOTEL LANDGASTHOF

Du suchst einen interessanten und abwechslungsreichen Job, der dir viele Möglichkeiten und Erfahrungen bietet?

Starte mit uns ab September
deine **AUSBILDUNG** (m/w/d) als
Koch/Köchin

Hotelfachmann/-frau

**Fachmann/-frau für Restaurants
und Veranstaltungsgastronomie**

und werde Teil des Hofmeier-Teams.

Wir freuen uns auf deine Bewerbung!

VON-REUENTAL-STRASSE 22 · 85376 HETZENHAUSEN
TEL. 0 81 65 / 80 06 90 · INFO@HOTEL-HOFMEIER.DE

WWW.HOTEL-HOFMEIER.DE

Schloss Hohenkammer Der richtige Ort



Wir öffnen Tür und Tor. Für Deine ersten Schritte.

Als Ausbildungsexperten öffnen wir Dir auf Schloss Hohenkammer ganz weit die Tür ins Berufsleben und begleiten Dich beim Einstieg.

Neben einem tollen Team erwarten Dich:

Ein übertariflicher Verdienst; monatlich 40 Euro netto als Tankgutschein; Sonn-, Feiertags- und Nachtzuschläge; 32 Tage Urlaub pro Jahr; die Azubi-Akademie, unser eigenes Schulungsprogramm; Azubitausch mit unseren Partnerhotels — und vieles mehr!

Deine Wahlmöglichkeiten:

- Koch/Köchin (d/m/w)
- Hotelfachleute (d/m/w)
- Fachleute für Restaurants und Veranstaltungsgastronomie (d/m/w)
- Fachkraft Küche (d/m/w)
- Fachkraft Gastronomie (d/m/w)
- Landwirt (d/m/w)

Unsere Zertifizierungen:



Dein allererster Schritt:

Bewirb Dich! Gerne erhalten wir Deine Bewerbung an Frau Ilona Heun über heun@schlossshohenkammer.de

Schloss Hohenkammer GmbH
Schlossstraße 20, 85411 Hohenkammer
schlossshohenkammer.de



Unsere rund 30 Azubis freuen sich auf Verstärkung! Mehr Infos findest Du auf: schlossshohenkammer.de/ausbildung

@schloss_hohenkammer

@SchlossHohenkammer

4 gewinnt: Top-Karrierechancen für Berufseinsteiger



2H GmbH & Co. KG
Ein Unternehmen der Igepa group

- **ABITURIENTEN-PROGRAMM**
Handelsfachwirt (m/w/d)
- **KAUFMANN** im Groß- und Außenhandelsmanagement (m/w/d)
- **Fachlagerist/Fachkraft für Lagerlogistik** (m/w/d)
- **IT-System-ELEKTRONIKER** (m/w/d)



**AZUBIS
GESUCHT!**



Jetzt bewerben!

Sende Deine Unterlagen an:
2H_Ausbildung@igepagroup.com

oder per Post an:
2H GmbH & Co. KG
Frau Söker
Dieselstr. 24 | 85748 Garching
Tel. 089/32950-1131

DEIN AUSBILDUNGSVERTRAG – WAS STEHT DA EIGENTLICH DRIN?

WARUM SICH EIN GENAUER BLICK LOHNT



VERGÜTUNG



PROBEZEIT



RECHTE



PFLICHTEN

Mit der Unterschrift unter dem Ausbildungsvertrag wird es offiziell: Deine Ausbildung beginnt. Viele Jugendliche freuen sich auf diesen Schritt und unterschreiben den Vertrag schnell – oft ohne ihn komplett durchzulesen. Dabei steckt in diesem Dokument viel mehr als nur ein Startdatum und ein Gehalt. Der Ausbildungsvertrag regelt deinen gesamten Ausbildungsalltag und sorgt dafür, dass beide Seiten wissen, worauf sie sich einlassen.

Der Ausbildungsvertrag als Grundlage

Der Ausbildungsvertrag ist die rechtliche Basis deiner Ausbildung. Er hält fest, wie lange die Ausbildung dauert, welcher Beruf erlernt wird und welche Inhalte vermittelt werden sollen. Gleichzeitig schützt er dich und den Betrieb, denn er legt klare Regeln fest. Ein gut verstandener Vertrag schafft Sicherheit und verhindert Missverständnisse.

Vergütung: Wie viel Geld bekommst du?

Ein zentraler Punkt im Vertrag ist die Ausbildungsvergütung. Dort steht, wie viel du im jeweiligen Ausbildungsjahr verdienst und wann das Geld ausgezahlt wird. In der Regel steigt die Vergütung jedes Jahr an. Zusätzlich können im Vertrag oder in ergänzenden Vereinbarungen weitere Leistungen genannt sein, zum Beispiel Zuschüsse für Fahrtkosten, Verpflegung oder Arbeitskleidung. Auch diese Punkte gehören zur Gesamtvergütung. Wichtig: Auch Azubis haben Anspruch auf eine pünktliche Zahlung. Das Gehalt ist kein Taschengeld, sondern ein fester Bestandteil des Vertrags.

Probezeit: Ein faires Kennenlernen

Zu Beginn der Ausbildung gibt es fast immer eine Probezeit. Diese dauert meist mehrere Monate und dient dazu, dass sich beide Seiten kennenlernen. Während dieser Zeit kann der Vertrag leichter beendet werden – sowohl vom Betrieb als auch von dir. Das klingt zunächst streng, ist aber fair: Beide Seiten sollen prüfen können, ob die Ausbildung wirklich passt. Die Probezeit ist keine Bewertung auf Notenbasis, sondern eine Phase des Ankommens und Lernens.

Arbeitszeit, Urlaub und Berufsschule

Im Ausbildungsvertrag oder in zusätzlichen Unterlagen steht, wie viele Stunden du im Betrieb arbeitest und wie viel Urlaub dir zusteht.



Auch die Berufsschule ist Teil der Ausbildung und wird als Arbeitszeit angerechnet. Der Betrieb ist verpflichtet, dich freizustellen, damit du am Unterricht teilnehmen kannst. Diese Regelungen helfen dir, den Ausbildungsalltag besser einzuordnen und deine Rechte zu kennen.

Rechte und Pflichten – auf beiden Seiten

Der Vertrag regelt nicht nur, was du leisten sollst, sondern auch, wozu der Betrieb verpflichtet ist. Der Ausbildungsbetrieb muss dir alle Inhalte des Ausbildungsberufs vermitteln, dich betreuen und dafür sorgen, dass du die Ausbildung erfolgreich abschließen kannst. Dazu gehört auch, dir geeignete Aufgaben zu geben und dich nicht dauerhaft für ausbildungsfremde Tätigkeiten einzusetzen. Du verpflichtest dich im Gegenzug, aktiv mitzuwirken, regelmäßig im Betrieb und in der Berufsschule zu erscheinen, Aufgaben sorgfältig auszuführen und betriebliche Regeln einzuhalten. Es geht dabei nicht um strenge Kontrolle, sondern um ein verlässliches Miteinander.

Übernahme nach der Ausbildung – geregelt oder offen?

Manche Ausbildungsverträge enthalten bereits Hinweise zur Übernahme nach der Ausbildung, andere nicht. Steht nichts dazu im Vertrag, heißt das nicht automatisch, dass keine

Übernahme möglich ist. Oft wird dieses Thema erst im letzten Ausbildungsjahr besprochen. Wichtig ist, dass du weißt: Eine Übernahme ist nicht automatisch garantiert, sondern abhängig von Leistung, Bedarf und Betriebstätigkeit.

Was tun, wenn etwas unklar ist?

Niemand muss einen Ausbildungsvertrag sofort unterschreiben. Fragen zu stellen ist nicht nur erlaubt, sondern sinnvoll. Wenn etwas unverständlich ist oder dir Kopfzerbrechen bereitet, kannst du Eltern, Berufsberater, Lehrkräfte oder die zuständige Kammer um Hilfe bitten. Ein Vertrag soll dir Sicherheit geben – nicht verunsichern.

Zum Schluss

Dein Ausbildungsvertrag ist kein schwer verständliches Regelwerk, sondern eine Vereinbarung, die dir Orientierung gibt. Wer weiß, was darinsteht, startet deutlich entspannter in die Ausbildung und kann sich auf das konzentrieren, was wirklich zählt: Lernen, Erfahrungen sammeln und seinen eigenen beruflichen Weg beginnen. mk

Aus Metall wird Form. Aus dir: Zukunft.



Ausbildungsplätze bei MEKU zum **01.09.2026**:

- Werkzeugmechaniker – Fachrichtung Stanztechnik (m/w/d)
- Maschinen- und Anlagenführer (m/w/d)
- Fachkraft für Lagerlogistik (m/w/d)
- Zerspanungsmechaniker (m/w/d)
- Technischer Produktdesigner – Fachrichtung Maschinen- u. Anlagenbau (m/w/d)

Bewirb dich **jetzt**!

Schicke uns deine Bewerbungsunterlagen
(Anschreiben, Lebenslauf und Zeugnisse)

bewerbung-mms@meku.de

An der Sempt 20
84174 Eching
Tel. 08709 919 - 0
www.meku.de





Deine Ausbildung beginnt jetzt!

In folgenden Ausbildungsberufen kannst du bei uns durchstarten:

- Anlagenmechaniker (m/w/d)
- Fachinformatiker für Systemintegration (m/w/d)
- Industriekaufmann (m/w/d)
- Technischer Produktdesigner (m/w/d)
- Technischer Systemplaner (m/w/d)



Deine Benefits:

- Spannende und vielfältige Aufgaben: Langeweile? Fehlanzeige!
- Top Ausbildungsvergütung: fair und überdurchschnittlich
- Attraktive Arbeitszeiten: 35-Stunden-Woche für deine Work-Life-Balance



Noch Fragen?

Wir beantworten diese gerne.
+49 8161 953-308
sarah.behr@krones.com

SOLUTIONS BEYOND TOMORROW

THERE IS NO
ELEVATOR TO
SUCCESS.
YOU HAVE TO
TAKE THE
STAIRS

© backgrounddesign, adobe.stock



WIR WAPPNEN DICH FÜR DIE ZUKUNFT!

**BEWIRB
DICH
JETZT!**

Rüste dein Wissen auf und
werde GlassWorker (m/w/d).



Wir suchen Auszubildende als:

- Glasapparatebauer
- Zerspanungsmechaniker

Infos zu unseren Ausbildungsberufen
unter www.glass-works.de

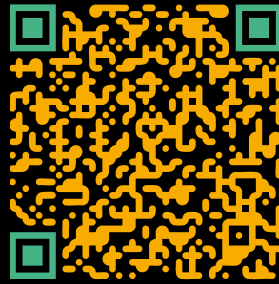
Du hast Fragen rund um GlassWorks oder unsere
Ausbildungsberufe? Schreib uns oder ruf uns an.
Tel. +49 8166 99190-0 · info@glass-works.de

GlassWorks |
Eine Initiative der
SemiQuarz GmbH

Niederlassung Allershausen
Bürgermeister-Neumeyr-Str. 3a
D-85391 Allershausen

Ois da... bloß du no ned!

scan me



Werde Azubi (m/w/d):

Technischer Kaufmann
Industriemechaniker
Fachkraft für Lagerlogistik
Fachkraft für Metalltechnik
Fachlagerist



MORE WITH YOU
JUNGHEINRICH



Komm ins #teamH1 !

Starte deine Ausbildung am Standort Moosburg

- Kaufmann für Büromanagement (w/m/d)
- KFZ- Mechatroniker für Nutzfahrzeugtechnik (w/m/d)
- Berufskraftfahrer (w/m/d)
- Kaufmann für Spedition- und Logistikdienstleistungen (w/m/d)
- Fachkraft für Lagerlogistik (w/m/d)

Weitere Informationen unter
www.teamH1.de



HEINZ
Entsorgung Logistik Konzepte

Von Anfang an mittendrin statt nur dabei

Welche Ausbildung machst Du und in welchem Lehrjahr bist Du gerade?

Ich absolviere derzeit meine Ausbildung zur Industriekauffrau und befinde mich aktuell im dritten und damit letzten Lehrjahr. In den vergangenen Jahren konnte ich viele verschiedene Unternehmensbereiche kennenlernen und wertvolle Erfahrungen für meinen weiteren Berufsweg sammeln.

Was ist das Spannende/Besondere/Schöne an deiner Ausbildung?

Die Brauerei als Arbeitsplatz ist absolut spannend, weil sie traditionelles Handwerk mit modernen Abläufen verbindet. Während meiner Ausbildung durchlaufe ich verschiedene Abteilungen und erhalte dadurch einen umfassenden Einblick in die unterschiedlichen Aufgabenbereiche eines Unternehmens. So wird es nie langweilig und ich lerne ständig Neues dazu. Außerdem schätze ich das angenehme Arbeitsklima und die gute Zusammenarbeit mit meinen Kolleginnen und Kollegen sehr.

Welche persönlichen Interessen spielten bei der Wahl der Ausbildungsstelle eine Rolle?

Für mich war es wichtig, eine Ausbildung zu finden, die abwechslungsreich ist und mir langfristig Freude bereitet. Da ich gerne mit anderen Menschen zusammenarbeite, spielte auch die Teamarbeit bei meiner Entscheidung eine große Rolle. Gemeinsam Aufgaben zu lösen und sich gegenseitig zu unterstützen, macht mir besonders viel Spaß.



Sophia Reichstein (19)
hat sich für eine Ausbildung zur Industriekauffrau bei der Brauerei Weihenstephan entschieden

Kannst du diese Interessen in deiner Ausbildung einbringen?

Ja, auf jeden Fall. Durch die Zusammenarbeit mit verschiedenen Abteilungen und Kolleginnen und Kollegen kann ich meine Freude an Teamarbeit täglich einbringen. Gleichzeitig bietet die Ausbildung viele abwechslungsreiche Aufgaben, sodass ich meine Interessen und Stärken gut einsetzen kann.

Haben sich deine Vorstellungen von der Arbeit bzw. der Ausbildung erfüllt?

Ja, meine Vorstellungen von der Ausbildung zur Industriekauffrau haben sich erfüllt. Besonders positiv finde ich die Vielfalt der Aufgaben und die Möglichkeit, unterschiedliche Bereiche des Unternehmens kennenzulernen. Dadurch habe ich einen umfassenden Einblick in die Abläufe des Brauereibetriebs erhalten.

Was ist anders als gedacht – was besser, was schlechter?

Etwas überrascht hat mich, wie schnell ich eigene Aufgaben und Verantwortung übernehmen durfte. Das hat mir geholfen, mich fachlich und persönlich weiterzuentwickeln. Besonders positiv ist das offene und hilfsbereite Miteinander im Unternehmen – die Unterstützung durch die Kolleginnen und Kollegen ist sogar noch besser, als ich es mir vorgestellt hatte. Insgesamt blicke ich sehr zufrieden auf meine Ausbildungszeit zurück.





NIMM DEINE ZUKUNFT SELBST IN DIE HAND



Die Spedicam GmbH wurde vor über 45 Jahren in München gegründet. Unser Unternehmen verbindet heute den Wirtschaftsraum Bayern über unsere direkten Sammelgut-Verkehre mit ganz Europa. Zusätzlich bieten wir Luft-Seefrachten, Expresslieferung und sämtliche Zolldienstleistungen.

Kaufmann für Spedition und Logistikdienstleistung (m/w/d)

Möchtest du für eine nachhaltige Zukunft dein Bestes geben und in unserem Team lernen und mitarbeiten? Dann freuen wir uns auf deine Bewerbung.
E-Mail: karriere@spedicam.de

**BEWIRB
DICH
JETZT**

Tel. 08165 40340-0
www.spedicam.de
karriere@spedicam.de

SPEDICAM GMBH
Römerstraße 6
85375 Neufahrn



Starte bei uns zum 01.09.2027 in deine Ausbildung zum/zur **Industriekauffrau/Industriekaufmann (m/w/d)** **Brauer und Mälzer (m/w/d)**



Wir sind Bier.

Bist du bereit, mit uns
Biergeschichte(n) zu schreiben?
Dann bewirb dich auf:
www.wir-sind-bier.de



**Bayerische Staatsbrauerei
Weihenstephan**
Herr Patric Rathgeb
Alte Akademie 2
85354 Freising





W W W . A Z U B I P L U S . D E

**Schraube nicht nur an deinem Auto,
sondern auch an deiner Zukunft –
Bewirb dich bei uns!**

Mach bei uns eine Ausbildung zur/zum

- Kfz-Mechatroniker/in PKW (m/w/d)
- Kfz-Mechatroniker/in LKW (m/w/d)
- Kaufleute für Büromanagement (m/w/d)
- Automobilkauffrau/mann (m/w/d)
- Fachkraft für Lagerlogistik (m/w/d)

Bewerbung an: johanna.bollmus@auto-nagel.de | 08122 9796-0

AUTO NAGEL 

Erding | Mainburg | Neufahrn

 **FUSO**

 **smart**





Ausbildung
bei REWE?
**Lieben
wir!**

REWE
Dein Markt

**Bewirb
dich
jetzt!**

**Bewirb dich jetzt
für eine Ausbildung oder
ein duales Studium im Markt,
der Logistik oder Zentrale.**



Sicherer Arbeitgeber mit Übernahmegarantie



Faires Ausbildungsgehalt



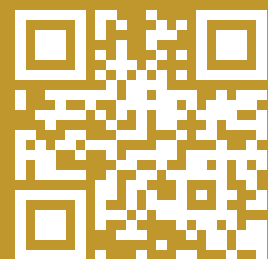
Mitarbeitendenrabatte



Teilnahme an coolen Projekten und Events



Individuelle Förderung &
Weiterbildungsmöglichkeiten



rewe.de/ausbildung



Do's & Don'ts für Insta, TikTok & Co. – und warum ein kurzer Check vor der Bewerbung sinnvoll ist

Instagram, TikTok oder Snapchat gehören für viele Jugendliche ganz selbstverständlich zum Alltag. Fotos, Videos und Kommentare werden oft spontan gepostet, ohne lange darüber nachzudenken. Was dabei leicht vergessen wird: Öffentliche Inhalte können auch von Ausbildungsbetrieben gesehen werden. Deshalb lohnt es sich, Social Media mit Blick auf Bewerbungen einmal bewusst zu prüfen – nicht aus Angst, sondern zur eigenen Sicherheit.

Spielt Social Media bei Bewerbungen wirklich eine Rolle?

Nicht jeder Betrieb schaut gezielt in sozialen Netzwerken nach Bewerber/innen. Trotzdem informieren sich manche Unternehmen vor oder nach einem Bewerbungsgespräch kurz online – besonders dann, wenn Profile öffentlich sind oder einfach gefunden werden können. Dabei geht es meist nicht darum, private Details aususpionieren. Entscheidend ist der erste Eindruck: Wirkt der Auftritt respektvoll, passend und glaubwürdig? Stimmen Online Auftritt und Bewerbung miteinander überein?

Was einen schlechten Eindruck machen kann

Problematisch sind vor allem Inhalte, die beleidigend, respektlos oder extrem wirken. Dazu zählen abwertende Kommentare, provokante Videos oder das Bloßstellen anderer Menschen. Auch alte Beiträge können schnell wieder auftauchen, selbst wenn sie ursprünglich harmlos gemeint waren. Wichtig ist daher das Bewusstsein: Was einmal öffentlich gepostet wurde, lässt sich oft nur schwer wieder vollständig zurückholen.

Was völlig in Ordnung ist

Niemand erwartet perfekte Profile oder ein künstlich angepasstes Image. Ganz normale Beiträge über den Alltag, Hobbys, Freunde oder Reisen sind kein Problem. Im Gegenteil: Sie zeigen Persönlichkeit und Interessen. Wichtig ist lediglich, dass das Bild, das man online vermittelt, zu dem passt, wie man im echten Leben auftritt. Authentisch zu sein ist erlaubt – Respekt und ein gutes Maß spielen dabei die entscheidende Rolle.

Ein kurzer Privatsphäre Check kann viel bewirken

Vor einer Bewerbung lohnt sich ein kurzer Blick in die Privatsphäre Einstellungen der eigenen Accounts. Nicht alle Inhalte müssen öffentlich sichtbar sein. Beiträge, Bilder oder Videos, die nur für Freunde gedacht sind, lassen sich oft mit wenigen Klicks einschränken. Eine einfache Frage hilft bei der Entscheidung: Würde es mich stören, wenn ein Ausbildungsbetrieb diesen Beitrag sieht? Wenn ja, ist »privat stellen« meist die beste Lösung.

Social Media bewusst nutzen – statt alles zu löschen

Niemand muss vor einer Bewerbung alle Profile löschen oder alles umstellen. Viel sinnvoller ist ein bewusster Umgang. Ein ordentliches Profilbild, ein respektvoller Umgangston und etwas Zurückhaltung bei öffentlichen Kommentaren reichen oft schon aus. Wer möchte, kann Social Media sogar gezielt nutzen, um Interessen oder Engagement zu zeigen – zum Beispiel bei Hobbys, Sport oder ehrenamtlichen Aktivitäten.

Social Media als echte Chance

Soziale Netzwerke können bei der Ausbildungswahl auch helfen. Viele Betriebe zeigen dort Einblicke in ihren Arbeitsalltag, stellen Azubis vor oder informieren über freie Ausbildungsplätze. Wer diesen Kanälen folgt, bekommt oft ein besseres Gefühl für das Unternehmen und die Stimmung im Betrieb. Auch Ausbildung und Berufsvideos können dabei helfen, sich ohne Druck zu orientieren.

Ein Beispiel aus dem Alltag

Ein öffentliches Profil mit neutralem Profilbild, normalen Beiträgen und respektvollem Umgang hinterlässt meist einen positiven Eindruck. Dagegen können beleidigende Kommentare oder extrem provokante Inhalte Zweifel wecken – auch dann, wenn sie nichts mit der Bewerbung zu tun haben. Der Unterschied liegt oft nicht im einzelnen Beitrag, sondern im Gesamtauftritt.

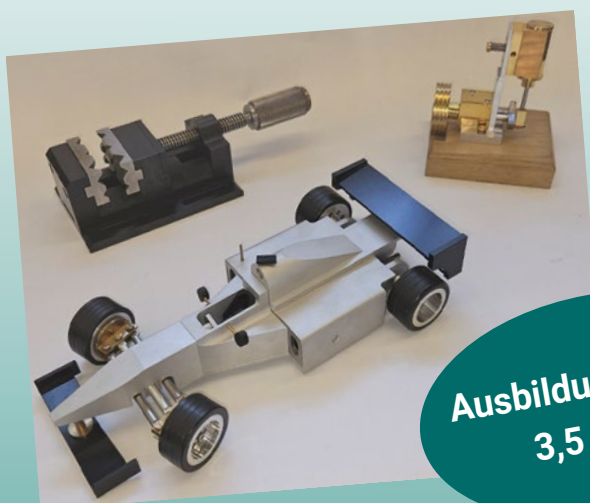
Kurz gesagt: Social Media muss bei Bewerbungen kein Risiko sein. Wer bewusst postet, seine Privatsphäre kennt und respektvoll auftritt, ist gut vorbereitet. Dann bleibt Social Media das, was es sein soll: ein normaler Teil des Alltags – und keine Stolperfalle bei der Bewerbung. mk



Max-Planck-Institut für extraterrestrische Physik

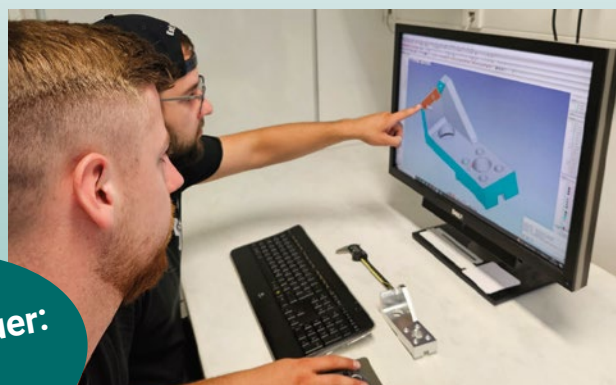


bietet Ausbildung zum/zur Industriemechaniker*in



**Ausbildungsdauer:
3,5 Jahre**

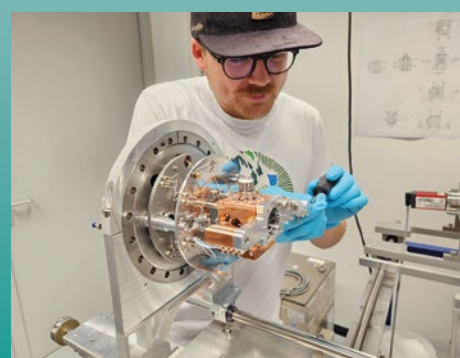
Der Ausbildungsplan enthält u.a.
die Fertigung einer Dampfmaschine,
eines Schraubstocks und eines Ferraris



Programmierung der komplexen Bauteile mit
modernsten CAD/CAM Programmiersystemen



Fertigung an den konventionellen Maschinen



Montage- und Integrationsarbeiten



CNC-Fertigung

Weitere Informationen finden Sie auf unserer Homepage:
<https://www.mpe.mpg.de/ausbildung>

Kontakt:

Rita Sandmair, Ausbildungsleiterin
Tel: 089 30000-3500
E-Mail: ausbildung@mpe.mpg.de



HINTER DEN KULISSEN DES FLUGHAFENS: CLARA SORGT FÜR SICHERHEIT

Welche Ausbildung machst Du und in welchem Lehrjahr bist Du gerade?

Ich lerne Fachkraft für Schutz und Sicherheit und bin im zweiten Lehrjahr. Ich arbeite in der Konzernsicherheit und wir machen z.B. Zaunbestreifungen, Alarmverfolgungen oder schreiben Schadensberichte.

Was ist das Spannende/Besondere/Schöne an deiner Ausbildung?

Sehr besonders finde ich, dass wir neben dem eigenen Beruf auch den ganzen Flughafen kennenlernen. Das ist wirklich spannend und vielfältig. Schön finde ich auch den Kontakt zu Azubis aus anderen Ausbildungsberufen.

Welche persönlichen Interessen spielten bei der Wahl der Ausbildungsstelle eine Rolle?

Mir war bei der Suche wichtig, dass ich einen abwechslungsreichen Job finde, in dem ich nicht immer die gleichen Aufgaben mache. Außerdem ist mir der soziale Kontakt zu anderen Menschen wichtig, also die Arbeit im Team. Und ich will nicht nur den ganzen Tag am Schreibtisch sitzen, sondern auch mal körperlich aktiv sein.

Kannst du die einbringen?

Ich würde schon sagen, dass sich alle Punkte, die mir wichtig waren, erfüllt haben. Mein Start am Flughafen und die Einführungsphase waren super. Das dreitägige Sozialkompetenztraining in Schwangau hat am Anfang sehr geholfen, um Kontakte zu knüpfen.

Haben sich deine Vorstellungen von der Arbeit/der Ausbildung erfüllt?

Zur Ausbildung selbst hatte ich gar nicht viele Vorstellungen. Erfüllt hat sich aber auf jeden Fall meine Erwartung, dass ich in einem netten Umfeld arbeite. In der Konzernsicherheit sind alle sehr freundlich und unterstützen sich gegenseitig.

Was ist anders als gedacht, was besser, was schlechter?

Richtig toll finde ich, dass uns Azubis von Anfang an viel Verantwortung übertragen wird – das hätte ich vorher nicht gedacht. Überrascht hat mich auch, dass wir bei vielen Flughafen-Aktionen und Events unterstützen dürfen.



Clara Hifinger (18)
im zweiten Lehrjahr zur Fachkraft für Schutz
und Sicherheit am Flughafen München.



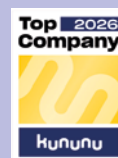
VERBINDUNG LEBEN



Bereit für das Airport-Feeling?

DU SUCHST EINE AUSBILDUNG MIT AUSSICHT UND PERSPEKTIVE? DANN BIST DU BEI UNS GENAU RICHTIG! AM FLUGHAFEN MÜNCHEN KANNST DU ALLES WERDEN. UNSERE AUSBILDUNGSBERUFE UND DUALEN STUDIENGÄNGE SIND JETZT BEREIT FÜR DEINEN CHECK-IN:

- Mechatroniker:in
- Fachkräfte für Schutz und Sicherheit
- Fachinformatiker:in Systemintegration
- Kaufleute für Büromanagement
- Immobilienkaufleute
- Werkfeuerwehrleute
- Bachelor Informatik
- Bachelor Wirtschaftsinformatik
- Bachelor Immobilienwirtschaft
- Bachelor Elektro- und Informationstechnik
- Bachelor Luftverkehrsmanagement
- Und weitere Berufe/Studiengänge in den Branchen Gastronomie und Einzelhandel



Lust auf mehr? Dann bewirb dich jetzt und komm in die große Flughafen-Welt. Mehr Infos unter munich-airport.de/ausbildung



**MUNICH
AIRPORT**

BERICHTSHEFT RICHTIG FÜHREN

OHNE STRESS WARUM ES WICHTIG IST, WAS AUSBILDER ERWARTEN UND WIE DU ES DIR LEICHTER MACHST

Für viele Azubis gehört das Berichtsheft zu den Dingen, die man gern aufschiebt. Oft wirkt es wie eine Pflichtaufgabe, die im Alltag zwischen Betrieb und Berufsschule einfach untergeht. Dabei ist das Berichtsheft kein zusätzlicher Stressfaktor – zumindest dann nicht, wenn man weiß, worauf es wirklich ankommt und wie man es sinnvoll in den Alltag integriert.



Warum das Berichtsheft mehr ist als nur Pflicht

Das Berichtsheft dokumentiert deinen Ausbildungsweg. Es zeigt, welche Aufgaben du im Betrieb übernimmst, welche Inhalte du lernst und wie sich deine Fähigkeiten im Laufe der Zeit entwickeln. Das ist nicht nur für den Ausbildungsbetrieb wichtig, sondern auch für die zuständigen Stellen und für die Zulassung zur Abschlussprüfung. Ein ordentlich geführtes Berichtsheft sorgt dafür, dass deine Ausbildung formal sauber abgeschlossen werden kann – unabhängig davon, wie gut deine Noten sind. Gleichzeitig kann das Berichtsheft dir selbst helfen. Wenn du später zurückblickst, siehst du schwarz auf weiß, was du bereits gelernt hast. Das gibt Sicherheit und zeigt Fortschritte, die man im Alltag oft gar nicht bewusst wahrnimmt.



Was Ausbilder wirklich erwarten

Viele Azubis schreiben mit dem Gedanken, jedes Detail erklären zu müssen. In der Praxis ist das nicht nötig. Ausbilder möchten vor allem erkennen können, womit du dich beschäftigt hast und welche Lerninhalte vermittelt wurden. Es geht nicht um perfekte Formulierungen, sondern um Nachvollziehbarkeit. Kurze, sachliche Beschreibungen reichen völlig aus. Wichtig ist, ehrlich zu bleiben. Niemand erwartet, dass jeden Tag etwas Neues gelernt wird. Auch Routineaufgaben gehören dazu. Entscheidend ist, dass der Ausbildungsalltag realistisch abgebildet wird.

Was ins Berichtsheft gehört – und was man weglassen sollte

Ins Berichtsheft gehören berufliche Tätigkeiten, Lerninhalte, besondere Aufgaben oder neue Abläufe. Auch Themen aus der Berufsschule können sinnvoll festgehalten werden. Persönliche Meinungen, Ärger über den Betrieb oder private Gespräche haben dort keinen Platz. Je klarer und neutraler die Einträge sind, desto einfacher sind sie später nachvollziehbar – für Ausbilder und Prüfer.



Täglich oder wöchentlich führen – finde dein System

Ob du dein Berichtsheft täglich oder wöchentlich schreibst, hängt stark von deinem persönlichen Rhythmus ab. Tägliche Einträge sind oft kürzer und frischer, brauchen aber etwas Disziplin. Wöchentliche Einträge lassen sich gut bündeln, sollten aber fest eingeplant werden. Viele Probleme entstehen erst dann, wenn mehrere Wochen auf einmal nachgetragen werden müssen. Das kostet Zeit, wirkt unübersichtlich und sorgt unnötig für Stress. Ein fester Zeitpunkt – etwa freitags oder nach der Berufsschule – hilft dabei, das Berichtsheft zur Routine zu machen.



Digital oder klassisch – beides ist okay

Immer mehr Ausbildungsbetriebe setzen auf digitale Berichtshefte. Sie lassen sich schnell bearbeiten, jederzeit aktualisieren und gehen nicht verloren. Auch Korrekturen oder Ergänzungen sind einfacher möglich. Wer lieber handschriftlich arbeitet, kann aber auch damit gut zurechtkommen – wichtig ist nicht die Form, sondern die Regelmäßigkeit. Entscheidend ist, das System zu nutzen, das am besten zum eigenen Alltag passt.



So bleibt der Aufwand klein

Ein guter Trick ist, sich während der Woche Stichworte zu notieren – zum Beispiel im Handy oder auf einem Zettel. So fällt das spätere Ausformulieren leichter. Wer versucht, alles aus dem Kopf nachzutragen, verliert schnell den Überblick. Kleine Zwischenschritte sparen am Ende viel Zeit.



Was du daraus mitnehmen kannst

Das Berichtsheft gehört zur Ausbildung dazu, muss aber kein zusätzlicher Stressfaktor sein. Wer regelmäßig schreibt, ein eigenes System findet und sich nicht unter Druck setzt, kommt gut damit zurecht. Am Ende hilft ein ordentlich geführtes Berichtsheft nicht nur bei der Abschlussprüfung, sondern macht auch sichtbar, wie viel man im Laufe der Ausbildung gelernt hat. mk



Ein typisches Beispiel aus dem Ausbildungsalltag

Ein Eintrag muss weder lang noch kompliziert sein. Zum Beispiel: »Wartung einer Maschine, Kontrolle von Bauteilen, Einweisung in Sicherheitsvorschriften.« Dieser kurze Überblick zeigt klar, womit man sich beschäftigt hat – genau das reicht in den meisten Fällen völlig aus.



© adobe.stock: victoria, New Africa

**STARTE AB DEM 01.09.2026
MIT EMONS IN DEINE ZUKUNFT!**

Wir bilden aus:

- **Fachlagerist (m/w/d)**
- **Fachkraft für Lagerlogistik (m/w/d)**
- **Kaufmann für Spedition und Logistikdienstleistung (m/w/d)**

Deine Vorteile:

- Gute Übernahmechancen und Entwicklungsmöglichkeiten
- Sicherer und zukunftsorientierter Ausbildungsplatz
- Qualifizierte Ausbilder (m/w/d)
- Innerbetrieblicher Unterricht
- Intensive Prüfungsvorbereitung
- Mitarbeiterbenefits bei über 600 namhaften Anbietern
- Angenehmes Betriebsklima und „Emonsionalität“

Alle Infos rund um das **Thema Ausbildung** bei **Emons** findest du bei **Instagram, Facebook, Kununu** und auf **www.emons-karriere.de/ausbildung**.

Haben wir dein Interesse geweckt? Bewirb dich jetzt!

**Emons Spedition GmbH & Co. KG | Herrn Mirko Lentz | Lindberghstraße 6
85399 Hallbergmoos | E-Mail mirko.lentz@emons.de | Tel. +49 811 60062-300**



LOGISTIK AUF DER ÜBERHOLSPUR **EMPOWERED BY YOU**

RHENUS
LOGISTICS

POV: SCHOOL'S OUT

Starte jetzt durch mit einer Ausbildung und zwar mit einer ausgezeichneten. Dein Weg in die Praxis durch eine Ausbildung innerhalb der Welt der Logistik.

FACHKRAFT (W/M/D)
FÜR LAGERLOGISTIK

KAUFMANN (W/M/D)
FÜR SPEDITION UND
LOGISTIKDIENSTLEISTUNG

KAUFMANN (W/M/D)
FÜR BÜROMANAGEMENT

KONTAKT:

Karin Mandel
+49 (0) 8165 - 7991 207
karin.mandel@rhenus.com

Rhenus Home Delivery
Römerstrasse 1 + 5
85375 Neufahrn b. Freising

Teresa Braun
+49 (0) 89 - 991 47 211
teresa.braun@rhenus.com

Rhenus Freight Logistics
Weissenfelderstrasse 1
85551 Kirchheim-Heimstetten

Tim Werning
+49 (0) 811 - 88 999 817
tim.werning@rhenus.com

Rhenus Air & Ocean
Lilienthalstrasse 17a
85399 Hallbergmoos



JETZT BEWERBEN!

www.rhenus.group/karriere