

# Lernen fördern unterstützt Azubis bei der Ausbildung

Alle bestehen die Gesellenprüfung

EMSDETTEN. Alle Azubis, die die ausbildungsbegleitenden Hilfen des Lernens fördern-Vereins im Albert-Heitjans-Haus in Anspruch nehmen, haben ihre Gesellenprüfung erfolgreich bestanden. Nach Abschluss ihrer Ausbildung halten nun verdientermaßen endlich nach drei Jahren ihre Gesellenbriefe in der Hand.

Über die hundertprozentige Erfolgsquote bei der diesjährigen Winterprüfung freuen sich mit den Jugendlichen das Team der ausbildungsbegleitenden Hilfen des Lernens fördern. Zu dem abH-Team gehören die Lehrkräfte Stefan Gebert, Rolf Echelmeyer und Norbert Aupke sowie den sozialpädagogischen Fachkräften Johanna Krühler, Marion Diekmann und Hong Quang Nguyen. Die Prüflinge kommen aus den unterschiedlichsten Berufszweigen. Vom Mechatroniker bis hin zum Werkzeugmacher waren in diesem Jahr wieder einmal die unterschiedlichsten Berufe vertreten.

Einen ebenso guten Abschluss der beruflichen Ausbildung streben bei den nächsten Gesellenprüfungen auch die anderen 64 Teilnehmer der ausbildungsbegleitenden Hilfen in Emsdetten an. Auch sie absolvieren ihre Berufsausbildung in den unterschiedlichsten kaufmännischen und gewerblichen Berufsausbildungen in örtlichen und überörtlichen Betrieben von Handel, Handwerk und Industrie.

Ausbildungsbegleitende Hilfen (abH) sind ein freiwilliges und für die Azubis kostenloses Angebot zur Unterstützung ihrer dualen Ausbildung in Betrieb und Berufsschule. Finanziert werden der Unterricht und die sozialpädagogische Begleitung im Rahmen der abH durch die Bundesagentur für Arbeit, überprüft und zugewiesen werden die Teilnehmer über die Berufsberatung der örtlichen Arbeitsagentur.

Alle abH-Teilnehmer verpflichten sich bei ihrer Aufnahme, regelmäßig mindestens einmal in der Woche für drei Stunden zum Unterricht ins Albert-Heitjans-Haus zu kommen. Viele Auszubildende nutzen das Angebot aber wesentlich intensiver, besonders natürlich vor der Prüfung. Auszubildende, die Unterstützung in ihrer Ausbildung benötigen, können sich beim Lernen fördern an der Rheiner Straße oder bei der Berufsberatung der Agentur für Arbeit melden. Eine Unterstützung ist möglichst für alle dualen Ausbildungsberufe.

STANDORT EMSDETTEN Unternehmensgeschichten / Heute: ProEgo



Stopp! Melanie Wolff oder Stefan Schmiemann erklären, wie man sich behaupten kann.

EV-Foto Beutger

# Firma für das „starke Ich“

Kurse zur Selbstbehauptung sind sehr gefragt

EMSDETTEN. Wer hat Angst vorm schwarzen Mann? Melanie Wolff oder Stefan Schmiemann nicht. Sie tragen selbst schwarze T-Shirts mit ihrem Firmenlogo, wenn sie Kurse für Kinder und Heranwachsende geben, die vor allem eins vermitteln: selbstbewusst Nein zu sagen. Als Gegenpart im Rollenspiel macht sich Schmiemann dabei nicht schlecht.

lein bewältigen konnte. Melanie Wolff unterstützte ihn fortan.

2007 gründeten sie gemeinsam die Firma „ProEgo“, um ihr Angebot auf professionelle und auch steuerlich solide Füße zu stellen. Eine gute Entscheidung, findet Melanie Wolff auch noch fünf Jahre später. „Wir ergänzen uns sehr gut und lernen voneinander“, meint sie. Das sei wichtig, denn: „Kein Kurs ist wie der andere.“

### Gefahrenabwehr von Innen

Am Anfang steht immer eine genaue Erwartungs-Analyse. Denn was Schmiemann und Wolff anbieten, geht über die klassische Selbstverteidigung mit ihren Tritten und Griffen hinaus. Sie schulen Gefahrenabwehr von innen heraus. Dabei halten sie den Teilnehmern gerne den Spiegel vor: Was fühle ich und wie werde ich wahrgenommen? Wie mache ich meinen Willen deutlich? Wie nehme ich Gefahren im Alltag wahr?

Sport verbindet. Im Fall von Melanie Wolff und Stefan Schmiemann führte er sogar zu einer Firmengründung. Und da kam so: Im „ComeOn“ am Spatenweg lernte die Mutter zweier Jungs den Polizisten und Kampfsportler kennen, als der einen Selbstbehauptungskurs für Frauen anbot. Sportkollegen hatten ihn dazu angeregt und seine Kurse wurden gut besucht. „Gibt es so etwas auch für Kinder?“, fragte sie Trainer Schmiemann.

Die simple Frage brachte einiges ins Rollen, vor allem bei Schmiemann. „Ich fand die Idee gut und habe ein Konzept entwickelt“, erinnert sich der Sicherheitsbeamte. Dabei konnte er auf einen breiten beruflichen Fundus in Sachen Prävention zurückgreifen. Sein praxisnahes Konzept, das stark auf Kommunikation und Rollenspiele ausgerichtet ist, ging so gut auf, dass er die Nachfrage nach Kursen zur Selbststärkung nicht mehr allein bewältigen konnte.

Unternehmensgeschichten wird Ihnen präsentiert von

Im Prinzip, so Stefan Schmiemann, gehe es darum, die Rolle des „provokierenden Opfers“ zu meiden. Ein sicherer Stand, eine aufrechte Körperhaltung und klare Aussagen signalisieren: Hier steht jemand, der weiß, was er will. Das gilt für Kinder, aber auch für Erwachsene. Das „starke Ich“ überschätzt und unterschätzt seine Rolle in Konflikten nicht, zeigt klare Grenzen auf und meidet unüberschaubare Situationen.

### Rettungsgriffe

Diese Grundsätze werden in Rollenspielen verinnerlicht. „Rettungsgriffe können zwar

hilfreich sein, werden aber schnell vergessen“, weiß Stefan Schmiemann aus Erfahrung. Er und Melanie Wolff setzen deshalb mehr auf Akzente, die haften bleiben. Sie schärfen die Wahrnehmung und Aufmerksamkeit in unangenehmen Situationen.

Schlagzeilen und Hysterie nach spektakulären Kriminalfällen spielen ihnen dabei nicht in die Hände: Schmiemann: „Wir meiden die Nähe zu solchen Ereignissen, weil wir nicht die Illusion erzeugen möchten, es gäbe einen umfassenden Schutz vor Straftaten. Den gibt es nicht.“ Melanie Wolff schlägt in die gleiche Kerbe: „Der Eindruck, das Leben sei gefährlich und alles ganz schlimm, ist kein guter Ratgeber.“ Ein „starkes Ich“ Sorge dagegen für ein positives Lebensgefühl und könne prinzipiell in jeder Lebensphase geschult werden. Wenn sich die Hinweise dann auch noch in Konflikten als hilfreich erweisen – umso besser.

Peter Beutger

### Unternehmens-Steckbrief

- ProEgo Kurse für mehr Selbstbehauptung und ein starkes Selbstbewusstsein
- Gegründet: 2007
- Inhaber: Melanie Wolff und Stefan Schmiemann
- Leistungen: Kurse für Selbstbehauptung, Selbstverteidigung und Konfliktlösung; Beratung
- Anschrift: Schückingstraße 6 in Emsdetten, Tel. 877 2575, Fax 877 257
- Internet: www.starkes-ich.de
- Mail: info@starkes-ich.de

# Individuelle Angebote zur Selbststärkung

Ergänzung zu schulinternen Angeboten

EMSDETTEN. ProEgo entwickelt individuelle Angebote zur Selbststärkung in Gruppen von 10 bis 16 Personen. Im Mittelpunkt stehen dabei die Wünsche und Erwartungen von Kunden wie Bildungsträgern und Vereinen. Ein Schwerpunkt liegt derzeit auf mehrteiligen Kursen für Kinder vom Kindergarten bis in die weiterführenden Schulen. Dabei verstehen sich die Inhaber Melanie Wolff und Stefan Schmiemann nicht als Konkurrenz zu schulinternen Angeboten wie „Faustlos“ sondern als wichtige Ergän-

zung: Sie erarbeiten einen externen Blick auf Gruppen und Konfliktsituationen im Alltag und entwickeln Lösungsstrategien. Vorgespräche und Nachbereitung sind deshalb selbstverständlich. Ein Elterngespräch ist Bestandteil jedes Kinderkurses.

Ein weiterer Fokus liegt auf Selbstbehauptungskursen für Frauen sowie der Gefahrenabwehr im Internet und in den sozialen Netzwerken. Ab dem Frühjahr werden auch Auffrischungskurse für Teilnehmer von früheren Veranstaltungen angeboten.



Die Persönlichkeit der Kinder sollen in den Kursen von Pro Ego gezielt gestärkt werden.

# Banane statt Schokoriegel

EMSDETTEN. Banane statt Schokoriegel: Jugendliche essen regelmäßig Gesundes und naschen viel weniger Süßigkeiten als oft befürchtet. Nach aktuellen Daten der DAK-Gesundheit greifen Jugendliche zu mehr Obst und Gemüse. Das ergab eine Befragung von 2156 norddeutschen Schülern durch das Institut für Therapie- und Gesundheitsforschung in Kiel. Demnach essen 46 Prozent der Befragten jeden Tag Obst und 34 Prozent Gemüse, aber nur 14 Prozent täglich Süßigkeiten.

Besonders junge Mädchen haben Geschmack an Obst gefunden. Über 90 Prozent greifen mehrmals pro Woche oder sogar täglich in die Obstschale. Bei den Jungen sind es immerhin noch knapp 80 Prozent. „Das ist ein positives Signal“, so Franz-Josef Greiwe von der DAK-Gesundheit Emsdetten. „Ernährungsgewohnheiten werden im Kindes- und im Jugendalter geprägt. Menschen, die in jungen Jahren gelernt haben, wie lecker knackige Möhren und saftige Äpfel schmecken, behalten wahrscheinlich diese Vorliebe ihr Leben lang bei und tun so viel für ihre Gesundheit.“

Aus den Getränkevorlieben der Jugendlichen lässt sich ebenfalls Erfreuliches herauslesen: Mehr als die Hälfte der befragten Schüler (55 Prozent) löschen täglich ihren Durst mit Mineralwasser und 34 Prozent trinken Milch. Limo oder Cola sind bei vielen Jugendlichen eher die Ausnahme.

# Beratung: Studieren mit Bafög

EMSDETTEN. Beratungstermine zum Thema „Studieren mit Bafög“ bietet das Studentennetzwerk am Donnerstag, 21. Februar, von 10 bis 16 Uhr im Berufsinformationszentrum der Agentur für Arbeit Rheine, Dutumer Straße 5, an.

Ursula Niebrügge informiert an diesem Tag in Einzelgesprächen Schüler, Eltern oder auch Studierende über die Voraussetzungen und Leistungen nach dem Bundesausbildungsförderungsgesetz (Bafög). Interessenten, die den Steuerbescheid ihrer Eltern aus dem vorletzten Kalenderjahr vor dem geplanten Beginn des Studiums mitbringen, können sich ihren Bafög-Satz ausrechnen lassen.

Da es sich um individuelle Beratungsgespräche handelt, ist eine Anmeldung unter der Telefonnummer (05971) 9301 35 notwendig. Die Beratungen sind kostenlos.

# Reise mit Gongs und Klangschalen

EMSDETTEN. Wer Lust hat, sich zu entspannen bei einer wunderschönen Traumreise mit den meditativen Klängen von Klangschalen und Gongs, der ist herzlich eingeladen zu einem kostenlosen Wohlfühl-abend in der Entspannungspraxis Pausengong, Sabine Fröhlich.

In der Entspannung können Stress abgebaut und Selbstheilungskräfte aktiviert werden. Tiefenentspannung bedeutet Regeneration für den Körper, Erholung für die Seele und Stärkung des Immunsystems.

Die Entspannung findet statt am Freitag, 1. März, um 17 und um 18.15 Uhr in Emsdetten, Heinrich-Heine-Str. 16. Telefonische Anmeldung unter (02574) 887 59 44.

www.pausen-gong.de

# Ein Riesen-Globus in der Pausenhalle

In der Wilhelmschule

EMSDETTEN. Wo liegt der Ort, in den wir in den Urlaub fahren? Wie viele Meere gibt es auf der Erde und wie groß ist die Sahara? All diese Fragen werden in der Wilhelmschule in Emsdetten nun ganz anschaulich beantwortet. Denn mit der Spende der Volksbank Nordmünsterland, die die Grundschule im letzten Jahr zu Weihnachten erhielt, verwirklichte sie den Wunsch, einen Riesen-Globus anzuschaffen. Schulleiterin Elisabeth Vennemann lud Bereichsleiter Andreas Jürgens ein, sich davon zu überzeugen, wie begeistert die Kinder von der beleuchteten Weltkugel sind. In der Pausenhalle ist der Globus für alle Schülerinnen und Schüler zugänglich und wird wissbegierig genutzt.



Kinder der Wilhelmschule lernen die Erde mit Hilfe eines großen Globus kennen, der in der Pausenhalle steht. Foto priv