

# Vom Schnupperpraktikum bis zum Bewerbungsgespräch

Hilfe zur Berufswahl: Calberlahs Realschule richtet wieder **Woche zur Berufsorientierung** aus

VON RON NIEBUHR

**Calberlah.** „Nicht für die Schule, sondern fürs Leben lernen wir“, heißt es bekanntlich. Calberlahs Realschule unterstrich das jetzt mit lebensnaher Hilfe zur Berufsorientierung. Denn die Berufswahl sollte gut überlegt sein, schließlich macht der Job einen Großteil des Lebens aus.

Die Woche zur Berufsorientierung ist fester Bestandteil im Angebot der Realschule, musste zuletzt jedoch pandemiebedingt in deutlich abgespecktem Rahmen laufen. „Wir sind froh, dass wir sie nun wieder im gewohnten Umfang realisieren können“, so Konstantin Leontarakis. Der Beauftragte für Berufsorientierung hat die Woche für Schülerinnen und Schüler aller Jahrgänge gemeinsam mit Konrektorin Sabine Fasterling und Schulsozialarbeiterin Stefanie Jaeger konzipiert.



Willkommene Hilfe: Alle Jahrgänge von Calberlahs Realschule nehmen an der Berufsorientierungswoche teil.

RON NIEBUHR

„Der Aufwand ist enorm. Allein ist das nicht zu schaffen“, sagt er.

Die achten Klassen etwa absolvieren ein Schnupperpraktikum. „Das gewährt ihnen schon mal einen kleinen Einblick ins Berufspraktikum im kommenden Jahr“, erklärt Leontarakis. Das dauert dann ganze drei Wochen. Der siebte Jahrgang erkundet derweil das Isenbütteler Gewerbegebiet, lernt dort unterschied-

liche Branchen kennen: Tischlerei oder Metallbau zum Beispiel.

„Manchen ist gar nicht bewusst, wie viele Chancen sich ihnen für Ausbildungsplätze und Jobs direkt vor Ort bieten“, sagte das Organisations-Trio. Die sechsten Klassen erleben moderne Landwirtschaft auf dem Hof Lütje in Wasbüttel. Der neunte Jahrgang lässt sich gründlich auf Bewerbungsgespräche vorbereiten.

Und die Zehntklässlerinnen und -klässler schließlich bekommen Besuch von der Bundeswehr: „Die Schülerinnen und Schüler diskutieren über den Krieg in der Ukraine. Das Thema ist bei ihnen sehr präsent“, so Fasterling.

Im weiteren Verlauf der Woche schauen noch Ausbildungsbotschafter der Industrie- und Handelskammer in Calberlah vorbei. Das sei immer besonders toll, weil es den Jugendlichen „Gespräche auf Augenhöhe“ ermögliche, erklärt Jaeger. Sie würden so Infos zu Ausbildungsberufen aus erster Hand erhalten. „Das macht es sehr authentisch“, ergänzt Fasterling. Mit so niedriger Hemmschwelle trauten sich die Schülerinnen und Schüler einfach viel eher, Fragen zu stellen. Insgesamt biete die Berufsorientierungswoche „jeden Tag etwas, und zwar für alle Jahrgänge“, betont Fasterling.

Dank abklingender Pandemie konnten die Jugendlichen endlich wieder außerhalb auf berufliche Entdeckungstour gehen. Und die Realschule konnte wieder voll aus ihrem intensiv geknüpften und gepflegten Kontaktnetzwerk schöpfen, um Dozentinnen und Dozenten für die Berufsorientierung nach Calberlah zu holen – egal ob Berufsbildende Schulen, Berufsberatung der Arbeitsagentur, Bundeswehr, Banken und Sparkassen oder auch Betriebe aus Industrie, Handwerk und Dienstleistung.

Die alte Sportweisheit „Nach dem Spiel ist vor dem Spiel“ greift übrigens auch für die Berufsorientierungswoche. Denn Leontarakis, Fasterling und Jaeger planen schon jetzt fürs kommende Jahr. Und der Termin steht ohnehin fest: „Wie immer in der ersten Unterrichtswoche nach den Halbjahreszeugnissen.“

## Medizin

## ANZEIGE

### Jetzt bei Haarausfall testen!



#### Begeisterte Frauen berichten von Revitensin

„Nach jahrelanger Verzweiflung und dem Ausprobieren aller möglichen Produkte ist Revitensin für mich das Einzige, was wirklich geholfen hat. Ich kann mich an meinen Haaren wieder erfreuen.“ (Anja H.)



„Mein Haarausfall wurde deutlich reduziert! Alleine zu sehen, dass die Haare nicht mehr in der Bürste oder im Abflusssieb hängen, beruhigt mich.“ (Maria L.)

Sie haben auch schon vieles ausprobiert, doch bisher ohne Erfolg? Testen auch Sie das natürliche Arzneimittel Revitensin bei den ersten Anzeichen von Haarausfall. Es wirkt von innen gegen verschiedene Formen von Haarausfall! Keine gerötete Kopfhaut, keine fettigen Haare.

Für Ihre Apotheke:  
**Revitensin**  
(PZN 17386423)

REZEPTFREI AUS DER APOTHEKE!

www.revitensin.de



Thema: Rheumatische Schmerzen in Gelenken, Muskeln und Knochen

## Gelenkschmerzen

### Was hilft, wenn jeder Schritt schmerzt?

Eine Nation leidet – etwa 90 % der Deutschen klagen über Gelenkschmerzen, vor allem im fortgeschrittenen Alter. Doch woher kommen die Schmerzen und was kann helfen, um den Alltag wieder unbeschwert genießen zu können?

#### Wenn Gelenkschmerzen den Alltag belasten

Gesunde Gelenke sind der Motor für ein aktives Leben! Doch gerade mit zunehmendem Alter kommt es vermehrt zu Beschwerden. Kein Wunder, schließlich werden unsere Gelenke täglich gebeugt, gestreckt und gedreht. Vor allem die großen

Gelenke wie das Knie- oder Hüftgelenk bereiten dann oft Schmerzen.

#### Was Gelenkschmerzen begünstigt

Hinter Gelenkschmerzen können viele verschiedene Ursachen stecken. Neben dem fortschreitenden Alter können z. B. auch Übergewicht, Fehlstellungen oder Folgen von Verletzungen und Überanstrengungen Auslöser sein – v. a. für Knieschmerzen. Schmerzen in der Hüfte entstehen meist als Folge jahrelanger Belastung durch unser Körpergewicht. Schulterschmerzen wiederum können vom Gelenk ausgehen, aber auch geschädigte Sehnen oder Muskelerletzungen als Ursache haben.



### Rubaxx: rezeptfreie Hilfe aus der Apotheke

Wissenschaftler haben ein wirksames Arzneimittel bei Gelenkschmerzen entwickelt: Rubaxx (Apotheke). Die Arznetropfen enthalten den speziellen Wirkstoff T. quercifolium, der schmerzlindernd wirkt sowie bei Folgen von Verletzungen und Überanstrengungen Linderung verschafft.

#### Einfache Dosierung, gute Verträglichkeit

Dank der Tropfenform wird der Wirkstoff direkt über die Mundschleimhäute aufgenommen und kann seine Wirkung ohne Umwege entfalten. Betroffene können die Tropfen zudem je nach Stärke ihrer

Schmerzen individuell dosieren. Das Beste: Rubaxx vereint Wirksamkeit mit guter Verträglichkeit: Schwere Nebenwirkungen wie Herzbeschwerden sind bei Rubaxx nicht bekannt. Wechselwirkungen mit anderen Arzneimitteln ebenfalls nicht.

Für Ihre Apotheke:  
**Rubaxx**  
(PZN 13588561)



www.rubaxx.de

RUBAXX. Wirkstoff: Rhus toxicodendron Dil. D6. Homöopathisches Arzneimittel bei rheumatischen Schmerzen in Knochen, Knochenhaut, Gelenken, Sehnen und Muskeln und Folgen von Verletzungen und Überanstrengungen. www.rubaxx.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing

Abbildungen Betroffenen nachempfunden, Namen geändert

REVITENSIN. Wirkstoffe: Acidum hydrofluoricum Dil. D12, Graphites Dil. D8, Pel talpae Dil. D8, Selenium Dil. D12, Thallium metallicum Dil. D12. Homöopathisches Arzneimittel zur unterstützenden Behandlung bei Haarausfall. www.revitensin.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing