Leseübungen

4 Regeln im Unternehmen

a Zu welchem Thema passen die Regeln? Überfliegen Sie die Regeln und ordnen Sie zu.

Arbeitsbedingungen: 1, 8, Ernährung: _____
Bewegung/Entspannung: _____ Beratung: _____

Die Unternehmensleitung informiert:
Die Gesundheit und Zufriedenheit von unseren Mitarbeitern stehen an erster Stelle.

Unsere 10 Goldenen Regeln:

1) Der beste Arbeitsplatz
Wir wollen, dass Sie sich bei uns wohlfühlen. Sitzen Sie lieber auf einem Ball oder auf einem Schreibtischstuhl? Hätten Sie gern längere oder kürzere Pausen? Wir erarbeiten gemeinsam mit Ihnen Ihre individuellen Arbeitsbedingungen.

2) Richtiges Essen
In unserer Kantine finden Sie gesunde Mahlzeiten, die wir nach den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen zusammenstellen. Auch Allergiker und Vegetarier sind bei uns bestens versorgt!

3) Wasser ist Leben
Versorgen Sie Ihren Körper und den Kreislauf mit Wasser! Wir bieten auf jeder Etage an mehreren Orten Flaschen mit frischem Wasser an.

4) Regelmässiges Training
Sport stärkt die Abwehrkräfte, reduziert Stress und trägt zu einem größeren Wohlbefinden bei. Nutzen Sie unser Fitnessangebot. Sie können aus verschiedenen Angeboten von Aerobic bis Zumba Ihr persönliches Programm zusammenstellen.

5) Frische Luft und Licht
Sie sitzen die meiste Zeit in Ihrem Büro? Sauerstoff macht munter und fit! Daher finden die meisten unserer Fitnessangebote im Freien statt.

6) Zum Ausgleich: Entspannung
Machen Sie mindestens eine kurze Entspannungsübung pro Tag. Anleitungen finden Sie in unserem Intranet.

7) Risiko Suchtmittel
Tatsache ist, dass jede Schachtel Zigaretten Ihrer Gesundheit schadet! Nutzen Sie unsere Angebote und werden Sie Nichtraucher. Unsere Ansprechpartnerin für Suchtverhalten ist immer für Sie da.

8) Gesunde Beziehungen
Die Arbeitswelt ist ein Netzwerk aus Beziehungen. Ein wichtiger Faktor für Gesundheit ist, dass wir uns in diesem Netz wohlfühlen. Wir unterstützen Sie mit Weiterbildungsangeboten!

9) Ja zum Leben
Menschen, die positiv und selbstbewusst im Leben stehen, sind weniger anfällig für Stress. Unser psychologisches Expertenteam ist für Sie da, wenn die Situation mal etwas schwieriger wird.

10) Vereinbarkeit von Familie und Beruf
Wir wollen unser Unternehmen noch familienfreundlicher machen: Homeoffice, unser Kinderhaus, Angebote für Arbeitnehmer ab 55 und vieles mehr. Sprechen Sie mit unserer Personalabteilung über Ihre Bedürfnisse.

LIVEWORKSHEETS

b Was ist richtig? Lesen Sie den Text noch einmal und kreuzen Sie an.

1 Bei den Arbeitsbedingungen sind individuelle Lösungen möglich. ○
2 In der Kantine gibt es gesunde und vegetarische Mahlzeiten. Nur Allergiker kann die Firma nicht berücksichtigen. ○
3 Die Mitarbeiter können zwischen verschiedenen Fitnessangeboten wählen, die alle im Freien stattfinden. ○
4 Im Intranet werden Anleitungen zu kurzen Entspannungsübungen angeboten. ○
5 Alle Mitarbeiter, die mit dem Rauchen aufhören wollen, können dabei Unterstützung erhalten. ○
6 Es gibt Seminare, in denen es um das Verhältnis der Kollegen untereinander geht. ○
7 In schwierigen Zeiten kann man auch psychologische Beratung bekommen. ○
8 Das Unternehmen hilft den Mitarbeitern dabei, Karriere und Familie zu verbinden. ○

untereinander: among them

berücksichtigen: to consider

stattfinden: take place

aufhören: to stop, quit

Unterstützung erhalten: get help

Das Verhältnis: relationship

verbinden: to connect, to combine

LIVEWORKSHEETS

3 Test: Welcher Beruf passt zu mir?

a Lesen Sie die Fragen und kreuzen Sie an: Welche Antwort passt am besten zu Ihnen?

Info

Sie wissen noch nicht, was Sie später einmal werden wollen? Sie wollen herausfinden, für welchen Beruf Sie geeignet sind? Dann machen Sie den Test!

Und so geht's: *Test ausfüllen (jeweils nur ein Kreuzchen!) – Punkte zusammenzählen – Auswertung lesen*

Frage 1 von 8 Punkte

Welches Bild gefällt Ihnen am besten?



- ○ Hundebaby 4
- ○ Wasserhahn 2
- ○ Uhrwerk 1
- ○ Murmeln 3

Frage 2 von 8

Sie wollen einer Freundin / einem Freund im Haushalt helfen. Welche Arbeit übernehmen Sie?

- ○ Ich mähe den Rasen. 2
- ○ Ich koche ein leckeres Gericht. 4
- ○ Ich mache sauber oder räume auf. 3
- ○ Ich repariere kaputte Sachen. 1

Frage 3 von 8

Was machen Sie in Ihrer Freizeit am liebsten?

- ○ Ich treffe mich mit Freunden in einem Café oder gehe auf eine Party. 4
- ○ Ich lese ein gutes Buch. 3
- ○ Ich mache Sport. 2
- ○ Ich faulenze, sehe fern und esse Chips. 1

Frage 4 von 8

Sie müssen ein Regal aufbauen. Wie gehen Sie vor?

- ○ Ich lasse das lieber jemand anderen machen. 4
- ○ Ich mache es selbst, auch wenn es schwierig ist. 3
- ○ Ich baue es genau nach Gebrauchsanweisung. 1
- ○ Ich brauche keine Anleitung – Wasserwaage und Hammer genügen. 2



Frage 5 von 8 Punkte

Wie würden Sie sich selbst beschreiben?

- ○ freundlich und hilfsbereit 4
- ○ kontaktfreudig und lustig 3
- ○ zielstrebig und diszipliniert 1
- ○ optimistisch und ehrlich 2

Frage 6 von 8

Arbeit macht so richtig Spaß, wenn ...

- ○ ... ich anderen Menschen helfen kann. 4
- ○ ... ich richtig zupacken muss – auch wenn ich dabei schmutzig werde. 2
- ○ ... ich eigene Ideen einbringen kann. 3
- ○ ... ich konkrete Lösungen für praktische Probleme finden muss. 1

Frage 7 von 8

Welcher Beruf hat Ihnen als Kind am besten gefallen?

- ○ Astronaut/in 1
- ○ Feuerwehrmann/Feuerwehrfrau 2
- ○ Tierarzt/Tierärztin 4
- ○ Schriftsteller/in 3

Frage 8 von 8

Wie verhalten Sie sich allein auf einer Party?

- ○ Ich gehe selten allein auf eine Party. Lieber nehme ich einen Freund mit, der sonst allein zu Hause ist. 4
- ○ Ich stehe schüchtern in der Ecke und halte mich an meinem Glas fest. 1
- ○ Ich rede mit möglichst vielen Leuten, auch mit Fremden. 3
- ○ Ich rede nur mit Leuten, die ich kenne. 2

LIVEWORKSHEETS

b Zählen Sie Ihre Punkte und lesen Sie die passende Auswertung.

8–14 Punkte: Der technische Typ
Bevor Sie nicht herausgefunden haben, wie etwas funktioniert, geben Sie keine Ruhe. Dabei können Sie stundenlang vor sich hin arbeiten. Kontakt mit Menschen oder Abwechslung sind Ihnen nicht so wichtig. Für Sie eignen sich alle technischen Berufe und naturwissenschaftlichen Studiengänge.

15–20 Punkte: Der handwerkliche Typ
Es macht Ihnen nichts aus, auch mal schmutzig zu werden – Hauptsache, Sie haben Spaß an der Arbeit. Während andere noch nachdenken, haben Sie die Arbeit schon erledigt. Für Sie ist ein Ausbildungsberuf besser als ein Studium, da Sie nicht gern am Schreibtisch sitzen.

21–26 Punkte: Der kreative Typ
Ihr Motto: Bloß keine Langeweile aufkommen lassen! Sie brauchen einen Beruf, der viel Abwechslung mit sich bringt. Da Sie Ihre Freiheit lieben und gern Ihren Kopf durchsetzen, ist eine selbstständige Arbeit die richtige für Sie. Designer, Architekt oder auch Journalist sind Berufe, die gut zu Ihnen passen.

27–32 Punkte: Der soziale Typ
Während Sie kochen, überlegen Sie genau, wem was schmeckt. Bevor es nicht *allen* gut geht, geht es Ihnen auch nicht gut. Kontakt mit Menschen ist Ihnen sehr wichtig, da Sie nicht gern allein sind. Für Sie kommen alle Pflegeberufe infrage. Außerdem Studiengänge wie Pädagogik, soziale Arbeit oder Psychologie.

GRAMMATIK

da ≈ weil
Für Sie ist ein Ausbildungsberuf besser als ein Studium, da Sie nicht gern am Schreibtisch sitzen.

c Passt das Ergebnis zu Ihnen?
Machen Sie Notizen zu den Fragen und erzählen Sie.

① Welcher Typ sind Sie? ② Passt das zu Ihnen? ③ Warum / Warum nicht?

KOMMUNIKATION

Das Ergebnis / Der Test sagt, dass ich ein … Typ bin.
Das kann ich mir gar nicht / gut vorstellen.
Das hätte ich nicht erwartet. / Das passt sehr gut / überhaupt nicht.
Das entspricht meinen Fähigkeiten / mir (nicht).
Für technische/soziale/… Berufe bin ich sehr gut / eher nicht geeignet.
Da ich gern mit meinen Händen arbeite, passt das Ergebnis überhaupt nicht / gut zu mir.
Ich denke eher, dass ich technisch/handwerklich/… begabt bin.

LIVEWORKSHEETS

Schreiben Sie einen kurzen Text hier oder in Google Docs mit Namen:

LIVEWORKSHEETS