

BAHN **BKK**

STARTE DURCH!

Berufstarter Spezial



Jetzt fängt ein neues Leben an | Du planst gerade Deine weitere Zukunft? Egal, ob Du eine Ausbildung machen möchtest oder aber Abitur und Studium anvisierst – wir beraten Dich bei Deiner Entscheidung! Und dank unserer **maßgeschneiderten EXTRAS** kommt auch Deine Gesundheit in dieser spannenden Zeit nicht zu kurz.

Egal was Du vorhast – wir stehen an Deiner Seite!

Es gibt viele Möglichkeiten, was Du nach dem Schulabschluss alles tun kannst. Entsprechend unterschiedlich kann es dann mit Deiner Krankenversicherung aussehen. Hier findest Du einen Überblick, ob Du weiterhin kostenfrei familienversichert bleiben kannst oder ob Du Dich selbst versichern muss.

Die kostenfreie Familienversicherung ist grundsätzlich an verschiedene Altersgrenzen gebunden und fordert oftmals weitere Voraussetzungen. Deshalb ist diese Übersicht nur ein Anhaltspunkt für Dich, über Deine individuelle Situation sprechen wir gerne persönlich mit Dir. Rufe uns an – kostenfrei unter der Servicenummer ☎ **0800 22 46 255**

Deine kostenfreie Familienversicherung bleibt bestehen:

- Bis zum 23. Geburtstag, wenn Du nicht erwerbstätig bist,
- bis zum 25. Geburtstag, wenn Du Dich in einer Schul- oder schulischen Berufsausbildung befindest oder einen Freiwilligendienst nach dem Gesetz zur Förderung von Jugendfreiwilligendiensten (JFDG) leistest,
- auch bei einer Au-Pair-Tätigkeit oder einem Praktikum im Ausland.

Bei folgenden Voraussetzungen benötigst Du eine eigene Krankenversicherung:

- Berufliche Ausbildung
- Bezug von Halbweisen- oder Waisenrente
- Freiwilligendienst nach dem Gesetz zur Förderung von Jugendfreiwilligendiensten (JFDG)
- Duales Studium
- Erwerbslosigkeit ab dem 23. Geburtstag
- Beschäftigung oder Selbstständigkeit, wenn Du im Monat mehr als 470 Euro verdienst

Die Qual der Wahl

Du stehst gerade an einem spannenden Punkt in Deinem Leben: Die Entscheidung, wie es jetzt für Dich weiter geht, beeinflusst Deine ganze weitere Karriere. Wir helfen Dir beim Orientieren!

Die Berufswahl | Bei Überlegungen für Deinen späteren Beruf solltest Du immer Deine Fähigkeiten, Wünsche und Ziele berücksichtigen. Hier sind einige Punkte, an denen Du Dich orientieren kannst:

- Du bist sportlich und möchtest daher einen Beruf erlernen, der auch körperlich belastend sein kann?
- Du bist gewandt, künstlerisch-gestalterisch begabt und möchtest vielleicht einen kreativen Beruf erlernen?
- Hast Du Interesse am Umgang mit Menschen oder sorgst Du bei Konflikten dafür, dass es eine Lösung gibt, die für alle in Ordnung ist?
- Hörst Du Menschen gerne zu und kannst auf die verschiedenen Charaktere eingehen?
- Besitzt Du ein hohes Interesse am Rechnen, an Systemen und Mustern?
- Oder bist Du in der Lage, trotz hoher Belastung immer konzentriert und organisiert zu arbeiten?

Beantworte Dir diese Fragen und gehe damit in ein Berufsinformationszentrum. Dort erhältst Du Material zu den unterschiedlichsten Jobs und kannst Dich in einem persönlichen Gespräch mit dem Berufsberater genauer über Deinen Berufswunsch informieren. Vielleicht ist aber auch ein Studium genau das Richtige für Dich!

Informationen über ausbildende Unternehmen erhältst Du ebenfalls durch Deine örtliche Agentur für Arbeit, aber auch über die Industrie- und Handelskammer sowie die Handwerkskammer. Weitere Ansprechpartner sind die verschiedenen Berufsverbände.

Unser Tipp | Unter www.bahn-bkk.de/student findest Du nützliche Informationen zur studentischen Krankenversicherung, zu Auslandsaufenthalten und Nebenjobs.

Interessante Links* | Wir haben Dir einige nützliche Links zur Ausbildungsplatzsuche und Berufswahl zusammengestellt. Natürlich ohne Anspruch auf Vollständigkeit:

🌐 www.arbeitsagentur.de

Bundesagentur für Arbeit

🌐 www.ausbildungsstelle.com

Privates Suchportal

🌐 www.dihk.de

Website der deutschen Industrie- und Handelskammern

🌐 www.handwerkskammer.de

Portal der Handwerkskammern in Deutschland

🌐 www.meinestadt.de

Privates Portal für die Suche lokaler Stellenangebote

🌐 www.planet-beruf.de

Berufswahlportal der Bundesagentur für Arbeit

Eine Auszeit | Falls Du einfach noch nicht weißt, was Du beruflich machen möchtest oder erst mal eine Pause nach der Schule brauchst, dann nimm Dir doch bewusst Zeit zum Überlegen und Ausprobieren. Viele junge Menschen entscheiden sich in dieser Zeit für Praktika, Auslandsreisen oder ein freiwilliges soziales Jahr: In verschiedene Berufe hinein zu schnuppern, sich sozial zu engagieren oder als Au-Pair ins Ausland zu gehen, kann eine sehr bereichernde Erfahrung sein.

Hier haben wir Dir einige hilfreiche Links* zu alternativen Möglichkeiten nach dem Schulabschluss zusammengestellt.

🌐 www.bmfsfj.de

Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend

🌐 www.ijgd.de

Bundesverein der internationalen Jugendgemeinschaftsdienste

Unser Tipp | Unser Berufsstarterteam im Kundenservice ist für Dich da! Montags bis freitags von 8 bis 20 Uhr unter der kostenfreien Servicenummer ☎ **0800 22 46 255**.

🌐 www.praktika.de

Private Praktikumsbörse

🌐 www.praktikum.de

Private Praktikumsbörse

🌐 www.pro-fsj.de

Bundesarbeitskreis Freiwilliges Soziales Jahr

Oder lieber Akademiker werden? | Erfordert Dein Traumberuf eine weitere schulische oder akademische Qualifikation? Hast Du gute Noten, mach doch Dein Abitur und/oder studiere. Heute gibt es eine riesige Auswahl zugelassener Studiengänge, ob an einer (Technischen) Universität, einer Fachhochschule oder in Kombination mit einer Berufsausbildung – die Möglichkeiten sind fast unendlich.

Eine ungefähre Idee, wo die Reise hingehen soll, ist auch für das Studium wichtig. Frage Dich, welche Fähigkeiten Du besitzt, um den passenden Studiengang zu finden. Mach Dir Gedanken, welche Schulfächer Dir in der Vergangenheit bereits Spaß gemacht haben.

Informationen zu den unterschiedlichen Studiengängen findest Du bei der Bundesagentur für Arbeit und bei der Stiftung für Hochschulzulassung unter:

🌐 www.hochschulstart.de

Oder erkundige Dich gezielt an gewünschten Universitäten nach dem Studienangebot und den Zulassungsvoraussetzungen. Hast Du Dich für einen Studiengang entschieden, der Dir Spaß machen könnte und Deinen Fähigkeiten entspricht? Dann wünschen wir Dir dafür viel Erfolg.

Das erwartet Dich | Wir klären mit Dir alle individuellen Fragen zum Krankenversicherungsschutz auch bei Ferienjobs, Studentenjobs, Praktika als Schüler und als Student, einem freiwilligen sozialen Jahr (FSJ) und bei vielem mehr.

* Bei den Verweisen auf Webseiten, die außerhalb des Verantwortungsbereiches der BAHN-BKK liegen, übernehmen wir keinerlei Haftungsverpflichtung. Wir erklären hiermit ausdrücklich, dass zum Zeitpunkt des Drucks keine illegalen Inhalte auf den zu verlinkenden Seiten erkennbar waren. Auf die aktuelle und zukünftige Gestaltung, die Inhalte oder die Urheberschaft der verlinkten Seiten hat die BAHN-BKK keinerlei Einfluss. Deshalb distanzieren wir uns von allen Inhalten, die nach Drucklegung verändert wurden.

Mit Erfolg bewerben.

Hast Du eine Entscheidung über Deinen Berufswunsch getroffen? Dann geht es nun darum, sich zu bewerben. Wir zeigen Dir, wie Du hier punkten kannst.

Deine schriftliche Bewerbung | Deine Bewerbung ist Deine Visitenkarte. Um sicherzugehen, dass Deine Bewerbung auch an der richtigen Stelle ankommt, rufst Du am besten vorher schon mal im Unternehmen an. Lasse Dir schwierige Namen ruhig buchstabieren, denn es könnte peinlich werden, wenn Du den Namen Deines ersten Ansprechpartners falsch schreibst.

Gehe in Deinem Motivations- oder Bewerbungsschreiben detailliert darauf ein, warum gerade Du die richtige Person für die ausgeschriebene Stelle oder Ausbildung bist, welche Fähigkeiten und Erfahrungen Du vielleicht schon mitbringst und warum Du Dich für diese Stelle in genau diesem Unternehmen interessierst.

Zu einer vollständigen Bewerbung gehört außerdem ein übersichtlich gestalteter Lebenslauf, in dem Du Deine bisherige schulische Ausbildung und mögliche Praktika aufzählst. Am besten schickst Du die entsprechenden Zeugnisse gleich mit.

Deine Online Bewerbung | Die meisten Unternehmen bieten Dir heute an, sich einfach per Mail oder über ein Online-Bewerbungsportal zu bewerben. Hier gelten dieselben Regeln wie für die schriftliche Bewerbung. Achte aber darauf, dass Deine Anhänge wie Motivationsschreiben und Lebenslauf nicht zu viel Datenvolumen haben. Häufig wird in der Stellenanzeige eine maximale MB-Zahl genannt.

Das Vorstellungsgespräch | Wenn Deine Bewerbung überzeugt hat, wirst Du zu einem Vorstellungsgespräch eingeladen. Grundsätzlich gibt es zwei Arten von Auswahlverfahren: Das Einzelgespräch, bei dem Du meist von mehreren Personen des Unternehmens (zum Beispiel aus der Fachabteilung und der Personalabteilung) zu Deinem Lebenslauf, Deinen Fähigkeiten, Deiner Persönlichkeit und Deiner Motivation befragt wirst.



Und dann gibt es das Assessment Center, ein Gruppenauswahlverfahren, bei dem mehrere Bewerber eingeladen werden. Neben Einzelgesprächen musst Du hier verschiedene Tests und Übungen absolvieren, alleine und in der Gruppe.

Darauf kommt es an | Ob Einzelgespräch oder Assessment Center: Bereite Dich gut vor und informiere Dich vorab über das Unternehmen, zum Beispiel auf der Unternehmens-Website. Außerdem kann es helfen, das Vorstellungsgespräch und Deine Selbstpräsentation mit Freunden oder Familie zu üben. Versuche auch, Dich über die Höhe der Ausbildungsvergütung schlau zu machen. Wirst Du nach Deiner Gehaltsvorstellung gefragt, kannst Du eine kompetente Antwort geben.

Der äußere Eindruck entscheidet schon in den ersten Sekunden über Sympathie oder Antipathie. Daher ist ein angemessenes Erscheinungsbild ausschlaggebend. Kleide Dich entsprechend des Branchenumfeldes, fühle Dich aber noch wohl in der Kleidung. Befrage auch Deine Eltern und Freunde, was sie von Deinem Outfit halten. Im Zweifel lieber etwas förmlicher anziehen als vielleicht nötig!

Egal ob Begrüßung, Gespräch oder Verabschiedung, beim Small Talk am Empfang oder im Gespräch mit der Personalleitung: Sei stets höflich, aufmerksam und aufgeschlossen. Das Benehmen ist ein wichtiger Faktor bei der Beurteilung Deiner Persönlichkeit und Deiner sogenannten „Soft Skills“. Das sind Fähigkeiten wie Kommunikationsstärke, Teamfähigkeit, selbstsicheres Auftreten, eine schnelle Auffassungsgabe, logisches Denken und Ähnliches.

Bringe Dir einen Schreibblock sowie einen Stift mit. So kannst Du Dir während des Gesprächs Notizen machen. Außerdem kannst Du dir vorab Fragen notieren, die Du zur Stelle und Deiner Ausbildung hast. Das zeugt von ehrlichem Interesse und vermittelt eine strukturierte Arbeitsweise.

Und ganz wichtig | Locker bleiben sollte Deine Devise sein. Sei einfach Du selbst, schon dadurch kannst Du Deine Nervosität reduzieren. Es ist am einfachsten, wenn Du so bist, wie Du bist. Denke daran, die Personen, die Dir gegenüber sitzen, sind auch nur Menschen.

Wir wünschen Dir viel Erfolg bei Deiner Berufswahl und im Bewerbungsprozess.!



Berufsstart – Jetzt geht's los.

Gratulation, Du hast Deinen gewünschten Ausbildungsplatz erhalten! Du stehst nun auf eigenen Beinen. Das ist eine ziemliche Herausforderung. Wir helfen Dir dabei, den Berufseinstieg ganz entspannt zu meistern.

Deine Krankenversicherung | Beginnst Du eine betriebliche Ausbildung, endet Deine Familienversicherung über Deine Eltern. Hast Du die Zusage für Deinen Ausbildungsplatz, genügt ein Anruf bei uns. Wir senden Dir dann eine Mitgliedschaftserklärung zu. Noch schneller geht es mit unserer Online-Mitgliedschaftserklärung:

🌐 www.bahn-bkk.de/mitgliedschaft

Spezielle Sondertarife | Für Auszubildende gibt es im öffentlichen Nahverkehr oft günstige Sondertarife, gleiches gilt für Schwimmbäder, Theater oder andere kulturelle Angebote. Nimm Deinen Schülerschein von der Berufsschule immer mit und erkundige Dich nach Rabatten.

Unser Tipp | Bis zu Deinem 18. Geburtstag bist Du von der Zuzahlung zu Arznei-, Verband-, Heil- und Hilfsmitteln befreit.

Führungszeugnis | Viele Arbeitgeber möchten vor der Einstellung ein (erweitertes) polizeiliches Führungszeugnis von Dir sehen. Dieses kannst Du persönlich bei Deinem Einwohnermeldeamt gegen Gebühr beantragen und bekommst es dann zugeschickt.

Girokonto einrichten | Da Du mit Beginn der Ausbildung monatlich ein Gehalt bekommst, solltest Du ein Girokonto bei einer Bank einrichten – falls Du noch keines hast.

Vermögenswirksame Leistungen | Falls Dir Dein Arbeitgeber vermögenswirksame Leistungen gewährt, wende Dich an Deine Bank oder Versicherung und erkundige Dich über entsprechende Verträge. Einen solchen Vertrag kannst Du aber auch ohne einen Zuschuss des Arbeitgebers abschließen.

Berufsausbildungsbeihilfe | Bei der örtlichen Bundesagentur für Arbeit kannst Du erfahren, ob Du die Voraussetzungen erfüllst, um eine Berufsausbildungsbeihilfe zu erhalten.



Vorteile für Teens und junge Erwachsene

Kennst Du schon unsere innovativen EXTRAS, die mehr bringen, aber nicht mehr kosten? Hier stellen wir Dir einige Highlights vor.

Gesundheitsbonus ab 16 Jahren | Du machst regelmäßig Sport, besuchst Gesundheitskurse und nimmst Vorsorgeuntersuchungen wahr? Herzlichen Glückwunsch! Deine gesunde Lebensweise und Dein Engagement belohnen wir mit einem attraktiven Gesundheitsbonus - bereits für eine durchgeführte Gesundheitsmaßnahme gibt es 30 Euro.

🌐 www.bahn-bkk.de/gesundheitsbonus

Fit bleiben mit Gesundheitskursen | Gesundheitskurse bezuschussen wir zu 80 Prozent - bis zu 300 Euro pro Jahr für zwei Kurse. Kurse unserer Kooperationspartner, zum Beispiel beim Gesundheitsurlaub, sind für Dich sogar kostenfrei.

🌐 www.bahn-bkk.de/gesundheitsangebote

Auslandsreise-Schutzimpfungen | Ob bei Auslandssemestern, Fernreisen oder Kurztrips - es empfiehlt sich, den bestehenden Impfschutz für das jeweilige Reiseland zu prüfen. Wir übernehmen die Kosten für Schutzimpfungen gegen übertragbare Krankheiten bei Auslandsreisen.

🌐 www.bahn-bkk.de/auslandsreiseschutzimpfung

Auslandsversicherung für Studenten und Au-Pairs |

Bei Langzeit-Auslandsaufenthalten von bis zu zwölf Monaten sichert Dich unser Kooperationspartner DEVK in Zusammenarbeit mit der Europäischen Reiseversicherung AG ideal ab. Die Auslandsversicherung für Studenten, Au-Pairs, Sprachschüler und Praktikanten beinhaltet eine medizinische Notfall-Hilfe (täglich 24 Stunden), den Krankenrücktransport sowie die Übernahme anfallender Kosten für stationäre und ambulante Heilbehandlungen, Arzneimittel, Heil- und Verbandsmittel und schmerzstillende Zahnbehandlungen. Informiere Dich über die günstigen Tarife und Konditionen unter:

🌐 www.bahn-bkk.de/ausland



InfoMedicus | Unsere weltweite, kostenfreie Gesundheitshotline ist für Dich da – immer und überall, 24 Stunden am Tag, 365 Tage im Jahr. Zum Beispiel, wenn Du während eines Auslandsaufenthalts medizinische Hilfe oder Beratung benötigst. Ärzte und medizinisch geschultes Personal beantworten Deine Fragen und nennen Dir deutsch- oder englischsprachige Krankenhäuser und Ärzte an Deinem Aufenthaltsort.

🌐 www.bahn-bkk.de/infomedicus

Unser Tipp | Unter 🌐 www.bahn-bkk.de/extras findest Du alle unsere EXTRAS kompakt auf einen Blick.

Krankenzusatzversicherung | Das Thema Vorsorge ist uns wichtig. Deshalb haben wir gemeinsam mit der DEVK wichtige Krankenzusatzversicherungen für Dich entwickelt. Damit bist Du in allen Lebenslagen bestens gewappnet. Der Tarif **BAHN-BKK Prävention** enthält beispielsweise:

- Professionelle Zahnreinigung
- Großen Gesundheits-Check
- Viele weitere Zusatzuntersuchungen

Alle Details findest Du unter:

🌐 www.bahn-bkk.de/krankenzusatzversicherungen

Hautkrebs-Screening | Hautkrebs ist die weltweit am häufigsten auftretende Krebserkrankung. Früh erkannt ist Hautkrebs heute heilbar. Du kannst Dich bereits vom 16. Geburtstag an bei ausgewählten Ärzten alle zwei Jahre kostenfrei auf Hautkrebs untersuchen lassen. Wir übernehmen dafür die vollen Kosten.

🌐 www.bahn-bkk.de/hautkrebs-screening

HPV-Impfung | HP-Viren werden durch Geschlechtsverkehr übertragen und können zu Gebärmutterhalskrebs führen. Mediziner empfehlen, Mädchen und Jungen vor dem ersten Sexualkontakt mit dieser Impfung zu schützen. Wir übernehmen daher die Kosten für eine HPV-Impfung von Mädchen und Jungen im Alter von 9 bis 19 Jahren. 🌐 www.bahn-bkk.de/hpv

Hast Du Fragen? | Wir sind für Dich da! Persönlich, telefonisch und online. Besuche uns in unseren bundesweit zwölf ServicePunkten, rufe uns an oder chatte mit uns. Mit unserem ServiceVideoChat können wir zum Beispiel Anträge auch gemeinsam ausfüllen – ohne, dass Du Dein Wohnzimmer verlassen musst.

🌐 www.bahn-bkk.de/kontakt

Du willst Mitglied werden? Super, das geht ganz leicht!

Als Familienversicherter genügt ein Anruf bei uns! Wir senden Dir dann eine Mitgliedschaftserklärung zu. Oder Du nutzt einfach unsere digitale Mitgliedschaftserklärung unter: [🌐 **www.bahn-bkk.de/mitgliedschaft**](https://www.bahn-bkk.de/mitgliedschaft)

Nach Eingang der Mitgliedschaftserklärung senden wir Dir dann Deine Mitgliedsbescheinigung zu, damit kannst Du Deinen Arbeitgeber informieren. Deine elektronische Gesundheitskarte bekommst Du selbstverständlich rechtzeitig zum Beginn Deiner Mitgliedschaft.

Werden Sie Fan | Du möchtest Dich regelmäßig über Gesundheitsthemen sowie unsere Leistungen und EXTRAS informieren? Dann folge uns auf Facebook oder Instagram.

[🌐 **www.facebook.com/bahnbkk**](https://www.facebook.com/bahnbkk)

[🌐 **www.instagram.com/bahnbkk**](https://www.instagram.com/bahnbkk)

Service garantiert – auch am Wochenende!

Wir beraten Dich gerne täglich von
8 bis 20 Uhr. Und das kostenfrei.

☎ 0800 22 46 255

✉ service@bahn-bkk.de

🌐 www.bahn-bkk.de

