



NEWS

LOGISTIK-FACHTAGUNG  
Zukunftsaussichten  
der Boom-Branche

Die Logistik in Hamburg boomt, und die Zukunftsperspektiven sind rosig. Am 8. Februar findet zum Thema „Logistik 2015“ im Haus der Wirtschaft (Kapstadttring 10) eine Tagung statt. Infos: [www.kwb.de](http://www.kwb.de)

INFOABEND  
Euro-FH präsentiert  
drei Studiengänge

Am 30. Januar um 18.30 Uhr informiert die Europäische Fernhochschule im Side Hotel (Drehbahn 49) über die Studiengänge BWL, Wirtschaftsrecht und „International Management“. Anmeldungen unter: Tel. 67 57 07 05.

# Die richtige Balance finden

Michael Merks hilft, wenn das Leben aus der Bahn geraten ist / Seminar-Teilnahme zu gewinnen

Der Chef fragt zum dritten Mal nach der „Terminsache Müller“. Die Freunde jammern, dass seit Wochen kein Treffen drin ist. Und die Wohnung müsste auch dringend geputzt werden. Vielen Berufstätigen wachsen die unerledigten Arbeiten im Job und daheim über den Kopf. Vor lauter Stress verlieren sie den Überblick, arbeiten unstrukturiert. Ein Burnout ist nicht mehr fern. In Fällen wie diesen hilft Michael Merks (53). Der Coach aus Aumühle hat eine Methode entwickelt, mit der sich das Leben neu ordnen lässt, und gibt sie in Seminaren weiter. Ihr Titel: „Erfüllt leben“.



Michael Merks vermittelt neue Lebensfreude

Coach hat acht Lebensbereiche ausfindig gemacht: Gesundheit, emotionale Fitness, Beruf, Partnerschaft, soziale Beziehungen, Finanzen, Beiträge zur Gemeinschaft und Spiritualität. Merks Theorie: Alle Einzelbereiche wirken aufeinander. Nur, wenn ein Gleichgewicht zwischen ihnen besteht, ist ein erfülltes, zufriedenes Leben überhaupt möglich.

Um diese Balance zu erreichen, arbeiten die Seminarteilnehmer nach einer Einführung in Merks Methode zunächst ihre Werte, Stärken und Bedürfnisse heraus und gleichen sie mit dem Ist-Zustand ab. Entspannungsübungen helfen, zur Ruhe zu kommen. Verschiedene Trainingseinheiten unterstützen den Reflexionsprozess. Und in Einzelcoachings kann jeder sich zudem intensiv beraten lassen. Die Ergebnisse der umfassenden Reflexion gehen am

Ende in einen Lebensplan („Life Master Plan“) ein, in dem festgehalten wird, welche Schritte für die eigene Zufriedenheit notwendig sind. „Das kann der Abschluss eines Sparvertrags für die Rente sein oder der Entschluss, einen festen Tag pro Woche mit dem Partner zu verbringen“, erklärt Merks. Wer sich seine Ziele einmal bewusst gemacht hat, davon ist Merks überzeugt, der steht auch eher für sie ein. Und: „Je konkreter die Ziele, desto eher werden sie umgesetzt.“ **KATRIN OSTERKAMP**

„Erfüllt leben“: In Hamburg findet das Seminar vom 26. bis 28. Januar sowie 11. bis 13. Mai statt. Kosten: 495 Euro (ohne Verpflegung und Unterkunft). Infos und Anmeldung: Tel. 414 24 10 oder [www.erfuelltleben.de](http://www.erfuelltleben.de).



Fotos: ddb, hfr



Wenn sich im Büro die Aktenberge türmen, gerät bei vielen auch privat das Leben durcheinander. Ein konkreter Lebensplan kann hier helfen

VERLOSUNG

Die MOPO und Veränderungsexperte Michael Merks verlosen zwei Plätze für das Masterplan-Seminar vom 26. bis 28. Januar im Gastwerk in Bahrenfeld im Wert von je 495 Euro. Enthalten sind die Kosten für das gesamte Seminar inklusive optionaler Einzelcoachings in den Abendstunden und aller Materialien. Nicht enthalten: Verpflegung sowie Hotelaufenthalt (falls gewünscht). Genau das Richtige für all jene, die das Gefühl haben, in ihrem Leben läuft etwas falsch, und die nicht wissen, was sie ändern sollen, um sich wieder besser zu fühlen.

Teilnahme am Gewinnspiel unter (01379)370133 und das Lösungswort nennen (0,50 €/Anruf aus dem Festnetz). Oder per SMS bitte genau wie folgt: MOPO VERÄNDERUNG VORNAME NAME STRASSE NR PLZ ORT. Als Empfängernummer bitte die 844 66 wählen, keine Vorwahl erforderlich (0,59 €/SMS; 0,12 € VFD2 Trsp.). Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Teilnahmechluss: heute um 24 Uhr.

**Tag der offenen Tür**  
Sa. 3. März, 9 - 17 Uhr

Die Perspektive für Realschüler

Ausbildungsgänge zum Assistenten für:

- Mikroelektronik
- Physik
- Medieninformatik
- Technische Informatik
- Wirtschaftsinformatik

**ptl wedel**  
PHYSIKALISCH-TECHNISCHE LEHRANSTALT

Feldstraße 143  
22880 Wedel  
Tel.: 04103-8048-0  
[www.ptl.de](http://www.ptl.de)

**Tag der offenen Tür**  
Sa. 3. März, 9 - 17 Uhr

Campus, Kompetenz, Karriere

Internationale Bachelor-/Masterstudiengänge

- BWL, Informatik, Medieninformatik, Technische Informatik, Wirtschaftsinformatik, Wirtschaftsingenieurwesen

**fh wedel**  
UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Feldstraße 143  
22880 Wedel  
Tel.: 04103-8048-0  
[www.fh-wedel.de](http://www.fh-wedel.de)

**Neue Bildungsangebote**

Aktuelle Programme von Weiterbildung Hamburg

Neues Jahr, neue Chancen: Bei Weiterbildung Hamburg gibts zwei neue Programme für all jene, die endlich mal wieder etwas für ihre Bildung tun wollen: Die Broschüren „Beruf und Weiterbildung“ mit zwölf Veranstaltungen von Januar bis Juni sowie „Früchte des Wissens“ mit allen Infos rund um den Bildungsurlaub. Beide Programme gibt es kostenlos bei Weiterbildung Hamburg, Lange Reihe 81, und in allen Bücherhallen. Weitere Infos auch im Internet unter: [www.weiterbildung-hamburg.de](http://www.weiterbildung-hamburg.de)

**Die Qualifizierer!**

**Ihre Chance für 2007:**  
Umschulung/Ausbildung im Bereich Metalltechnik

- 24-monatige Umschulung für ALG I- und ALG II-Empfänger**  
**Zerspanungsmechaniker**  
Start: Februar  
Voraussetzungen: mathematisches Verständnis und ausreichende Deutschkenntnisse
- 24-monatige Umschulung für ALG I- und ALG II-Empfänger**  
**Konstruktionsmechaniker**  
Start: Februar  
Voraussetzungen: mathematisches Verständnis und ausreichende Deutschkenntnisse
- 24-monatige Umschulung für ALG I- und ALG II-Empfänger**  
**Industriemechaniker**  
Start: Februar  
Voraussetzungen: mathematisches Verständnis und ausreichende Deutschkenntnisse

Info-Veranstaltungen: **30. Januar** und **7., 14. + 21. Februar 2007**, jeweils um 10 Uhr, in der Billstraße 117, 20539 Hamburg, Nähe S-Bahn Rothenburgsort. Auskünfte erteilt Ihnen: Annette Ebel, Tel. (040) 78 85 61 12, E-Mail: [anette.ebel@bfw.de](mailto:anette.ebel@bfw.de) oder Verena Roden, Tel. (040) 7 88 56-123 oder -215.

Sprechen Sie mit Ihrem zuständigen Berater oder Fallmanager bei der Agentur oder ARGE über die Finanzierung durch einen Bildungsgutschein.

Nach erfolgreichem Abschluss der Umschulungen ist eine **Arbeitsaufnahme über die Firma Franke + Pahl** geplant!

**bfw** **inab** **max** **weitblick**

**BUCHTIPP**

Eine Bewerbung zu schreiben, konfrontiert die Job-suchenden immer wieder mit Fragen wie: Wie sieht ein modernes Anschreiben aus? Welche Form sollte der Lebenslauf haben? Welche Zeugnisse lege ich am besten bei? Diese und viele andere Fragen werden in „Die überzeugende schriftliche Bewerbung“ von den Bewerbungsexperten **Jürgen Hesse** und **Hans Christian Schrader** beantwortet. Schritt für Schritt können sich Bewerber an den vorgegebenen Beispielen entlanghangeln und so ihre eigene, die Personalchefs wirklich überzeugende Bewerbung zusammenstellen. Eichborn Verlag, 160 Seiten, 12,90 Euro, ISBN 3-8218-5877-X

**MANAGEMENT INSTITUT BERGHAUSEN**

Berufsbegleitende Lehrgänge Beginn Frühjahr 2007:

- **Controller IHK**
- **Assistent/in IHK für Controlling**

Info-Veranstaltung 14.02.2007 [www.management-institut.de](http://www.management-institut.de)  
Tel.: (05 11) 79 07-1 00

Hamburg | Berlin | Hannover...

**Seminar für Blattmacher**

Journalisten versuchen, mit Text und Layout ihre Zielgruppe anzusprechen. Die Optik ist dabei ein wichtiges Element. Im Seminar „Magazin- und Zeitungsgestaltung“ vermittelt Creative-Direktorin Nikola Wachsmuth die wichtigsten Grundregeln der Seitengestaltung. Termine: 21.-22.4. und 15.-16.09. in der Akademie für Publizistik (Warburgstr. 8-10). Kosten: 420 Euro (plus MwSt.). Kontakt: Tel. 538 60 85 oder [www.nw-medien.de](http://www.nw-medien.de).

**CHANCE für 2007: BERUFSABSCHLUSS NACHHOLEN!**

- ✓ Sie arbeiten erfolgreich in Lager, Transport oder Umschlag
- ✓ Zur beruflichen Entwicklung fehlt Ihnen der Berufsabschluss
- ✓ Sie möchten Ihre Kenntnisse mit einer Kammerprüfung nachweisen

**Fachkraft für Lagerlogistik**  
... als Weiterbildung für Arbeitnehmer

- Nächster Start: 23. Januar 2007
- Neben der Arbeit: Nur für Beschäftigte
- Mit Zuschuss von der Agentur f. Arbeit/ EU
- Einzelne Module mit Zertifikat

KWB e.V.  
Koordinierungsstelle Weiterbildung und Beschäftigung e.V. ☎ (040) 63 78 55-00  
Fr. Moritz/Fr. Abel [www.kwb.de](http://www.kwb.de)

**Beruf und Weiterbildung**

Veranstaltungen **Januar 2007**

**25.1. Job-Chancen im Ausland**

Dauer 17-18.30 Uhr | Kosten 6 € | Anmeldung Tel. (0 40) 28 08 46 46 · veranstaltung@weiterbildung-hamburg.de | Weitere Infos Lange Reihe 81 · [www.weiterbildung-hamburg.de](http://www.weiterbildung-hamburg.de)

**Click.**  
Gemeinsam stark am Markt.

**Beratung zu Existenzgründung und Kooperation**

Tel. 040/28 08 46 36 [www.gruenden-und-kooperieren.de](http://www.gruenden-und-kooperieren.de)

**SPRACHENSCHULE**  
[www.colon.de](http://www.colon.de) · [info@colon.de](mailto:info@colon.de)

**ENGLISCH, SPANISCH, FRANZ., ITALIEN., DEUTSCH**  
plus 12 weitere Sprachen  
**LAUFEND NEUE KURSE!**

**Colón**

Colonnaden 96 · 20354 HH-Zentrum  
Tel. (040) 34 58 50 · Fax 34 68 54

**GRAFIK DESIGN STUDIUM**

Die staatlich anerkannte private Berufsfachschule für Grafikdesign  
BAFöG anerkannt, Lange Reihe 29, 20099 Hamburg, Tel. 040-327180

**KUNSTSCHULE ALSTERDAMM**  
[www.alsterdamm.de](http://www.alsterdamm.de)

**Hamburger Akademie für Kommunikationsdesign und Art Direction**

Berufsausbildung-Vollstudium mit berufsqualifizierendem Abschluss zum Kommunikationsdesigner und Art Director  
Staatlich anerkannt/BAFöG berechtigt  
Infotag, freitags um 10 Uhr (bitte anmelden)

[www.hamburger-akademie.de](http://www.hamburger-akademie.de)  
20097 Hamburg · Spaldingstr. 79  
Tel. 040/23 23 88 · Fax 040/23 00 73

**WBS TRAINING AG** · Süderstraße 79a · 20097 Hamburg  
Fon 0 40/22 94 32 43 · [Petra.Niemann@wbstraining.de](mailto:Petra.Niemann@wbstraining.de)

**Entwicklung braucht Training**

Vollzeitqualifizierungen

- Web-Developer**  
Dauer 6 Monate Start: 15.01.07
- Modulare Qualifizierung für Kaufleute/Techniker mit Schwerpunkt SAP® R/3**  
Dauer 3 Monate Start: 29.01.07
- SAP-Berater Business Information Warehouse**  
Dauer 5 Monate Start: 29.01.07
- Anwendungsentwickler/in mit ABAP/Java-Programmierung mit SAP NetWeaver®**  
Dauer 6 Monate Start: 29.01.07
- MCSA, MCSE**  
Dauer 8 Monate Start: 29.01.07
- AutoCad/Catia U5/ProEngineer**  
Dauer 5 Monate Start: 29.01.07
- Wirtschaftsenglisch mit LCCI-Zertifikat**  
Dauer 3 Monate Start: 05.02.07
- Fachlogistik mySAP® R/3 Beraterzertifizierung**  
Dauer 6 Monate Start: 26.02.07
- SAP-Berater Financials (Schwerpunkt Controlling)**  
Dauer 5 Monate Start: 26.02.07
- SAP-Berater Personalwirtschaft**  
Dauer 6 Monate Start: 19.03.07
- Organisationsberater/in mit SAP® R/3**  
Dauer 7 Monate Start: 23.04.07

Weitere Fortbildungen:

- Pflegehelferin**  
Dauer 4 Monate Start: 26.02.07
- Wach- und Sicherheitskraft § 34a**  
Dauer 5 Monate Start: 02.04.07

Fon 040/22 94 32 43

Förderung mit Bildungsgutschein  
Möglich für ALG I und ALG II

[www.wbstraining.de](http://www.wbstraining.de)

**25 JAHRE**  
KOMPETENZ IN DER WEITERBILDUNG