

JOBWOCHE

Mit großem Online-Stellenmarkt für Norddeutschland www.JOBWOCHE.de

ab Seite 25
Mit 11 Seiten
Stellenmarkt



Heute schon getratscht?

Mit Flurfunk arbeitet man besser



JOB-, AUS- UND WEITERBILDUNGSMESSE
Jobmesse Hamburg

14. OKT. 2026 12.00 - 17.30 Uhr

BARCLAYS ARENA

Englischkurs im Job

So überzeugen Sie den Chef



TIME TO LEARN
ENGLISH

Foto: Black Jack

Mit dem Arbeitgeber zum Englischkurs:

Warum Mut zur Nachfrage sich lohnt und wie gute Argumente für Kostenübernahme und Karrierechancen sorgen können.

Viele Berufstätige haben den Wunsch ihre Englischkenntnisse zu verbessern. Aber wann macht es Sinn, den Arbeitgeber einzubeziehen und ihn etwa um Kostenübernahme für Apps, Kurse oder Workshops zu bit-

ten? «Wer Englischkenntnisse im Job benötigt und bemerkt, dass sprachliche Defizite da sind, sollte sich nicht scheuen, auf den Arbeitgeber zuzugehen», sagt der Münchner Karrierecoach Walter Feichtner.

Denn bessere Englischkenntnisse von Beschäftigten sind oft auch für den Arbeitgeber von Vorteil. Auch er profitiert davon, wenn E-Mails fehlerfrei auf Englisch abgefasst sind und Beschäftigte in Meetings mit einem guten Englisch punkten.

Zudem tragen gute Sprachkenntnisse dazu bei, dass es bei internationalen Projekten nicht zu Missverständnissen kommt, aus denen mehr oder weniger schwerwiegende Fehler resultieren könnten.

Vor dem Gespräch Kurs und Kosten recherchieren

Zudem qualifizieren sich Beschäftigte mit dem Englischlernen mithilfe des Arbeitgebers für höhere Positionen, die verhandlungssichere Sprachkenntnisse erfordern.

«Man sollte also bei Bedarf den Mut haben, aktiv die Führungskraft oder die Personalabteilung auf sein Vorhaben anzusprechen», so Feichtner. Dabei sollte man klar benennen, welche Art von Sprachkurs man benötigt und wie die Lernergebnisse das tägliche Geschäft positiv beeinflussen. Auch sollte man recherchiert haben, welche Kosten durch das gewünschte Lernen entstehen und wie viel Zeit dafür benötigt wird. *Text: Sabine Meuter*

Atmen, springen, lachen

3 Sofortmaßnahmen gegen Stress

Der Nacken spannt, der Kopf dröhnt, das Herz rast: Stress und Zeitdruck gehören für viele zum Alltag.

Problematisch wird es, wenn Erholung ausbleibt und das Stressniveau dauerhaft hoch ist. Auch in akuten Situationen lassen sich Körper und Kopf schnell beruhigen

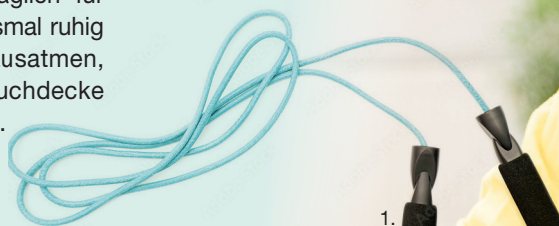
1. Auf die Atmung fokussieren

Eine bewährte Entspannungsmethode ist die Konzentration auf den Atem. Dabei richtet man die Aufmerksamkeit gezielt auf das Ein- und Ausatmen: tief einatmen, die Luft kurz anhalten, langsam ausatmen.

Ähnlich funktioniert die tiefe Bauchatmung. Dazu täglich für eine Minute etwa sechsmal ruhig und tief ein- und ausatmen, sodass sich die Bauchdecke spürbar hebt und senkt.

2. Springseil springen

Bewegung trägt zum Stressabbau bei. Seilspringen ist eine einfache Alternative: Schon wenige Minuten bringen Kreislauf und Stoffwechsel in Schwung. Das kann helfen, eine stressige Phase – etwa im Homeoffice – zu unterbrechen. Ähnlich wirkt auch schnelles Treppensteigen.



Emotionaler Ausbruch im Team Wie reagiere ich richtig?

Tränen oder Wut im Meeting? Warum Schweigen oder Beschwichtigen oft alles schlimmer macht – und was stattdessen hilft, das Team wieder zusammenzubringen.

Im Teammeeting lief gerade noch alles glatt. Dann bringt eine spitze Bemerkung eine Kollegin ganz plötzlich zum Weinen. Alle erstarren, nach ein paar ratlosen Worten im Team wird das Meeting beendet.

Zurück bleibt ein ungutes Gefühl. Schweigen und Beschwichtigen («Jetzt beruhig dich mal») oder Ausweichen sind in solchen Momenten keine gute Strategie. Kommt es im Team zu emotiona-



Illustration: shockfactor

len Ausbrüchen, hilft vor allem offene Kommunikation. Zeigt ein Teammitglied häufiger starke Emotionen, etwa indem es schnell in Tränen ausbricht, ist Empathie gefragt. Gerade als

Führungskraft sollte man sich fragen, wie man diesen Menschen unterstützen und begleiten kann, ohne selbst zum Therapeuten zu werden.

Unterbrechen, ruhig bleiben, nachhalten

Reagiert eine Person hingegen plötzlich wütend oder aufbrausend, kann es helfen, die Situation ruhig zu benennen und zu unterbrechen. Ich empfinde das gerade als unangenehm und

empfehle, wir machen eine kurze Pause. Je nach Situation könne es auch sinnvoll sein, das

Gespräch zu vertagen oder den Rahmen zu verändern: «Wollen wir das im Anschluss unter vier Augen klären?»

Wichtig ist außerdem, die Situation im Nachgang noch einmal aufzugreifen: «Vorhin im Meeting war viel Spannung - wollen wir noch mal in Ruhe darüber sprechen?».

Grundsätzlich gilt: Emotionen sind weder ausschließlich gut noch schlecht. «Wut kann etwas Zerstörerisches haben oder auch förderlich sein, um eigene Grenzen zu setzen.» Dieses Verständnis kann helfen, die Situation besser einzuordnen.

Text: Anke Dankers

ANZEIGE



3. Herzhaft lachen

«Lachen ist gesund», sagt der Volksmund. Und tatsächlich hat - insbesondere ein richtiger Lachanfall - positive Effekte auf unser Wohlbefinden, sowohl körperlich als auch psychisch. Das schnelle Atmen beim herzhaften Lachen sorgt dafür, dass der Körper in kurzer Zeit viel Sauerstoff aufnimmt.

Zudem werden beim Lachen viele Muskeln beansprucht und sanft entspannt. Das kann stressbedingte Verspannungen lösen. Gleichzeitig schüttet der Körper Endorphine aus, die als körpereigene «Glückshormone» gelten. Die Aktivität von Stresshormonen wie Adrenalin sinkt

Text: Amelie Breitenhuber

- Bilder:
1. Savvaparf Photo, stock.adobe.com
 2. Zacharie Scheurer/dpa
 3. Annibell82, stock.adobe.com

Staatlich anerkannt seit 1970

HEINZE
AKADEMIE

Staatlich geprüfter Techniker (m/w/d) | Bautechnik

Jetzt anmelden: Nächster Start Anfang August

- ✓ **Vollzeit oder berufsbegleitend**
- ✓ **In Präsenz, berufsbegleitend starker Online-Anteil möglich**
- ✓ **MSA & optional Fachhochschulreife integriert**
- ✓ **Bis zu 100 % gefördert**

zertifiziert nach SGB III und AZAV

**Neuer Standort
zentral in Hamburg
Altona!**

Kontaktieren Sie uns – wir beraten Sie gerne!
heinze-akademie.de/start2026

MOBBING

Wenn Kollegen Feinde werden



So wehren Sie sich gegen böse Schikanen

ANZEIGE

Wir. Bilden. Menschen

GIS
Akademie

Übertragungs- und Gegenübertragungsprozesse

in der Beratung, Coaching und Training

2 x 1 Tag - berufsbegleitend

04.05.2026

Systemische Beratung¹

mit gestalterorientierter und interkultureller Kompetenz

4,5 Monate

19.05.2026

Borderline-Persönlichkeitsdynamik

Praxis und Ergänzung

2 Fachtage - berufsbegleitend

28.05. + 11.06.2026

Einführung in das Arbeiten mit QGIS

3 Tage - Hamburg & Online

16.06.2026

persönliches
Infogespräch:Tel.: 040 / 303 93 123
Gotenstraße 14
20097 Hamburg

www.gis-akademie.de

Mobbing am Arbeitsplatz ist ein ernstzunehmendes Problem, das viele Arbeitnehmer betrifft. Es handelt sich dabei um wiederholte, absichtliche Schikanen, die darauf abzielen, eine Person zu belasten, zu isolieren oder herabzusetzen. Oft beginnt es schleichend: Ständige Kritik, Ausgrenzung oder Gerüchte können zu den ersten Anzeichen gehören. Doch wann genau spricht man von Mobbing, und welche rechtlichen Möglichkeiten haben Betroffene, um sich zu wehren?

Konflikte sind kein Mobbing

Experten definieren Mobbing als eine gezielte Herabsetzung oder Schikane, die über einen längeren Zeitraum andauert. Dabei gibt es verschiedene Formen: Von verbalen Attacken und Diskriminierung über soziale Isolation bis hin zu Bedrohungen oder sogar körperlicher Gewalt. Wichtig ist, dass diese Handlungen wiederholt und absichtlich sind. Ein einmaliger Konflikt oder eine persönliche

Antipathie fallen nicht unter den Begriff Mobbing.

Protokollieren Sie alles

Die rechtlichen Rahmenbedingungen bieten Betroffenen einige Möglichkeiten, gegen Mobbing vorzugehen. Zunächst sollten Mitarbeiter in ihrem Arbeitsvertrag und der Betriebsvereinbarung nachsehen, ob spezifische Regelungen zu Mobbing vorhanden sind. Diese können unter Umständen weitere Schritte erleichtern. Ein wichtiger erster Schritt ist das Führen eines detaillierten Protokolls, in dem alle Vorfälle, das Datum und die beteiligten Personen festgehalten werden. Diese Dokumentation kann essenziell sein, um einen Fall zu untermauern.

Reden Sie mit dem Chef

Häufig ist das Gespräch mit dem direkten Vorgesetzten der erste Schritt, um gegen Mobbing vorzugehen. Hierbei sollte der Betroffene sachlich und klar die Vorfälle schildern und auf eine Lösung drängen. Wenn dies



Mobbing ist ein ernstes Thema. Betroffene haben viele Möglichkeiten, sich zu wehren.

Foto: pix4U/stock.adobe.com

nicht hilft, kann auch die Personalabteilung oder der Betriebsrat eingeschaltet werden. In vielen Unternehmen gibt es zudem Antidiskriminierungsstellen, die als neutrale Ansprechpartner fungieren.

Ein Anwalt hilft

Sollte der interne Weg nicht fruchten, bleibt der juristische Weg. Das Allgemeine Gleichbehandlungsgesetz (AGG) schützt Arbeiter und Angestellte vor Diskriminierung und Benachteiligung aufgrund mehrerer Merkmale, darunter Rasse, Geschlecht oder Behinderung. Bei Mobbing-Vorfällen, die unter das AGG fallen, kann der betroffene Mitarbeiter die Situation auch rechtlich anfechten, etwa durch eine Klage oder eine Beschwerde.

Zudem ist es ratsam, sich frühzeitig rechtlichen Rat von einem Fachanwalt für Arbeitsrecht einzuholen. Dieser kann helfen, zu beurteilen, welche Ansprüche möglicherweise geltend gemacht werden können, welche

Schritte sinnvoll sind und wie lange so ein Prozess aus seiner Erfahrung dauert.

Abgesehen von den rechtlichen Schritten sollten Betroffene auch auf ihre mentale Gesundheit achten. Der Kontakt zu einem Psychologen kann zum Beispiel helfen, mit den emotionalen Belastungen umzugehen. Um die eigenen Ressourcen zu schonen, sollte man zudem versuchen, ein Unterstützungsnetzwerk aus Freunden und Familie aufzubauen.

Nur Mut! Handeln Sie aktiv!

Es ist wichtig, die eigene Situation ernst zu nehmen und aktiv zu handeln, wenn Mobbing im Büro zur Realität wird. Nur Mut, handeln Sie aktiv, denn Sie haben alle Rechte dazu.

Je eher die Betroffenen handeln, desto höher ist die Chance, die Schikanen zu beenden und wieder einen respektvollen Umgang am Arbeitsplatz zu fördern.

Text: Michael Kudal

Radelnde Schornsteinfeger auf Spendentour

Schwarze Kluft, bunte Mission

Sie sind auf dem Weg von Braunschweig nach Straubing und lassen sich weder durch Plattfüße noch durch Platzregen aufhalten. Auch 2026 engagieren sich die Schornsteinfeger sportlich für einen guten Zweck.

Auf ihren Rennrädern legen sie vom 26. Mai in nur sieben Tagen rund 1000 Kilometer zurück, machen Stopps, um Spenden für krebs- und schwerstkranke Kinder zu sammeln. Ihre erfolgreiche Glückstour (www.glueckstour.de) gilt als eine der größten privaten Hilfsaktionen in Deutschland.

Denn Glück ist das einzige, das sich verdoppelt, wenn man es teilt. Was Albert Schweitzer

einst so trefflich formulierte, nehmen Schornsteinfeger und Kaminkehrer wörtlich.

Die Handwerker der schwarzen Zunft machen ihrem Ruf als Glücksbringer alle Ehre. Seit 2006 haben die Glücksbringer schon über drei Million Euro an Institutionen, Vereine und Kliniken überwiesen.

Übrigens: Schon seit dem Mittelalter gelten Schornsteinfeger als Glücksbringer. Sie waren immer gern gesehene Gäste. Die Menschen brauchten damals Feuer zum Heizen und Kochen - da war es wichtig, dass die Kaminkehrer ihren Job gut machten. Sie brachten somit Sicherheit und Glück.

Text: Michael Kudal

ANZEIGE



www.cbw-weiterbildung.de

Umschulungen mit IHK-Abschluss

IHRE VORTEILE EINER UMSCHULUNG BEI CBW

- ✓ IHK-Abschluss mit Top-Vorbereitung
- ✓ Zusatzangebote wie KI & Bewerbungscoaching
- ✓ Alle Zertifizierungen inklusive
- ✓ Laptop & Lernmittel inklusive



👍

100 % förderbar

durch die Arbeitsagentur und das Jobcenter

Start: 11.05.2026

Start: 25.05.2026

➤ **Vorbereitungskurse auf Umschulungen** (Start alle zwei Wochen)

Start: 08.06.2026

➤ **IT-Umschulungen: Fachinformatiker*in**

Systemintegration IHK
CompTIA · Microsoft · AWS · Linux · Cisco

Anwendungsentwicklung IHK
Scrum · Python · AWS · Oracle

Daten- und Prozessanalyse IHK
Azure · AWS · Python

Digitale Vernetzung IHK
MS Azure · AWS · Python · CompTIA

Start: 08.06.2026

➤ **Kaufmännische Umschulungen: Kaufleute für**

Büromanagement IHK
SAP · IC DL · DATEV · TOEIC

Industriekaufleute IHK
IC DL Profile · SAP-Zertifizierung

E-Commerce IHK
Scrum-Master · 6 WE-Zertifizierungen

IT-Systemmanagement IHK
ITIL · CompTIA · Oracle

Spedition & Logistik IHK
SAP · IC DL Profile · TOEIC



Wendenstraße 21 · 20097 Hamburg · Tel. (040) 23 85 83 78-0 · www.cbw-weiterbildung.de

● KI-ABENDSCHULUNGEN · 2026

mit

JOBWOCHE

Start Juli 2026

Aus Neugier wird **Vorsprung.**

An einem Abend lernen, was andere in Wochen recherchieren. Zwölf Intensivmodule, die Künstliche Intelligenz direkt in Ihren Berufsalltag bringen – praxisnah, persönlich, sofort einsetzbar.

3,5 hKOMPAKTE
ABENDZEIT**10**EXKLUSIVE
PLÄTZE**129 €**

PRO MODUL

12THEMEN-
MODULE

Warum diese Abende funktionieren.

DAS KONZEPT

Kein überfrachteter Frontalunterricht. Keine trockene Theorie. Stattdessen ein Format, das gezielt auf **Feierabend-Energie** ausgelegt ist – und Sie schon nach dem ersten Abend mit echten, anwendbaren Ergebnissen nach Hause gehen lässt.



Mini-Gruppen, maximale Wirkung

Maximal zehn Teilnehmende. So bleibt Zeit für Ihre Fragen, Ihre Tools, Ihre Beispiele – und für persönliche Fehlerkorrektur in Echtzeit.



Handlungsorientiert ab Minute eins

Sie lösen berufsnahe Aufgaben direkt in der Software. Lernen durch Tun, nicht durch Zuhören – exakt das, was nach acht Stunden Arbeitstag noch trägt.



Zwei Level, klare Wahl

Modul 1 für einen souveränen Einstieg. Modul 2 für die Orchestrierung kompletter Arbeitsabläufe. Sie entscheiden, wie weit Sie gehen wollen.



Faire, transparente Preise

129 € pro Modul. Punkt. Geeignet für Selbstzahler genauso wie für Weiterbildungsbudgets – ohne Abo, ohne Bindung, ohne Kleingedrucktes.

SO LÄUFT IHR ABEND AB

18:00 – 18:45	Onboarding & Einordnung	Ankommen, Technik einrichten, Thema in Ihren Berufsalltag einbetten.
18:45 – 19:30	Geführte Praxis	Erste eigene Schritte unter direkter Anleitung – mit sofortigem Feedback.
19:30 – 19:45	Pause	Kurz durchatmen, Austausch mit der Gruppe, Gelerntes setzen lassen.
19:45 – 20:45	Deep Dive & eigener Transfer	Sie arbeiten an Ihren echten Fällen – aus Ihrem Unternehmen, aus Ihrem Alltag.
20:45 – 21:30	Sicherheit, Recht & Q&A	Datenschutz, Compliance und offene Fragen – damit Sie morgen sorgenfrei loslegen.

Ihre zwölf Türen zur KI-Welt.

THEMEN 1 & 2

Sechs Zielgruppen. Zwei Level pro Thema. Buchbar einzeln, kombinierbar zum Gesamtpfad. Jedes Modul ist ein abgeschlossener Abend – mit klarem Ergebnis.

01

MODULREIHE

KI für Büroassistentz & Administration

MODUL 1 · EINSTEIGER

Mo 06.07.

Grundlagen & strukturierter Einsatz in der Administration

Lassen Sie die KI tun, was Sie nicht mehr tun wollen: Protokolle zusammenfassen, Korrespondenz vorschreiben, Anfragen triagieren – souverän, sicher und ohne Datenschutzfallen.

- ▶ Strukturierte Prompts für Ihre tägliche Praxis
- ▶ Dokumente & E-Mail-Verläufe intelligent auswerten
- ▶ Klare Regeln zum Umgang mit sensiblen Daten

MODUL 2 · FORTGESCHRITTEN

Mo 13.07.

Dokumentenverarbeitung & Workflow-Automatisierung

Machen Sie aus Ihrem Posteingang eine Maschine. Eingehende Anfragen werden analysiert, priorisiert, strukturiert – Sie geben nur noch frei. Bearbeitungszeiten sinken spürbar.

- ▶ Intelligent Document Processing in der Praxis
- ▶ Low-Code-Workflows für die automatisierte Inbox
- ▶ Sauberer Übergang zu CRM- und ERP-Systemen

02

MODULREIHE

KI für Social-Media-Unterstützung

MODUL 1 · EINSTEIGER

Di 06.07.

Content-Kreation, Design & Redaktionsplanung

Ein Kernthema – daraus in Minuten ein LinkedIn-Post, ein Instagram-Karussell und ein TikTok-Skript. In der Tonalität Ihrer Marke. Schluss mit dem weißen Blatt.

- ▶ Ihre Brand Voice als wiederverwendbarer KI-Baustein
- ▶ Visuelle Skalierung für alle Plattformen
- ▶ Redaktionsplan für einen ganzen Monat – an einem Abend

MODUL 2 · FORTGESCHRITTEN

Di 14.07.

Multi-Channel-Workflows & Community-Management

Heben Sie Ihre Social-Media-Arbeit von operativ auf strategisch. Echtzeit-Sentiment, automatisierte Freigaben, intelligenter Kundenservice – mit System.

- ▶ Plattformübergreifende Veröffentlichungsketten
- ▶ Advanced Social Listening & Trend-Erkennung
- ▶ KI-Agenten für Standardanfragen in Direktnachrichten

Für Ihren konkreten Alltag.

THEMEN 3 & 4

Selbstständig, in der Gastronomie – oder einfach alles gleichzeitig? Diese beiden Modulreihen adressieren genau die Menschen, die morgens öffnen und abends schließen.

03

MODULREIHE

KI für Einzelunternehmer & Kleinunternehmen

MODUL 1 · EINSTEIGER

Mi 08.07.

Ihr digitales KI-Fundament – der Solopreneur-Stack

Wenn Sie Marketing, Vertrieb und Buchhaltung in Personalunion stemmen, zählt jede Stunde. Wir bauen Ihren persönlichen Werkzeugkasten – pragmatisch und kostenbewusst.

- ▶ Ein kuratierter Stack – oft unter 30 € pro Monat
- ▶ Inbox Zero durch intelligente E-Mail-Triage
- ▶ Schlankes CRM statt Excel-Chaos

MODUL 2 · FORTGESCHRITTEN

Mi 15.07.

Autonome Workflows & tiefe CRM-Automatisierung

Beschleunigen war gestern. Wir bauen Prozesse, die ohne Sie laufen: vom Web-Lead bis zur personalisierten Follow-up-Mail – End-to-End, ohne manuelles Kopieren.

- ▶ Trigger-Action-Logik verstehen und live aufbauen
- ▶ Lead-Scoring und Forecasts durch KI-Assistenten
- ▶ Skalierung ohne Endlosschleifen – sauber orchestriert

04

MODULREIHE

KI für die Gastronomie

MODUL 1 · EINSTEIGER

Do 09.07.

Digitale Effizienz in Küche, Service & Marketing

Ohne IT-Vorkenntnisse, ohne Schnickschnack. Sie gehen mit fertigen Antworten auf Gästebewertungen, einer modernen Speisekarte und einer Reihe zeitsparender Routinen nach Hause.

- ▶ Souveränes Review- und Kommunikationsmanagement
- ▶ Professionelle Gastro-Grafiken ohne Agentur
- ▶ Sprachsteuerung für Inventur und Notizen

MODUL 2 · FORTGESCHRITTEN

Do 16.07.

Datengestützte Personalplanung & Betriebsführung

Schichten, Bestand, Reservierungen: Dieses Modul macht KI zu Ihrem stillen Geschäftsführer im Hintergrund – und entlastet Ihr Team genau da, wo es am meisten brennt.

- ▶ Prädiktive Planung statt Bauchgefühl
- ▶ KI-Telefonassistenten für Reservierungen
- ▶ Weniger Foodwaste, klügeres Recruiting

Für zuhause. Und für Profis.

THEMEN 5 & 6

Zwei Welten, die selten im selben Prospekt stehen – und doch beide gefragt sind: digitale Souveränität für den Alltag auf der einen Seite, echte Webentwicklung mit KI-Assistenz auf der anderen.

05 MODULREIHE KI für Privatpersonen

MODUL 1 · EINSTEIGER **Fr 10.07.**

Der Basiskurs für den Alltag – KI-Entdecker

Ohne Vorkenntnisse, ohne Druck. Die KI wird zu Ihrem geduligen Tutor, Planer und Ratgeber – vom Wocheneinkauf bis zur Urlaubsplanung. Und Sie behalten die Kontrolle.

- ▶ Dialog mit der KI für echte Alltagsprobleme
- ▶ Intelligente Recherche jenseits der Suchmaschine
- ▶ Medienkompetenz: Halluzinationen erkennen

MODUL 2 · FORTGESCHRITTEN **Fr 17.07.**

Kreative Projekte & Datensouveränität

Eigene Bilder, eigene Texte, eigener Stil – und das Wissen, wie Sie Ihre Privatsphäre in der KI-Welt wirklich schützen. Für alle, die mehr wollen als „ein bisschen ChatGPT“.

- ▶ Bildgenerierung mit Stil, Licht und Konsistenz
- ▶ Persönliche Dokumente sicher analysieren lassen
- ▶ DSGVO, AI Act & Opt-out für Privatnutzer

06 MODULREIHE Webentwicklung: WordPress-Seiten mit Claude

MODUL 1 · EINSTEIGER **Sa 11.07.
10 - 14 Uhr**

Content-Pipelines & codefreie Automatisierung

Vom rohen Thema zum fertigen, SEO-gerechten Blogbeitrag – direkt in Ihrem WordPress, auf Knopfdruck. Ohne eine Zeile Code zu schreiben.

- ▶ Sichere KI-Integration direkt im WP-Backend
- ▶ Formularbasierte Trigger für Ihre Redaktion
- ▶ Automatisierte Beitragserstellung in Echtzeit

MODUL 2 · FORTGESCHRITTEN **Di 14.07.
10 - 14 Uhr**

Architektur, Themes & Plugins mit Claude Code

Für alle, die tiefer gehen wollen: Sie lassen die KI Ihre Theme-Dateien lesen, verstehen und anpassen – und bauen ein eigenes, maßgeschneidertes Plugin an einem Abend.

- ▶ Moderne KI-Kommandozeile statt Copy-&-Paste
- ▶ Full Site Editing auf aktuellem Stand
- ▶ Individuelle Plugins per Prompt – live geführt

**Ein Abend. Ein Preis.
Ein Sprung nach vorn.**

**IHRE
BUCHUNG**

€ **129**

PRO TEILNEHMER · PRO MODUL

- ✓ 3,5 Stunden Intensivschulung am Abend
- ✓ Erfahrener Dozent als Lernbegleiter
- ✓ Direkter Praxistransfer auf Ihre Fälle
- ✓ Exklusive Gruppe mit max. 10 Personen
- ✓ Temporäre Zugänge zu benötigten KI-Tools
- ✓ Einzeln buchbar – kein Abo, keine Bindung

Sichern Sie sich Ihren Platz.

Mit nur zehn Plätzen pro Abend sind die Module schnell ausgebucht. Reservieren Sie jetzt Ihr Wunschmodul – für sich selbst, für Ihr Team oder als Weiterbildungsbudget Ihres Unternehmens. Wir beraten Sie gern auch zur passenden Kombination für Ihren Entwicklungspfad.



E-MAIL

info@jobwoche.de



TELEFON

040-6466616/0



ONLINE

<https://schulungen.jobwoche.de>

Wie erleben Sie KI im Alltag?

Wir möchten es genauer wissen und führen dazu eine kurze Umfrage durch.

Scannen Sie den für Sie passenden QR-Code – je nachdem, ob Sie für ein Unternehmen antworten oder als Privatperson.

Die Teilnahme dauert 4 Min. und ist anonym.



Umfrage für Unternehmen



Umfrage für Privatpersonen

Endlich sagt's mal jemand: Ohne Klatsch und Tratsch läuft nichts.

Hast du schon gehört?

Ein Plädoyer für ehrlichen Bürotratsch

Offiziell lebt ein Unternehmen von Strategie, Struktur und sauber dokumentierten Prozessen. Inoffiziell lebt es von Sabine aus der Buchhaltung, die „nur mal kurz was gehört hat“. Klatsch und Tratsch sind im Büro ungefähr so beliebt wie der Satz „Lass uns das nochmal in Ruhe abstimmen“ – keiner gibt's gern zu, aber alle machen mit. Und das aus gutem Grund: Der Flurfunk ist oft effizienter als jede Führungskräfte-Runde. Zeit, das Offensichtliche auszusprechen: Lästern ist kein Problem. Es ist ein Feature.



informelles Stressmanagement-Tool. Kostenlos, sofort verfügbar und ohne HR-Antrag.

Nebenwirkungen:
Gelegentliches Kichern.

Die Antwort findet man selten im Intranet – aber zuverlässig zwischen Kaffeemaschine und Türrahmen - Kommunikation pur oder investigativer Journalismus, nur ohne Presseausweis.

komplett ab. Die Kunst besteht nicht darin, sie abzuschaffen (viel Erfolg dabei), sondern sie halbwegs elegant zu nutzen: mit Humor, einem Mindestmaß an Fairness – und der gelegentlichen Selbstironie, wenn man merkt, dass man gerade selbst Thema ist.

Wer mitlästert, gehört dazu

Vergessen Sie Teambuilding-Seminare mit Fallübungen. Echte Nähe entsteht, wenn jemand leise sagt: „Ganz ehrlich...“ – und dann geht's los.

Wer gemeinsam die Augen verdreht, pflegt Beziehungsmanagement. Shakespeare hätte es nicht besser schreiben können. Oder zumindest nicht kürzer.

Emotionale Selbstverteidigung

Man kann seinen Frust runterschlucken – oder ihn „stilvoll“ im Flur entsorgen. Klatsch ist dabei nichts anderes als ein

Wertekompass deluxe

Unternehmen haben Leitbilder. Teams haben Klatsch.

Während irgendwo „Respekt“ an der Wand hängt, wird im Hintergrund ziemlich genau definiert, was wirklich geht – und was gar nicht. Wer sich danebenbenimmt, wird nicht gemeldet. Er wird besprochen. Gründlich.

Informationseffizienz für Profis

Die wichtigste Frage im Büro ist nicht „Was steht im Protokoll?“, sondern „Was wurde nicht ins Protokoll geschrieben?“

Teamgefühl – jetzt wird's heikel

Nichts schweiß't mehr zusammen als ein gemeinsames „Hast du das auch so erlebt?!“ Klatsch ist sozialer Sekundenkleber. Leider klebt er nicht nur nach innen, sondern grenzt auch nach außen ab. Kurz gesagt: Wer nicht mitredet, wird beredet.

Fazit (leicht ironisch, aber leider wahr):

Klatsch und Tratsch sind das inoffizielle Betriebssystem jedes Büros. Sie laufen im Hintergrund, verbrauchen kaum Ressourcen und stürzen nie

Denn seien wir mal ehrlich

Wer behauptet, nie zu lästern, hat entweder kein Team – oder wird gerade woanders besprochen. Klatsch ist kein Betriebsunfall – er ist Teil der Unternehmenskultur.

Die Frage ist nicht, ob getratscht wird, sondern ob mit Stil. Wer es schafft, zwischen Humor, Frustabbau und Fairness zu balancieren, nutzt den Flurfunk als das, was er sein kann: ein erstaunlich effektives Werkzeug für Zusammenhalt.

Text: Michael Kudal

So bleiben Sie sichtbar im HOME OFFICE

Virtuelle Kaffeepause statt Flurfunk: Wie privater Austausch und gezielte Verabredungen Ihre Chancen auf den nächsten Karriereschritt im Homeoffice deutlich verbessern können.

Das Büro ist ein sozialer Ort. Wer im Homeoffice sitzt, hat einen entscheidenden Nachteil: Austausch findet nicht automatisch statt. Ein Karriere-Nachteil? Unter Umständen.

Digital mit Kollegen kommunizieren

Nutzen Sie E-Mail, Telefon, und Videokonferenzen. «Informieren Sie Ihre Kollegen über Projektstatus, Erfolge oder neue Ideen», so der Experte. Noch besser: Über den rein fachlichen Austausch hinaus kommunizieren, beispielsweise bei virtuellen Kaffeetreffen oder Mittagspausen.



Foto: nenetus/stock.adobe.com

Warum auch privater Austausch der Karriere hilft?

Menschen arbeiten lieber mit Kollegen zusammen, die sie auch persönlich mögen. Gespräche über Hobbys, Familie, Reisepläne und gemeinsame Interessen sind ein guter Gradmesser dafür, ob man gut miteinander kann.

Schlechte Nachrichten für eingeleistete Homeoffice-Fans: Ganz

ohne das Haus zu verlassen, geht es (vermutlich) nicht mit der Karriere voran.

Vereinbaren Sie regelmäßige Treffen mit dem Team

Treffen vor Ort wirken oft anders als virtuelle Kommunikation. Wer sein Team regelmäßig sieht, stärkt die Beziehung zu seinem

Team und Mitarbeitern im ganzen Unternehmen. Es spricht allerdings nichts gegen Effizienz: Wer strategisch klug agieren will, kann gleich mehrere Treffen vereinbaren und muss so seltener vor Ort sein.

An Branchentreffen und Konferenzen teilnehmen

Sorgen Sie für die Zukunft vor: Wer seine Sichtbarkeit nach außen, also außerhalb der Firma, erhöht, steigert seinen Marktwert. Das ist sowohl für die Verhandlungsposition beim Chef gut, als auch im Falle eines Jobwechsels. Und was hilft, um wirklich wahrgenommen zu werden? Genau, netzwerken auf Branchentreffen oder Konferenzen. *Text: Marie von der Tann*

ANZEIGE

IMPRESSUM

Wolter-Rousseaux Media GmbH

Gutenbergring 39 - 41 | 22848 Norderstedt
 Telefon 040 6466616-00 | Telefax 040 6466616-10
 E-Mail: Info@Jobwoche.de | Web: www.Jobwoche.de

Redaktion	Sven Wolter-Rousseaux (V.i.S.d.P) Dominique Rousseaux
Büro/Vertrieb	André Mellmann, Christian Zerbst
Media-Beratung	Benjamin Herzog, Benedikt Rousseaux Eric Arendt
Anzeigengrafik	Beate Kock, Petra Ostarhild
Web-Technik	Dirk Läbisch
Presse	Michael Kudal

Genderhinweis

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird auf die gleichzeitige Verwendung der Sprachformen männlich, weiblich und divers (m/w/d) verzichtet. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichermaßen für alle Geschlechter.

Jetzt Berufskraftfahrer werden!



Kraftfahrer im Personenverkehr (TQ3)
 **Bus-Führerschein D/DE**

Kraftfahrer im Güterverkehr (TQ1)
 **LKW-Führerschein C/CE**

Außerdem bieten wir folgende Kurse/Ausbildungen an:

- Fahrlehrer BE, A, CE, DE
- Führerscheinausbildung C1E, C/CE, D
- Modulschulungen
- Weiterbildungen
- Inhouse-Schulungen

Ausbildungszentrum für Logistik und Verkehr

Johannes-Gutenberg-Str. 1
 22941 Bargteheide
 04532/288600
 info@alv-nord.de

Hans-Böckler-Ring 23b
 22851 Norderstedt
 Telefon: (040) 325 90 423
 info@alv-nord.de

 www.alv-nord.de

 [alv.nord](https://www.instagram.com/alv.nord)

 **Ausbildungszentrum für Logistik und Verkehr GmbH**

ALV ORDN. ZERTIFIZIERT NACH
AZAV
DUKULASSIFIZIERTE BILDUNGSANSTALTEN

Karrierecheck

Nutzen Sie den Schwung im Mai

„Alles neu macht der Mai“. Wenn die warmen Sonnenstrahlen die Welt in ein freundliches Licht tauchen, beginnt nicht nur die Natur zu blühen, sondern auch die Zeit, in der frische Ideen leise anklopfen.



Foto: IMAGES HUB/stock.adobe.com und KI

Geben Sie Ihrem Berufsweg gezielt neue Impulse.

Vielleicht spüren Sie es: Diese besondere Aufbruchsstimmung, die in der Luft liegt. Sie schenkt Ihnen die wunderbare Gelegenheit, neue Akzente zu setzen, alte Muster hinter sich zu lassen und Ihre Karriere mit einem Hauch von Leichtigkeit neu auszurichten. Unternehmen starten jetzt oft mit frischem Elan in neue Projekte und halten Ausschau nach engagierten Persönlichkeiten – eine charmante Einladung, Ihren eigenen Marktwert neu zu entdecken und selbstbewusst zu präsentieren.

Der richtige Zeitpunkt für Veränderungen

Es mag verlockend erscheinen, Veränderungen in der Karriere erst dann zu planen, wenn der Druck des aktuellen Jobs steigt. Solche überstürzten Entscheidungen führen jedoch oft zu unüberlegten Schritten. Besser ist es, den Arbeitsmarkt aktiv zu beobachten und gezielte Entscheidungen zu treffen - für einen zielführenden Weg.

Ehrliche Bestandsaufnahme: Drei zentrale Fragen

Hinterfragen Sie sich kritisch, um Ihr Karriereziel zu erreichen.

1. Energie-Check: Was bereitet Ihnen Freude? Wo kommen Ihre Stärken zum Tragen? Und welche Aufgaben sind eher eine Belastung? Ein offenes Gespräch mit einem Mentor oder erfahrenen Kollegen kann helfen, die eigenen Prioritäten klarer zu definieren.

2. Wachstums-Check: Spüren Sie eine Stagnation? Lernen Sie noch Neues? Ein Umfeld ohne Entwicklungschancen kann auf Dauer demotivierend sein. Suchen Sie Weiterbildungsangebote oder Mentoring-Programme. Diese Engagements zeigen nicht nur Ihre Bereitschaft zur Weiterentwicklung, sondern auch Ihr Interesse an gefragten Fähigkeiten.

3. Perspektiven-Check: Gibt es in Ihrem Unternehmen klare Entwicklungsmöglichkeiten für das kommende Jahr? Falls nicht, sollten Sie sich nach

anderen Aufgaben umsehen. Ein Austausch mit Vorgesetzten über Ihre Karriereziele kann helfen zu klären, ob Ihre Ambitionen und die Unternehmensziele im Einklang stehen.

Risiken und Chancen auf dem Arbeitsmarkt

Die Analyse des Arbeitsmarktes beleuchtet nicht nur aktuelle Trends, sondern auch gesuchte Fähigkeiten. Unternehmen legen zunehmend Wert auf Soft Skills und technologisches Know-how. Flexibilität, Teamarbeit und Anpassungsfähigkeit sind gefragt wie nie. Fokussieren Sie sich auf Ihre Stärken, und entwickeln Sie neue Fähigkeiten.

Persönliches Wachstum und Resilienz

Ein Wechsel in der Karriere kann eine Chance für persönliches Wachstum sein. Jedoch bringt jede Veränderung Unsicherheiten mit sich. Um mit diesen Herausforderungen umzugehen, ist es wichtig, die eigenen mentalen Ressourcen zu aktivieren und Resilienz zu entwickeln.

Techniken wie Achtsamkeit und die regelmäßige Reflexion über persönliche Fortschritte helfen, den Fokus zu behalten und die Lernmöglichkeiten zu nutzen.

Praktische Schritte zur Umsetzung

Um die oben genannten Überprüfungen erfolgreich umzusetzen, ist eine strategische Planung notwendig. Nehmen Sie sich die Zeit, um an einem ruhigen Ort nachzudenken oder notieren Sie Ihre Erkenntnisse. Ein professionelles Netzwerk bietet wertvolle Perspektiven.

Der Mai symbolisiert das Frühjahr und steht für einen Neuanfang – nutzen Sie den Mai als "Karriere-Booster", in dem Sie berufliche Perspektiven neu bewerten. Sehen Sie einen möglichen Jobwechsel als Chance zur Selbstverwirklichung. Wenn Sie Ihre Situation ehrlich prüfen und entschlossen handeln, können Sie Ihrer Karriere neuen Schwung verleihen und aktiv die Richtung Ihrer beruflichen Laufbahn gestalten.

Text: Michael Peschel

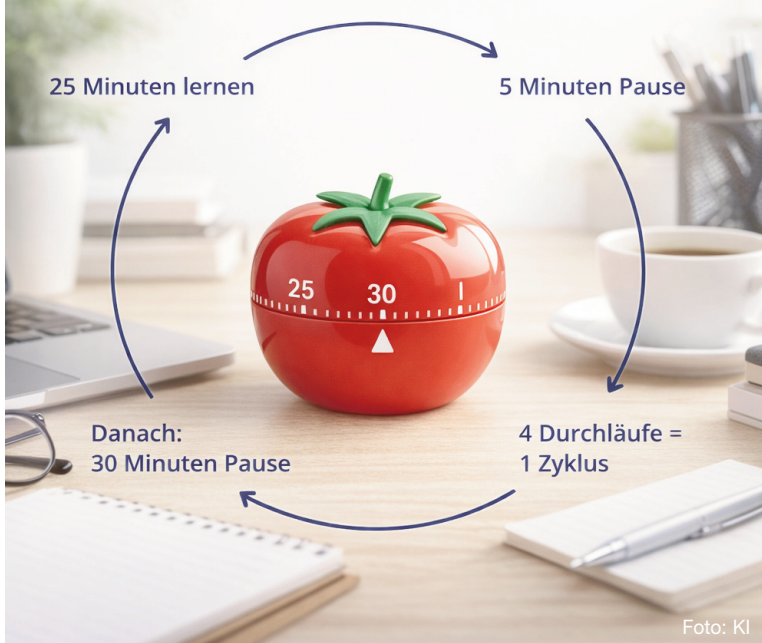
Struktur durch Arbeitstechnik

Effizienz steigern mit der Pomodoro-Methode

Wer kennt es nicht: Wir alle haben mit Deadlines zu kämpfen. Und viele von uns schieben unliebsame Aufgaben gern auf. Doch: Je größer der Berg an To-Dos wird, desto schwerer wird es, sie anzugehen.

Stellen Sie einen Timer (zum Beispiel Küchenwecker oder Handy) auf 25 Minuten ein. Arbeiten Sie konzentriert an der Aufgabe. Lassen Sie sich nicht ablenken. Notieren Sie störende Gedanken allenfalls kurz.

Die Pomodoro Technik



Helfen kann dann eine Arbeitstechnik wie die Pomodoro-Methode.

Pomodoro bedeutet auf Italienisch Tomate und bezieht sich auf eine tomatenförmige Eieruhr, die dem Erfinder der Methode Francesco Cirillo geholfen hat, seine Aufgaben in festen Zeitblöcken abzuarbeiten. So geht es:

1.

Unterteilen Sie Ihr Vorhaben in kleinere Aufgaben und erstellen Sie eine To-Do-Liste geordnet nach Priorität. Schätzen Sie die Zeit ab, die Sie benötigen, um die einzelnen Aufgaben abzuarbeiten.

2.

Wählen Sie eine Aufgabe aus, die Sie erledigen möchten.

3.

Klingelt die Uhr nach Ablauf der Zeit, markieren Sie Ihr Arbeitspapier oder Ihre Textdatei mit einem X, sodass Sie dort später weitermachen können. Machen Sie drei bis fünf Minuten Pause. Entspannen Sie sich, schalten Sie ab. Zum Beispiel, indem Sie sich kurz bewegen.

4.

Dann folgt die nächste 25-Minuten-Einheit. Nach vier Einheiten (etwa zwei Stunden Arbeitszeit also) sollte eine größere Pause von etwa 15 bis 30 Minuten folgen.

Realistisch ist es, mit etwa acht bis zwölf maximalen Pomodoro-Einheiten pro Tag zu kalkulieren.

Text: Marie von der Tann, dpa

Über den Tellerrand hinaus schauen und neue berufliche Chancen entdecken!



Kaufmännische Umschulungen im dualen System

- Fachkraft für Lagerlogistik (m/w/d)
- Immobilienkaufmann (m/w/d)
- Kaufmann (m/w/d) für Büromanagement
- Kaufmann (m/w/d) im Gesundheitswesen
- Kaufmann (m/w/d) für Groß- und Außenhandelsmanagement
- Kaufmann (m/w/d) für Spedition und Logistikdienstleistung
- Kaufmann (m/w/d) im E-Commerce
- Rechtsanwaltsfachangestellte (m/w/d)
- Kaufmännische Grundkompetenzen
- Nachholen des Berufsabschlusses in 6 Monaten



umschulung-grone.de

Infoveranstaltung:
Jeden Mittwoch um 10 Uhr.
Unverbindlich & ohne Anmeldung!

Kaufmännische Fachqualifizierungen und Fachwirte

- Ausbildung der Ausbilder nach AEVO (IHK)
- Fachkraft (m/w/d) für Finanz- und Lohnbuchhaltung
- Handelsfachwirt (m/w/d) (IHK)
- Wirtschaftsfachwirt (m/w/d) (IHK)

Fachkräfte mit IHK-Zertifikat

- Fachkraft (m/w/d) für Buchführung (IHK)
- Fachkraft (m/w/d) für betriebliches Rechnungswesen (IHK)
- Fachkraft (m/w/d) für Personal (IHK)
- Fachkraft (m/w/d) für Bürowirtschaft (IHK)
- Officemanager (m/w/d) (IHK)
- Webentwickler(m/w/d) (IHK)
- Web-Designer (m/w/d)



grone-wirtschaftsakademie.de

Gesundheits- und Sozialberufe

- Gesundheits- und Pflegeassistent (m/w/d), 16 Monate
- Betreuungskraft (m/w/d) nach §43b, 53c SGB XI, 9 Wochen
- Ausbildung zur Pflegefachkraft



grone-geso.de

Aus- und Weiterbildungen

- Jobperspektive - intensives Einzelcoaching
- Hauptschulabschluss/ESA (auch speziell für Migranten m/w/d)
- Umschulung zum Maßschneider (m/w/d)
- NEXT STEP! Jobcoaching für Migrant:innen
- Assistierte Ausbildung

Die Grone-Bildungszentren Hamburg finden Sie im **Heinrich-Grone-Stieg 1-4, 20097 Hamburg**
S-Bahnhaltestelle Hammerbrook (City-Süd)



Rufen Sie uns an unter: 040 23703-0

Weitere Infos: www.grone.de/hamburg

11 Irrtümer über die Krankschreibung

Was gilt wirklich?

Braucht man wirklich erst ab dem dritten Tag ein Attest? Und schützt eine Krankschreibung vor Kündigung? Was bei Krankheit im Job wirklich gilt und was ins Reich der Mythen gehört.

Mythos 1

Ein Attest braucht es erst ab dem dritten Tag

Wer krank wird, muss sich unverzüglich krankmelden – gesetzlich vorgeschrieben muss spätestens am vierten Kalendertag zusätzlich eine ärztliche Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung vorgelegt werden. Doch das heißt nicht, dass der Arbeitgeber eine AU-Bescheinigung nicht schon vorher fordern kann. Eine AU darf der Arbeitgeber tatsächlich vom ersten Tag an verlangen.

Mythos 2

Der Arbeitgeber muss die Diagnose erfahren

Egal, ob Erkältung, Infekt oder Kopfschmerzen, weshalb Arbeitnehmer arbeitsunfähig sind, muss der Arbeitgeber grundsätzlich nicht erfahren. Was jedoch klar kommuniziert werden muss, ist, wie lange die Krankmeldung anhalten soll.

Den voraussichtlichen Zeitraum gibt die arbeitsunfähige Person erst einmal selbst an. Sollte dann ein Arztbesuch stattfinden, muss die Einschätzung des Arztes an

den Arbeitgeber weitergegeben werden. Bei gesetzlich Versicherten ruft der Arbeitgeber die AU-Daten inzwischen in der Regel selbst ab.

Mythos 3

Eine Krankschreibung kann nicht abgelehnt werden

Wer sich mit einer AU-Bescheinigung krankmeldet, muss sich in der Regel keine Sorgen darum machen, dass der Arbeitgeber sie nicht akzeptiert. Denn eine AU-Bescheinigung hat einen hohen Beweiswert, der nur durch ernsthafte und begründete Zweifel widerlegt werden kann.

Zweifel können sich etwa bei auffällig häufigen Krankmeldungen unmittelbar um den genommenen Urlaub herum ergeben. Oder auch, wenn der Arbeitnehmer nach einer Auseinandersetzung eine Arbeitsunfähigkeit ankündigt. Wer so agiert, riskiert arbeitsrechtliche Konsequenzen.

Mythos 4

Wer krank ist, muss zu Hause bleiben

Wer krankgeschrieben ist, muss

nicht unbedingt Zuhause bleiben. Hauptsächlich ist wichtig, dass man nichts unternimmt, was die Genesung verzögern könnte. Kurz zum Supermarkt oder zur Apotheke zu gehen, ist kein Problem. Je nach Grund für die Krankmeldung sind selbst ein Kinobesuch oder andere Freizeitbeschäftigungen zulässig.

Mythos 5

Wer krank ist, dem kann nicht gekündigt werden

Eine Krankschreibung schützt nicht vor einer Kündigung. Wer also krankgemeldet ist, darf in der Regel trotzdem gekündigt werden. In seltenen Fällen kann die Krankheit sogar ein Grund für die Kündigung sein.

Dies kann beispielsweise bei einer Suchterkrankung der Fall sein. Dafür muss jedoch unter anderem gegeben sein, dass die Prognose negativ ist, und es sich um längere oder häufige Ausfallzeiten (oft mehr als sechs Wochen jährlich) handelt.

Entscheidend sind zudem eine erhebliche betriebliche Beeinträchtigung sowie eine Interessenabwägung.

Mythos 6

Während ich weg bin, darf der Chef meine Mails lesen

Hier kommt es darauf an, ob das Postfach nur für berufliche Themen genutzt wird, oder aber auch privat. Wenn das Postfach ausdrücklich nur beruflich verwendet werden darf, kann ein Zugriff unter bestimmten Voraussetzungen zulässig sein.

Mythos 7

Der Arbeitgeber kann eine andere Tätigkeit anweisen

Eine AU bedeutet zunächst einmal keine Arbeitspflicht. Der Arbeitgeber kann nicht ohne weiteres verlangen, dass jemand statt physisch anstrengender Arbeit einfach am Schreibtisch arbeitet. Denkbar ist eine andere Tätigkeit unter Umständen, wenn ein Arzt geprüft hat, ob bestimmte Aufgaben möglich sind, ohne der Heilung zu schaden. Dann kann ggf. eine andere Arbeitstätigkeit zugewiesen werden.

Mythos 8

Wer wieder fit ist, muss sofort wieder arbeiten



Krankschreibung ist ein umfassendes Thema für Arbeitnehmer und Arbeitgeber.

Foto: Wfstudio Leushin N/stock.adobe.com

Wer vom Arzt noch krankgeschrieben ist, sich aber wieder fit fühlt, muss nicht sofort wieder arbeiten. Denn der Beweiswert der AU-Bescheinigung gilt auch weiterhin. Man darf aber wieder arbeiten.

Mythos 9

Wer wieder arbeiten will, braucht eine Gesundheitschreibung

Arbeitnehmer dürfen vorzeitig wieder arbeiten, wenn sie sich gesund fühlen. Eine Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung ist kein Arbeitsverbot.

Ist die Arbeitsfähigkeit schon früher als gedacht wieder hergestellt, dürfen und sollten krankgeschriebene Arbeitnehmer wieder arbeiten. Eine Gesundheitschreibung als Gegenstück zur Krankschreibung gibt es nicht.

Mythos 10

Für eine Krankschreibung muss ich immer zum Arzt gehen

Falsch: Eine Arbeitsunfähigkeit kann grundsätzlich auch per Videosprechstunde oder in bestimmten Fällen telefonisch fest-

gestellt werden. Voraussetzung ist, dass die Beschwerden auch ohne körperliche Untersuchung ausreichend beurteilt werden können.

Dabei gelten jedoch Einschränkungen: Eine Krankschreibung per Videosprechstunde ist in der Regel nur für einen begrenzten Zeitraum möglich. Telefonische Krankschreibungen sind meist nur bei bekannten Patienten und bei leichten Erkrankungen zulässig. Die genauen Voraussetzungen und Höchstdauern können sich je nach aktueller Regelung unterscheiden.

Mythos 11

Wer arbeitslos ist, muss sich nicht krankmelden

Arbeitslose müssen sich krankmelden - bei der Bundesagentur für Arbeit oder beim Jobcenter. Auch hier muss ab dem vierten Krankheitstag eine ärztliche Bescheinigung eingereicht werden.

Dadurch stellen sie sicher, dass sie auch im Krankheitsfall weiter Arbeitslosengeld bekommen. Wer seine Krankheit nicht meldet, riskiert Leistungskürzungen.

Text: Lukas Möller, dpa

Darf ich einfach freimachen, wenn meine Kollegen streiken

Unter Umständen kann ich es mir auf dem Sofa bequem machen - und das sogar bezahlt. Denn: «Es ist die unternehmerische Entscheidung des Arbeitgebers, den Betrieb für die nicht streikenden Kollegen zu schließen», informiert die Arbeitnehmerkammer Bremen. Hierfür muss er den Kolleginnen, die nicht streiken, das Entgelt weiterzahlen.

Das ist die Rechtsgrundlage
Sofern ich meinem Arbeitgeber meine Arbeitskraft angeboten

habe und er den Betrieb wegen des Streikes dennoch schließt, besteht auch Anspruch auf Entgelt. Die Rechtsgrundlage hierfür ist § 615 Satz 3 BGB und unter dem Stichwort «Betriebsrisiko des Arbeitgebers» zu finden.

Kollegen, die am Streik teilnehmen, bekommen dagegen kein Geld vom Arbeitgeber. Sind sie allerdings Gewerkschaftsmitglieder, haben gegenüber ihrer Gewerkschaft Anspruch auf Streikausfallgeld. *Text: M. v. d. Tann*

ANZEIGE

POTENTIAL

KARRIERE

ZIEL

GFS Steuer- und Wirtschaftsfachschule

Steuerberater (StBK) – Vorbereitung
Starttermine | Online-Vollzeitkurs ab 26. Mai 2026
 Online-Examenskurs ab 20. Juli 2026

Steuerfachwirt (StBK) – Vorbereitung
Starttermine | Online-Grundkurs ab 1. Oktober 2026
 Online-Abendkurs ab 6. Oktober 2026
 Samstagkurs ab 10. Oktober 2026

Bilanzbuchhalter (IHK) – Vorbereitung
Starttermine | Online-Samstagkurs ab 5. September 2026
 Online-Abendkurs ab 7. September 2026

Bilanzbuchhalter International (IHK) – Vorbereitung
Starttermine | Online-Crashkurs ab 18. Mai 2026
 Abendkurs ab 2. Juni 2026

Steuerfachangestellte/-r (StBK) – Vorbereitung
Starttermine | Vollzeitkurs ab 8. Juni 2026
 Test-30-Kurs ab 1. August 2026

Fachkurs Buchhaltung mit Aufbaukurs
Starttermin | Teilzeitkurs 18. Mai 2026 bis 8. Februar 2027

Intensives Grammatiktraining Deutsch B2/C1
Starttermin | 27. April bis 21. Mai 2026 (4 Wochen)

Intensives Sprechtraining Deutsch B2/C1
Starttermin | 1. Juni bis 24. Juni 2026 (4 Wochen)

Allgemeiner Integrationskurs Deutsch A1.1 – B1.2 (g.a.s.t)
Starttermine | Laufend neue Starttermine

Tel: 040 445353
 Email: hamburg@gfs.eu
 Standort: Hermannstraße 9, 20095 Hamburg

BLEIB DRAN!

Darf mir mein Chef den Mittelfinger zeigen?



Ein prägnantes Zeichen, das nicht unbedingt eine Beleidigung ist.

Foto: master1305/stock.adobe.com

Der Mittelfinger ist sicher nicht Teil einer gepflegten Kommunikation. Eine Beleidigung ist er aber auch nicht zwingend. Zeigt mein Chef mir den Mittelfinger, kommt es stark auf den Kontext an.

Also: Zeigt mir mein Chef auf dem Bau, während wir uns über

Fußball unterhalten den Mittelfinger, kann das eine Bagatelle sein. Passiert das im Rahmen eines Meetings in gepflegter Atmosphäre, ist er womöglich eine Beleidigung. Es ist also kompliziert. Denn: Jede Beleidigung ist kontextabhängig.

Der Rat deshalb: Fühlt sich ein Mitarbeiter schikaniert oder wo-

möglich systematisch angefeindet, sollte er das ansprechen und im nächsten Schritt den Betriebsrat, Personalrat oder, sofern vorhanden, den Chef des Chefs aufsuchen. Der Arbeitgeber muss sich in jedem Fall mit der Klärung des Sachverhalts beschäftigen, wenn der betroffene Mitarbeiter sich an ihn wendet.

Um der Aussage Gewicht zu verschaffen, ist es hilfreich, sich mit Kollegen auszutauschen.

Häufig sind von solchen Anfeindungen mehrere Mitarbeiter betroffen, deren Wort gemeinsam mehr Gewicht hat.

Text: Marie von der Tann, dpa

Handy im Job

Der Arbeitgeber darf die Nutzung nicht komplett verbieten.

Kurz mal eine private Nachricht beantworten oder durch Social Media scrollen – was für viele im Alltag selbstverständlich ist, ist am Arbeitsplatz meistens unangebracht. Doch ein komplettes Handyverbot gibt es selten. Wann ist die Grenze bei der Nutzung des Smartphones also überschritten?

Meistens ist die Handynutzung am Arbeitsplatz gar nicht geregelt. Wer also kurz eine Nachricht

oder einen dringenden Anruf beantworten möchte, kann dies in der Regel auch ohne Probleme machen. Dabei sollte trotzdem darauf geachtet werden, dass die Nutzung verhältnismäßig und nur kurzzeitig stattfindet.

Handynutzung Ja, aber für Unterhaltungen Nein

Wird das Handy aber nicht für wichtige Anliegen verwendet, sondern für längere Konversa-

tionen, zum Browsen von Social Media oder als sonstiger Zeitvertreib, kann das Konsequenzen haben. Im Grunde stellt das nämlich einen Arbeitspflichtenverstoß dar. Der Arbeitgeber kann dann eine Ermahnung oder sogar eine Abmahnung aussprechen. Ein sofortiger Kündigungsgrund ist das allerdings nicht.

In einzelnen Fällen kann die Nutzung des Handys auch im

kompletten Betrieb verboten sein. Das kann etwa vorkommen, wenn es sich um einen Job im Sicherheitsbereich handelt.

Hier kann es dann klare Vorgaben geben, ob das Handy generell überhaupt benutzt werden darf, oder ob bestimmte Apps und Programme einfach nicht geöffnet und verwendet werden dürfen.

Text: Lukas Möller, dpa



Foto: Zacharie Scheurer/dpa

Arbeitszeugnis



Was diese 6 Phrasen wirklich bedeuten

Arbeitszeugnisse klingen oft positiv - weil sie es grundsätzlich müssen. Wer die Botschaften dahinter wirklich verstehen will, muss tiefer graben. Was diese sechs Sätze tatsächlich aus-sagen.

Wahrheitsgemäß, aber gleichzeitig auch wohlwollend: So muss ein Arbeitszeugnis grundsätzlich formuliert sein. Offensichtliche Kritik darf aus dem Dokument nicht herauszulesen sein. Personaler haben daher ganz eigene Formulierungen etabliert, denen nur Profis kritische Hinweise entnehmen können.

Wir haben einige von ihnen herausgepickt und erklären, welche tatsächlichen Informationen die jeweilige Zeugnissprache transportieren soll:

«Er/Sie erledigte die ihm/ihr übertragenen Aufgaben zu unserer Zufriedenheit.»

Klingt erst mal, als sei der alte Arbeitgeber zufrieden mit der Arbeitsleistung gewesen - ist aber lediglich die Schulnote 3. Die Leistung wird also maximal durchschnittlich bewertet. Was zu einer besseren Beurteilung fehlt? Die Steigerungen «stets» und «vollsten».

«Er/Sie zeigte Verständnis für seine/ihre Aufgaben.»

Bedeutet übersetzt so viel wie: Die Person wusste zwar, was zu tun gewesen wäre, konnte das aber trotzdem nicht in der gewünschten Qualität umsetzen.

«Er/Sie arbeitete mit Engagement und Interesse.»

Zu dieser Aussage fehlen konkrete Ergebnisse oder Auswirkungen des Engagements. Das kann darauf hindeuten, dass trotz hohen Einsatzes nur begrenzte Resultate zustande gekommen sind.

«Er/Sie war bemüht, den Anforderungen gerecht zu werden.»

Das ist eine der bekanntesten kritischen Zeugnis-Phrasen. Wer nur bemüht war, hat die Anforderungen in der Regel nicht erfüllt. Die Bemühung im Zeugnis-Kontext sei daher nahezu immer negativ konnotiert.

«Sein/Ihr Verhalten gegenüber Vorgesetzten und Kollegen war einwandfrei.»

Ist in der Bewertung des Sozialverhaltens nur von Vorgesetzten und Kollegen die Rede, könnte das darauf hindeuten, dass es etwa mit Kunden, externen Partnern oder sonstigen Stakeholdern Schwierigkeiten gab. Besonders kritisch ist dieser Hinweis zu deuten, wenn das Ver-

halten insgesamt nur sehr knapp bewertet wird.

«Er/Sie erledigte die Aufgaben selbstständig.»

Selbstständigkeit ist keine besondere Leistung, sondern eine Grundanforderung. Wird diese Eigenschaft im Zeugnis heraus-

gestellt ohne weitere Hinweise auf Eigeninitiative, die Übernahme von Verantwortung oder Problemlösungskompetenz zu geben, deutet das eher auf einen begrenzten Handlungsspielraum hin - und ist so in Wahrheit eher neutral bis negativ zu bewerten.

Text: Christoph Jänsch, dpa

ANZEIGE

Systemische Beratung

WAS PASST ZU MIR?

Ich unterstütze Jugendliche nach der **Schule** und Menschen in beruflicher **Neuorientung** dabei, ihre Stärken zu entdecken und passende nächste Schritte zu finden. Als studierte Redakteurin und **Erzieherin** biete ich nebenberuflich **systemische Beratung** an – ideal, um Klarheit zu gewinnen und neue Perspektiven zu entwickeln.

ICH FREUE MICH ÜBER ANFRAGEN

- online oder walk & talk in Hamburg
- beratung.mit.luedtke@gmail.com
- +49 156 797 04 725

So klappt's mit der IT-Karriere ohne Studium

Warum der IT-Einstieg heute neue Anforderungen stellt und Fähigkeiten benötigt

Ein Quereinstieg ist eine Herausforderung - vom Mittelstreckenlauf bis zum Marathon.

Bild: deagreez/stock.adobe.com

Der Einstieg in die IT-Branche ohne Studium ist längst keine Ausnahme mehr. Viele Unternehmen achten heute stärker auf praktische Fähigkeiten als auf formale Abschlüsse. Dennoch ist der Weg als Quereinsteiger kein Selbstläufer – er erfordert Eigeninitiative, Durchhaltevermögen und eine realistische Einschätzung der eigenen Chancen.

Grundsätzlich gilt: Ja, ein Quereinstieg ist möglich. Besonders in Bereichen wie Webentwicklung, IT-Support oder Datenanalyse werden motivierte Einsteiger gesucht. Online-Kurse und Bootcamps bieten Ihnen die Möglichkeit, sich gezielt Wissen anzueignen. Doch genau hier liegt auch eine Herausforderung: Der Markt ist unübersichtlich, und nicht jede Weiterbildung hält, was sie verspricht. Ein Zertifikat allein ersetzt keine praktische Erfahrung.

Ein kritischer Faktor ist die zunehmende Rolle von Künstlicher Intelligenz (KI). Tools automatisieren bereits heute einfache Programmieraufgaben, testen Codes oder generieren Inhalte. Das bedeutet: Einstiegshürden sinken teilweise, gleichzeitig steigt aber auch der Anspruch. Reine „Grundkenntnisse“ reichen oft nicht mehr aus, um sich von anderen Bewerbern abzuheben. Besonders einfache Tätigkeiten könnten stärker von KI übernommen werden.

Das heißt jedoch nicht, dass Ihre Chancen sinken – sie verschieben sich. Gefragt sind vor allem Fähigkeiten, die sich nicht so leicht automatisieren lassen: Problemlösung, kreatives Denken, Kommunikation und ein tiefes Verständnis für Systeme. Wer nur Tools bedienen kann, wird es schwerer haben als jemand, der versteht, warum etwas funktioniert.

Maßnahmen und Skills für Ihren Einstieg:

- **Fundierte Grundlagen:** Lernen Sie Programmiersprachen wie Python oder JavaScript – aber verstehen Sie auch Konzepte wie Algorithmen und Datenstrukturen.
- **Praxisprojekte:** Eigene Projekte oder Open-Source-Beiträge sind oft überzeugender als Zertifikate.
- **Spezialisierung:** Statt alles ein bisschen zu können, entwickeln Sie ein klares Profil (z.B. Frontend, Cybersecurity, Data Analysis).
- **Kontinuierliches Lernen:** Die IT entwickelt sich schnell – Lernbereitschaft ist entscheidend.
- **Netzwerken:** Kontakte, Communitys und Plattformen können Türen öffnen, die klassische Bewerbungen nicht erreichen.

Denkanstöße für Ihre Entscheidung:

- Sind Sie bereit, regelmäßig Zeit in Weiterbildung zu investieren?
- Haben Sie echtes Interesse an technischen Zusammenhängen – oder reizt Sie nur das Gehalt?
- Können Sie mit Unsicherheit und schnellen Veränderungen umgehen?

Ein Quereinstieg in die IT ohne Studium ist also durchaus realistisch – aber kein „Shortcut“. Gerade im Zeitalter von KI wird es wichtiger, sich bewusst zu positionieren und echte Kompetenzen aufzubauen. Wenn Sie bereit sind, langfristig zu lernen und sich anzupassen, können sich sehr gute Perspektiven ergeben.



Job mit Biss, aber ohne Bewerber

Mehr offene Stellen,
wenig Nachwuchs auch
an der Wursttheke

Eine Analyse des Kompetenzzentrums Fachkräftesicherung (Kofa) am arbeitgebernahen Institut der deutschen Wirtschaft zeigt: Der Fachkräftemangel in Deutschland verschärft sich deutlich – vor allem in bestimmten Berufen.

Bild: Dusko/stock.adobe.com

- Besonders stark betroffen sind Fleischfachverkäufer: 2025 blieben rund 4665 Stellen unbesetzt, über 40 % mehr als im Vorjahr – ein Rekord.
- Hauptgrund ist der demografische Wandel: 38 % der Beschäftigten sind über 55 Jahre alt und gehen bald in Rente, während kaum Nachwuchs nachkommt.

- Die Zahl der Beschäftigten in diesem Beruf ist seit 2017 um rund 19 % gesunken.
- Auch bei Erdbewegungsmaschinenführern (z. B. Baggerfahrern) wächst die Lücke stark: über 1500 offene Stellen (+38 %).
- Steuerberater sind ebenfalls knapp: rund 2318 unbesetzte Stellen (+27 %).
- In absoluten Zahlen sind die Engpässe noch größer in:
 - Bauelektrik: über 16.200 offene Stellen
 - Altenpflege: über 15.200 offene Stellen

Insgesamt zeigt sich: Der Fachkräftemangel betrifft viele Branchen – vom Handwerk über Bau bis hin zu Dienstleistungen. Viele gehen in Rente, zu wenige rücken nach – das Problem wird sich weiter verschärfen.

Text: Michael Peschel

ANZEIGE



JETZT
TICKETS
SICHERN



Sonntag, 03.05.2026, 15:00 Uhr
gegen TVB Stuttgart, Sporthalle Hamburg

Montag, 25.05.2026, 20:00 Uhr
gegen Frisch Auf! Göppingen, Barclays Arena

Donnerstag, 04.06.2026, 19:00 Uhr
gegen HSG Wetzlar, Sporthalle Hamburg

ANZEIGE

wie eyeliner ohne geduld:
**ohne dich
geht's nicht.**

komm ins team
als Azubi (m/w/d)







budni.de/karriere



Zwischen Hörsaal und Werkbank

Ausbildung oder Studium im kritischen Vergleich: Denkanstöße für den richtigen Weg nach der Schule

Foto: KI

Der Übergang von der Schule ins Berufsleben stellt viele junge Menschen vor eine zentrale Frage: Soll ich eine Ausbildung beginnen oder studieren? Beide Wege bieten Chancen – und bergen Herausforderungen. Eine pauschale Antwort gibt es nicht. Umso wichtiger ist es, die eigenen Stärken, Ziele und Erwartungen ehrlich zu reflektieren.

Die Ausbildung: Praxisnah und direkt

Eine Ausbildung punktet vor allem durch Praxisnähe. Wer früh ins Berufsleben einsteigen möchte, sammelt direkt Erfahrung, verdient eigenes Geld und entwickelt konkrete berufliche Fähigkeiten. Gleichzeitig ist die Bindung an einen bestimmten Beruf früh sehr stark. Ein späterer Wechsel ist möglich, aber oft mit Umwegen verbunden. Zudem sind Aufstiegschancen teilweise stärker an Weiterbildungen gebunden.





Das Studium: Breite Perspektiven

Das Studium hingegen eröffnet meist breitere Perspektiven. Es vermittelt theoretisches Wissen, fördert analytisches Denken und ermöglicht den Zugang zu akademischen Berufen. Allerdings verlangt es auch ein hohes Maß an Selbstorganisation, Durchhaltevermögen und oft eine längere finanzielle Durststrecke. Ein Studium ist kein Garant für beruflichen Erfolg – auch hier zählen Engagement, Praxiserfahrung und persönliche Kompetenzen.

Gesellschaftliche Wahrnehmung

Ein kritischer Punkt ist die gesellschaftliche Wahrnehmung. Oft gilt das Studium als „höherwertiger“ Weg. Doch diese Sicht ist überholt. Viele Ausbildungsberufe sind gefragt, gut bezahlt und bieten langfristig stabile Karrierechancen. Gleichzeitig führt ein Studium nicht automatisch zu besseren Arbeitsbedingungen oder höherem Einkommen.

Wichtige Fragen zur Orientierung könnten sein

-  Arbeite ich lieber praktisch oder theoretisch?
-  Möchte ich schnell eigenes Geld verdienen oder zunächst Zeit in Bildung investieren?
-  Wie klar ist meine berufliche Vorstellung bereits?
-  Bin ich bereit, mich über mehrere Jahre selbstständig zu organisieren?

Auch Mischformen bieten Chancen

Auch Mischformen wie duale Studiengänge oder berufsbegleitende Studien bieten interessante Alternativen und zeigen, dass die Entscheidung nicht immer „entweder oder“ sein muss.

Fazit

Letztlich geht es nicht darum, den „richtigen“ Weg im Allgemeinen zu finden, sondern den passenden für die eigene Persönlichkeit. Wer sich ehrlich mit seinen Interessen und Fähigkeiten auseinandersetzt, erhöht die Chance, langfristig zufrieden und erfolgreich zu sein.

Text: Michael Peschel



Foto: KI

Berufseinstieg

So hat die Bewerbung größere Erfolgchancen

Ausbildung oder Studium sind geschafft? Gut, aber Berufseinstieg und Arbeitssuche können erst einmal einschüchternd sein. So sind die eigenen Fähigkeiten oft entscheidender bei der Bewerbung als der Abschluss. Wer praxisnahe Erfahrungen hat, sollte diese im Lebenslauf unterbringen. Dazu zählen etwa Praktika, Werkstudenten, oder Ausbildung. Also all das, wo die Fähigkeiten bereits unter Beweis gestellt wurden.

Besonders wichtig: Zeigen, welche Eigenschaften man mit sich bringt. Sogenannte Soft Skills wie Lernbereitschaft, Kommunikationsfähigkeit, Teamarbeit oder Eigeninitiative sollten sowohl im Lebenslauf genannt als auch im Gespräch gezeigt werden.

Ebenso wichtig sind die fachlichen Kompetenzen. Dazu können etwa digitale Grundkenntnisse, organisatorische Fähigkeiten oder der Umgang mit Daten zählen. Hilfreich können auch Kontakte sein. Der direkte Kontakt zu Betrieben, Initiativbewerbungen, Messen oder persönliche Gespräche können ein guter Weg sein, um ein starkes Netzwerk aufzubauen. Denn genau wie Praktika, können auch Empfehlungen hilfreich sein.

Den Traumjob zu bekommen ist zwar der Optimalfall, doch wer keine Bewerbungen außerhalb davon verschickt, kann seinen Chancen, einen Job zu finden, schaden. So kann der erste Job einen Lern- oder Zwischenschritt darstellen. Hier können Einsteiger Fähigkeiten erlernen und ein starkes Profil aufbauen. Das verbessert die Chancen und kann den Weg in die Wunschbranche ebnen.

Text: Lukas Möller, dpa

ANZEIGE



AUSBILDUNG
GESUCHT.
LEIDENSCHAFT
GEFUNDEN.

Bei Höffner gibt es keinen Stillstand, sondern nur den gemeinsamen Weg nach vorne! Sie möchten eine Ausbildung bei uns beginnen? Dann sind Sie genau richtig - wir bieten Ihnen eine exzellente Ausbildung in den unterschiedlichsten Berufen an einem unserer 25 Standorte an.

WIR BILDEN AUS

AUSBILDUNGSPLÄTZE	AUSBILDUNGSPLÄTZE TRANSLOGISTIK
<ul style="list-style-type: none"> ● KAUFFRAU/-MANN IM EINZELHANDEL (M/W/X) ● KAUFFRAU/-MANN FÜR BÜROMANAGEMENT (M/W/X) ● VISUELLES MARKETING (M/W/X) ● FACHKRAFT FÜR LAGERLOGISTIK (M/W/X) ● KAUFFRAU/-MANN FÜR BÜROMANAGEMENT (M/W/X) 	<ul style="list-style-type: none"> ● FACHKRÄFTE FÜR MÖBEL-, KÜCHEN- UND UMZUGSSERVICE (M/W/X) ● KAUFFRAU/-MANN FÜR BÜROMANAGEMENT (M/W/X) ● FACHKRAFT FÜR LAGERLOGISTIK (M/W/X)



BEWIRB DICH UNTER: [WWW. HÖFFNER.DE](http://www.hoeffner.de)



Foto: KI

Perspektive Zukunft

Neustart mit Weiterbildung & KI im Grünen Bunker

Künstliche Intelligenz verändert die Arbeitswelt in rasantem Tempo – und wirft bei vielen Beschäftigten die Frage auf, wie sie mit dieser Entwicklung Schritt halten können. Antworten darauf gibt die große Weiterbildungsmesse „**Perspektive Zukunft – Neustart mit Weiterbildung & KI**“, die im Sommer 2026 in der Georg-Elser-Halle des Grünen Bunkers an der Feldstraße am Heiligengeistfeld stattfindet.

Am **2. Juli 2026** von **11.00 bis 16.00 Uhr** öffnen sich die Türen für alle, die ihre berufliche Zukunft aktiv gestalten möchten.

Im Mittelpunkt der Messe steht der berufliche Einsatz Künstlicher Intelligenz. Zahlreiche Bildungsträger informieren darüber, wie KI im Arbeitsalltag professionell

genutzt werden kann und welche Qualifizierungsangebote den Einstieg oder die Vertiefung ermöglichen. Kurze Workshops und praxisnahe Vorträge begleiten das Programm und geben Besuchern die Gelegenheit, KI-Anwendungen unmittelbar kennenzulernen – vom Verfassen wirksamer Prompts bis hin zum Einsatz intelligenter Assistenzsysteme im Büroalltag.

Doch die Messe deckt weit mehr ab als das Trendthema KI. Das Angebot bildet sämtliche Facetten der beruflichen Weiterbildung ab: Wer eine Aktivierung für den Arbeitsmarkt sucht, sich für Integrationskurse interessiert oder einen LKW-Führerschein erwerben möchte, findet hier ebenso kompetente Ansprechpartner wie Interessierte an kaufmännischen Umschulungen, IT-

Qualifizierungen oder Weiterbildungen im Pflege- und Gesundheitsbereich.

Ziel ist es, Menschen in jeder beruflichen Lebensphase Wege aufzuzeigen – sei es beim Wiedereinstieg, bei der Neuorientierung oder beim Ausbau bestehender Kompetenzen.

Der Grüne Bunker an der Feldstraße als Veranstaltungsort ist dabei bewusst gewählt: Das markante Gebäude in St. Pauli steht sinnbildlich für Wandel und Neubeginn. Die Georg-Elser-Halle bietet auf zentral gelegener Fläche Raum für Begegnung, Beratung und Austausch. **Der Eintritt ist frei, eine Anmeldung nicht erforderlich.**

Organisiert wird die Messe gemeinsam vom Jobcenter team.

arbeit.hamburg, Weiterbildung Hamburg e. V. und JOBWOCHE. Die drei Kooperationspartner bündeln damit ihre Kompetenzen in der arbeitsmarktpolitischen Beratung, der Qualitätssicherung von Weiterbildungsangeboten und der Vermittlung zwischen Bildungsträgern und motivierten Ratsuchenden.

Ab sofort können sich Interessierte auf www.jobwoche.de/weiterbildungsmesse über die teilnehmenden Aussteller und das vorläufige Vortragsprogramm informieren. Wer seine berufliche Perspektive erweitern und sich auf die Arbeitswelt von morgen optimal vorbereiten möchte, sollte sich den Besuch im Grünen Bunker auf jeden Fall rechtzeitig vormerken.



Hamburg

Gemeinsam rocken wir Deinen Job!

UKW 106,8 | DAB+ HH & SH | App

rockantenne.hamburg

Jetzt
APProcken!



Radio an!

Chief of Chaos Control



Foto: Andrey Popov/stock.adobe.com

Büro-Assistenz (m/w/d)

Du hast den Durchblick, wenn andere nur noch Zettelwirtschaft sehen? Du behältst die Nerven, wenn das Telefon klingelt, drei E-Mails gleichzeitig reinkommen und der Drucker mal wieder Papierstau meldet? Dann suchen wir für die JOBWOCHE genau dich!

Wir, die Wolter-Rousseaux Media GmbH, brauchen dringend ein Organisationstalent, das unseren Büroalltag wuppt. Kaffee kochen wir selbst, aber für vieles andere benötigen wir deine Superkräfte.



Deine Mission bei uns

Du bist die zentrale Anlaufstelle im Büro und sorgst dafür, dass Termine, E-Mails und Abläufe reibungslos funktionieren. Du koordinierst Meetings, behältst Fristen im Blick, kümmerst dich um Post und Dokumente und empfängst Gäste mit einem Lächeln. Mit deinem Organisationstalent und deinem Blick fürs Detail hältst du die Fäden in der Hand und uns den Rücken frei, damit bei uns alles rundläuft – auch wenn es mal turbulent wird.



Was wir dir bieten

Einen modernen Arbeitsplatz in Norderstedt mit sehr guter ÖPNV-Anbindung. Du bist morgens also stressfrei im Büro und kommst abends entspannt nach Hause.

Und falls du nach Feierabend spontan das Weite suchen willst: Der Flughafen ist gleich um die Ecke!

Klingt nach deinem neuen Lieblingsjob?



Dann spar dir das förmliche Anschreiben und schick uns einfach eine kurze, knackige Bewerbung per E-Mail an: Sven Wolter-Rousseaux

swr@jobwoche.de



Du greifst lieber direkt zum Hörer? Kein Problem! Ruf uns an unter:

040 6466616-00

JOBWOCHE

Online-Stellenmarkt | Job-Messen | Job-Zeitungen

Wolter-Rousseaux Media GmbH | Gutenberggring 41 | 22848 Norderstedt

Wir freuen uns darauf, dich kennenzulernen!



**KOMM INS TEAM
TECHNIK
BEGEISTERUNG**

SPIE

Bonjour, Servus, Grüezi und Hallo,
wir sind SPIE Germany Switzerland Austria.
Wir – das sind 20 000 Technikbegeisterte an 750 Standorten in Deutschland, der Schweiz, Österreich und darüber hinaus, die sich gemeinsam mit unseren Kunden für eine klimafreundliche und digitale Zukunft stark machen. Mit unserer umfassenden Expertise und Begeisterung für technische Dienstleistungen geben wir das Beste für unsere Kunden – jeden Tag, in jedem Projekt.

Wir suchen Sie am Standort **Hamburg** in folgenden Berufen:

- **Objektleiter Elektrotechnik in der Elbphilharmonie** (m/w/d)
- **Fachkraft für Abwassertechnik** (m/w/d)
- **Meister / Techniker / Monteur Elektrotechnik Explosionsschutztechnik** (m/w/d)
- **Ausbildung als Industriemechaniker** (m/w/d)

Haben wir Ihr Interesse geweckt?
Dann kommen Sie in unser Team!
Bewerben Sie sich unter:
www.spie.de/karriere




DB

**Mehr Freizeit,
weniger Pendeln.**

Was ist dir wichtig?

Dein neuer Job mit Perspektive – ganz in deiner Nähe. Und dazu: zahlreiche Mitarbeitervorteile.



Jetzt bewerben:
db.jobs/einstiegdb-nord




Du kannst


als Marktmitarbeiter (m/w/d)

Teil vom #teampenny sein.


Jetzt direkt bewerben

Attraktive Vergütung
nach Tarif sowie Urlaubs- und ab dem zweiten Jahr zusätzlich Weihnachtsgeld



6 Wochen
Urlaub pro Jahr



Unbefristeter Arbeitsvertrag bei einem sicheren Arbeitgeber

Gestalte unser neues

KI-Schulungs- Zentrum mit

Freiberufliche KI-Dozenten (m/w/d) gesucht

Die Zukunft ist jetzt und wir von der JOBWOCHE sind mittendrin. Die Wolter-Rousseaux Media GmbH eröffnet ein nagelneues KI-Schulungszentrum in Norderstedt und dafür brauchen wir genau dich. Wir suchen freiberufliche Dozenten, die ihr Spezialwissen nicht für sich behalten, sondern mit Begeisterung weitergeben wollen.



Unsere Bühne für dein Wissen

Wir planen praxisnahe Abendkurse mit einer Dauer von drei bis vier Stunden direkt bei uns vor Ort in Norderstedt. Dein Publikum ist dabei so vielfältig, wie die künstliche Intelligenz selbst: Wir bieten Schulungen sowohl für wissbegierige Privatpersonen im B2C-Segment als auch für zukunftsorientierte Unternehmen im B2B-Bereich an.



So kommst du ins Team

Vergiss Standard-Anschreiben. Wir möchten wissen, was unsere Teilnehmer bei dir lernen. Bewirb dich daher bitte direkt mit einem knackigen Kurzkonzept für die von dir geplante Schulung. Präsentiere uns deine Idee, deine Zielgruppe und deinen inhaltlichen Fahrplan für den Abend - und es wäre schön, wenn das Konzept nicht von KI erstellt worden ist 😊!



Dein Spielfeld und deine Expertise

Du musst nicht alles können, aber das, was du machst, beherrschst du im Schlaf. Wir suchen echte Praktiker mit nachweisbarer Erfahrung, die ihr eigenes KI-Segment verständlich, spannend und lebhaft erklären können. Vielleicht bist du der absolute Meister im Prompt Engineering für den Büroalltag? Oder du zeigst Kreativen, wie sie mit Midjourney atemberaubende Bilder erschaffen? Ebenso gefragt sind Experten für KI-gestütztes Marketing, Automatisierungsprozesse für den Mittelstand oder die juristischen Fallstricke der KI-Nutzung. Zeig uns einfach, wofür du brennst!



Dein neuer Campus

Unsere modernen Räume am Gutenbergring 41 in Norderstedt sind dank bester ÖPNV-Anbindung für dich und deine Kursteilnehmer völlig stressfrei zu erreichen. Und falls du von weiter weg anreist: Der Flughafen ist gleich um die Ecke.

Bereit, dein Wissen zu teilen?



Dann schick uns dein Kurzkonzept und deine Vita ganz unkompliziert per E-Mail an Sven Wolter-Rousseaux:

swr@jobwoche.de



Du hast vorab noch Fragen zu unseren Räumlichkeiten oder dem Konzept? Dann ruf uns gerne an unter:

040 6466616-00

JOBWOCHE

Online-Stellenmarkt | Job-Messen | Job-Zeitungen

Wolter-Rousseaux Media GmbH | Gutenbergring 41 | 22848 Norderstedt

Wir freuen uns auf deine Ideen!

PORSCHE



Nur bei uns bekommst du deine eigene Bühne.

WIR SUCHEN DICH.

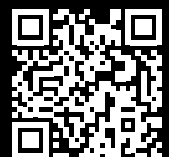
Wir suchen Mechatroniker und Karosseriebauer (m/w/d) für die Porsche Zentren in Hamburg.

Porsche Zentrum Hamburg
Porsche Niederlassung Hamburg GmbH
Lübecker Straße 2
22087 Hamburg
Tel. +49 40 21105-0
www.porsche-hamburg.de

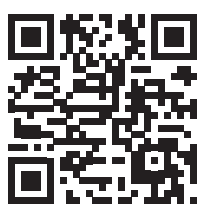
Porsche Zentrum Hamburg Nord-West
Porsche Niederlassung Hamburg GmbH
Holsteiner Chaussee 151
22523 Hamburg
Tel. +49 40 557768-0
www.porsche-hamburgnordwest.de

Porsche Approved & Service Zentrum Hamburg Nordost
Porsche Niederlassung Hamburg GmbH
Victoriaallee 4
22143 Hamburg
Tel. +49 40 6059609-0
www.porsche-hamburg-nordost.de

Aktuelle
Stellenausschreibungen:



Wir haben die besten Zutaten. Auch für deine Zukunft.



Jetzt bewerben
#JobsWieDu

- **Fachmann/Fachfrau für Systemgastronomie (m/w/d)**
- **Fachkraft für Gastronomie mit Schwerpunkt Systemgastronomie (m/w/d)**

Starte mit unserer Ausbildung deine Karriere.
Hier lernst du Praxis und Theorie direkt in einem
Restaurant und in der Berufsschule.

karriere.mcdonalds.de

© 2025 McDonald's



JOBWOCHE sucht DICH



Foto: KI

als motivierten

Sales Manager (m/w/d)

TZ oder VZ | attraktives Grundgehalt + Provision



Als Veranstalter erfolgreicher Job-, Aus- und Weiterbildungsmessen in ganz Deutschland brauchen wir dich in unserem Team zur Wiederansprache und Stärkung bestehender Kundenpotenziale.



Wir freuen uns über eine aussagekräftige Bewerbung per E-Mail an:
Sven Wolter-Rousseaux, swr@jobwoche.de

JOBWOCHE
Online-Stellenmarkt | Job-Messen | Job-Zeitungen

Wolter-Rousseaux Media GmbH
Gutenbergring 41 | 22848 Norderstedt
Tel. 040 6466616-00 | info@jobwoche.de



Wir suchen ab sofort unbefristet

GÄRTNER UND GARTENHelfER (m/w/d)

Wir bieten Ihnen:

- Ein unbefristetes Arbeitsverhältnis
- Pünktliche Entlohnung
- 30 Tage bezahlten Urlaub
- Mitarbeiterrabatte bei vielen bekannten Händlern bis zu 70%
- Sorgfältige Einarbeitung
- Moderne technische Geräte und Maschinen
- Kostenfreie, hochwertige Arbeitskleidung
- Firmeneigene Mitarbeiter-APP für Unternehmensnews und zur Arbeitszeiterfassung
- Attraktives „Mitarbeiter werben Mitarbeiter“ Programm

SCAN ME



ISD Immobilien Service Deutschland GmbH & Co. KG
Niederlassung Hamburg-Ost
Kuehnstr. 71C
22045 Hamburg
Ansprechpartner: Matthias Jandt
hamburg-ost@isd-service.de



Du kannst

als Verkäufer/Kassierer (m/w/d)
Teil vom #teampenny sein.



Jetzt direkt
bewerben



Attraktive Vergütung
nach Tarif sowie Urlaubs-
und ab dem zweiten Jahr
zusätzlich Weihnachtsgeld



6 Wochen
Urlaub pro Jahr



Unbefristeter Arbeits-
vertrag bei einem sicheren
Arbeitgeber

Erstmal bewerben
karriere.penny.de

PENNY.

So wie du bist,
bist du richtig.
Und zwar
bei UNS!



Cimbergry®

Bewirb dich
jetzt!
www.cimbergry.com/karriere

MACH, WAS WIRKLICH ZÄHLT.

ZIVIL
FOLGE DEINER BERUFUNG.



BUNDESWEHR

Werde Wetterbeobachterin /
Wetterbeobachter (m/w/d)!
bundeswehrkarriere.de

Deine berufliche
Weiterbildung in die
digitale Zukunft



alfatraining

Kein
Selbstlernsystem
Gemeinsam
lernen
Immer mit Dozent:in

Kostenfrei
für Dich
durch Förderung

Über 300 modulare Kurse:

- + Digitale Transformation & Künstliche Intelligenz
- + Daten & Analysen
- + Business Management
- + Kaufmännische Lehrgänge
- + Marketing & Redaktion
- + SP5 & Elektro
- + Personalwesen
- + Medien & Gestaltung
- + Projektmanagement
- + SAP
- + Einkauf & Logistik
- + CAD 2D/3D
- + Qualitätsmanagement
- + Betriebliche Organisation
- + Webdesign & Webprogrammierung
- + Programmierung & IT-Management

beratung@alfatraining.de | 0800 3456-500



**Dein Erfolgsrezept
für die Zukunft!**

**JETZT
BEWERBEN**

Egal wo du startest – bei Brügger findest du deinen Platz.



Brügger #TheGeneralFamily

JOB-, AUS- UND WEITERBILDUNGSMESSA

Jobmesse Flensburg

23. SEPT. 2026

12.30 - 17.00 Uhr
(9.30 - 12.30 Uhr Sonderöffnungszeiten für Schulklassen/Gruppen)

GP JOULE ARENA



JOBWOCHE.de





Aide

Passgenaue Jobs für Ihr Talent.
Profitieren Sie schnell von unseren sicheren Jobs in Industrie, Handwerk, Handel oder Dienstleistung.



Aulinger

Ausbildung mit Zukunft
Rechtsanwalts- und Notarfachangestellte/r (m/w/d)

www.aulinger.eu



WIR SUCHEN (M/W/D):

STANDORT BARSBÜTTEL

- Elektroingenieur / Planungsingenieur
- Ingenieur / Techniker für Berechnungen und Simulationen von elektrischen Anlagen und Netzen von Erneuerbaren Energien
- Techniker mit Schwerpunkt Schutztechnik Automatisierungs- und Leittechniker
- Servicetechniker
- Controller Unternehmensgruppe
- Tiefbauer

AUSBILDUNG

- Elektroniker Fachrichtung Betriebstechnik
- Elektroniker Fachrichtung Energie- und Gebäudetechnik
- Duales Studium Bachelor of Engineering
- Bacheloranden / Masteranden / Praktikum / Thesis / Werkstudenten

GLEICH BEWERBEN!

WEITERE JOBS AUF: ABE-GRUPPE.DE/JOBS




LERNEN IN LÜBECK

BOIE

Kauffrau/Kaufmann für Groß- und Außenhandelsmanagement

Deine Ausbildung bei Boie

Starte deine Ausbildung bei uns! Profitiere von einem starken Team, nutze deine Weiterbildungschancen und freue dich auf die Übernahme bei guter Leistung. Interessiert? Dann komm ins Team. www.boie.com

[Hier gehts zur Ausbildung](#)




Genuport
IMPORT | MARKETING | DISTRIBUTION

Karriere mit Geschmack gesucht?
Dann zeig uns deine Schokoladenseite und werde Teil von unserem Team!

Du hast Freude am Umgang mit Menschen, suchst Abwechslung und möchtest das kaufmännische Einmaleins des Handels lernen? Dann ist eine Ausbildung oder ein Duales Studium in 2026 bei uns genau das Richtige für Dich! Bei uns geht es schließlich nicht nur um Kaufen und Verkaufen, sondern auch darum, Produkte aus dem Foodbereich erfolgreich am Markt zu platzieren und für eine bunte Vielfalt in unseren Supermärkten zu sorgen.

- **Groß- und Außenhandelsmanagement m/w/d** - Fachrichtung Großhandel
- **Büromanagement m/w/d**
- **Duales Studium Business Administration (B.Sc.)**
- **Duales Studium International Management (B.Sc.)**

Jetzt bewerben

Alle Informationen zu uns und unseren Ausbildungsangeboten findest Du auf unserer Internetseite unter www.genuport.de/aktuelle-stellenangebote oder Du rufst einfach an unter 040-5284101.




LungenClinic
GROSSHANSDORF

Punkten, wo Pflege zählt.
Mit Herz und Haltung für Patient:innen, für Qualität und für echte Teamarbeit.

- Klinik mit Haltung
- Starkes Team
- Faire Bezahlung
- Flexibles Arbeitszeitmodell
- Weiterbildung mit Perspektive
- Strukturierte Einarbeitung

JETZT BEWERBEN!

LungenClinic Grosshansdorf Wöhrendamm 80 22927 Grosshansdorf
bewerbung@lungenclinic.de www.lungenclinic.de/karriere 04102/601 1101



ZEIT FÜR WAS NEUES?

JETZT TEIL DER CREW WERDEN!
Wir suchen Menschen, die mit Leidenschaft und Engagement den Erfolg unseres Unternehmens mitgestalten.

- ✓ Ersatzteilwesen
- ✓ Verwaltung
- ✓ Vertrieb
- ✓ Service

13x in Norddeutschland
rebo-landmaschinen.de

REBO
LANDMASCHINEN




UND TEIL DER JETZT BEWERBEN SCHLÜTER-FAMILIE WERDEN

Verstärkung gesucht:

- Fachkräfte in kaufmännischen Tätigkeiten, Produktion und Logistik
- IT-Profis, die neue Tools mit Begeisterung einführen
- Führungskräfte, die ihr Team wertschätzen
- Ingenieure, die fürs Detail brennen

Ausbildung und Studium:
15 Möglichkeiten in Office, Technik, IT, Logistik und Beschichtung

Schlüter Systems
jobs.schlueter.de

HAMBURGS GROSSE AUSBILDUNGSMESSE

Ausbildung oder Studium?

14. OKT 2026
12.00 - 17.30 Uhr
(9.00 - 12.00 Uhr Sonderöffnungszeiten für Schulklassen/Gruppen)

BARCLAYS ARENA




JOBWOCHE.de

FRICKE
Nutzfahrzeuge

SERVICEORIENTIERT.
FAMILIENGEFÜHRT.
VIELFÄLTIG.

NEUMÜNSTER

WERDE TEIL UNSERES TEAMS!

- AUSBILDUNG ZUR FACHKRAFT FÜR LAGERLOGISTIK 2026 (M/W/D)
- AUSBILDUNG ZUM KFZ-MECHATRIKER 2026 (M/W/D)
- WERKSTATTMITARBEITER (M/W/D) NUTZFAHRZEUGE

BENEFITS

- interne Fortbildungsprogramme
- Jährliche Gehaltsanpassung
- 30 Tage Urlaub
- Urlaubs- und Weihnachtsgeld, Attraktive Mitarbeiterrabatte
- Jobrad
- Azubi- und Mitarbeitererevents



HIER GEHT'S DIREKT ZU DEN STELLENBESCHREIBUNGEN

Jetzt direkt online auf karriere.fricke.de oder per Mail an karriere@fricke.de bewerben. Oder sende uns eine Nachricht per WhatsApp an +49 (0)151 2251 7322

FRICKE Nutzfahrzeuge GmbH
Zum Kreuzkamp 9
27404 Heeslingen
Tel. 04281-712-0
karriere.fricke.de

f
i
s
frickegruppe

FRICKE

Komm ins Team!

Du magst den Umgang mit Menschen und interessierst dich für einen sozialen und abwechslungsreichen Ausbildungsberuf in einem familiären Umfeld mit Herz? Starte zum **1. Oktober 2026** deine Ausbildung zur/m Pflegefachfrau/-mann!

Bewirb dich jetzt: bewerbungen@pk.lueneburg.de



Im Verbund der **GESUNDHEITSHOLDING LÜNEBURG**

PSYCHIATRISCHE KLINIK LÜNEBURG

SWN.

Biste erstmal hier
willste nicht mehr weg!



Werde Teil vom
#teamswn

swn.net/jobs



Schon mal über Psychiatrie im LWL-Universitätsklinikum Bochum nachgedacht?

Erfahre alles über deine Job-Perspektiven.
Infos findest du hier:
uk-bochum.lwl.org/de

LWL

Beruf mit Sinn

Deine Karriere in der Pflege!

Haus Civitas in Sereetz

Bewirb dich jetzt!



Fachkraft
4.350 €

Melde dich unter: Karriere@panpharma.de

PANPHARMA
INJECTING LIFE

WIR ARBEITEN FÜR DAS WAS ZÄHLT!

Gemeinsam für Eure Gesundheit



Private Krankenversicherung **LKH**

Jetzt **Top-Job** sichern!



Wir haben Bock auf dich!

karriere.lkh.de

WIR BAUEN GESCHICHTE

WAS IST DEINE?



ABEKING & RASMUSSEN

WERDE JETZT EIN TEIL DES TEAMS

ABEKING.COM/KARRIERE

Raus aus der Schule. Rein ins Team.



Fachmann/Fachfrau für Systemgastronomie (m/w/d)

Fachkraft für Gastronomie mit Schwerpunkt Systemgastronomie (m/w/d)

Starte deine Karriere im Gastgewerbe. Hier lernst du Praxis und Theorie direkt in einem Restaurant und in der Berufsschule.

karriere.mcdonalds.de
#JobsWieDu

Jetzt bewerben: 

© 2025 McDonald's 

ELEVATE YOUR CAREER!

COME AND JOIN OUR TEAM.

www.to-group.com/jobs

TO TRANSPORT OVERSEAS GROUP
PART OF **MOSOLF**

- + **Ausbildung zum Kaufmann (m/w/d)** für Spedition und Logistikdienstleistung
- + **Customs Specialist / Zoll-Manager (m/w/d)**
- + **Projektassistent (m/w/d) Corporate Communications** Schwerpunkt Events
- + **Speditionskaufmann (m/w/d)** Bereich Import oder Export



JOB-, AUS- UND WEITERBILDUNGSMESSE

Jobmesse Lübeck

30. SEPT. 2026

12.30 - 17.00 Uhr
(9.30 - 12.30 Uhr Sonderöffnungszeiten für Schulklassen/Gruppen)

MUSIK- & KONGRESSHALLE

JOB WOCHE.de 



JOB-, AUS- UND WEITERBILDUNGSMESSE

Hamburgs größte Jobmesse

14. OKT. 2026

12.00 - 17.30 Uhr

(9.00 - 12.00 Uhr Sonderöffnungszeiten
für Schulklassen/Gruppen)

BARCLAYS ARENA



**JETZT
AUSSTELLER
WERDEN!**

Tel. 040 6466616-00

JOBWOCHE.de