



LUDWIGSBURGER
KREISZEITUNG

MIT FREUNDLICHER UNTERSTÜTZUNG VON:



Klasse 7 der Johannes-Kullenschule Korntal

KORNTAL-MÜNCHINGEN

Acht Mädchen und zwei Jungen

Die Klasse 7 der Johannes-Kullenschule hat sich schon im Herbst 2015 für das Thema „Alltag eines Postboten“ entschieden. Die Klasse besuchen zwei Mädchen und acht Jungen im Alter von zwölf bis 15 Jahren. Zusammen mit ihrem Lehrerteam haben sie einen Vormittag lang die Postzustellerin Martina Drynda in ihrem Bezirk in Korntal begleitet. Zuerst trafen sie sich am Postverteilungszentrum und Martina Drynda erklärte, wie sie die Post sortiert. Anschließend gingen alle hinaus und verteilten die Post in mehreren Straßen. Zum Abschluss wurde Martina Drynda von zwei Schülern interviewt. Im Vordergrund hatten sich die Schüler gemeinsam einen Fragenkatalog überlegt. Er half, Fragen rund um den Beruf des „Postboten“ zu stellen.

Die Schüler, das sind Xenia Seethaler, Carina Wetzel, Jamie Dapper, Leon Kübler, Vincent Duman, Justin Grupp, Bashkim Erkaya, Lukas Rössle, Dominik Blatz, Alessandro Carrozza. Die Lehrer heißen Sabrina Pfeifer-Schmidt, Gianni Ventrella und Stefan Vetter.

EIN GEDICHT

Hallo ihr lieben Briefträger,

...ich wollt mich mal bedanken, für alles, was sie uns so bringen, mach ich mir Gedanken.

Egal, ob's regnet oder schneit, ihr seid halt immer da, auch bei Hagel und bei Sturm, für uns ist's sonnenklar.

Die Wege, die ihr für uns macht, die möchte ich nicht gehen, leider gibt's zu wenig Menschen, die es auch so sehen.

Und ist die Post auch dieses Mal gar nicht so beliebt: Kann ich nur das Eine sagen,

... schön, dass es euch gibt!

Norbert von Tiggelen

SERVICE AUF DEM LAND

Ohne Mops läuft bei Post nichts

In ländlichen Gebieten sind die Bezirke sehr groß. Dafür wohnen dort weniger Menschen. Deshalb übernehmen die Postzusteller häufig die Aufgaben des Postservice wie etwa die Einzahlung und Auszahlung von Postbankguthaben, die Annahme von Postsendungen oder den Verkauf von Briefmarken. Sie werden dann MOPS (Mobiler Postservice) genannt.

RECHERCHE

Der Handscanner ist immer dabei

Wer als Postzusteller arbeiten möchte, sollte unbedingt wetterfest sein und eine gewisse Fitness mitbringen

KORNTAL-MÜNCHINGEN

Um als „Fachkraft für Kurier-, Express- und Postdienstleistungen (FKEP)“ zu arbeiten, muss man eine zweijährige Ausbildung durchlaufen. Früher sagte man dazu Postzusteller. Noch älter und bis heute geläufiger ist Postbote. Als Voraussetzung brauchen die Bewerber mindestens einen guten Abschluss der Werkrealschule oder einen mittleren Bildungsabschluss.

Die Ausbilderin Petra Durchdenwald aus Stuttgart sagt: „Unsere Azubis sollten flexibel, zielstrebig und vor allem zuverlässig sein. Wichtig ist auch, dass sie sich schon selbst über den Beruf informiert haben, den sie ergreifen wollen – und natürlich über das Unternehmen Deutsche Post. Wer in der Zustellung arbeiten will, sollte unbedingt wetterfest sein und eine gewisse Fitness mitbringen, schließlich ist das ein körperlich anspruchsvoller Beruf, der sich hauptsächlich im Freien abspielt.“

Die Bezahlung als Azubi ist gut: Im ersten Jahr bekommen die Lehrlinge 757 Euro, im zweiten Jahr 837 Euro. Wer eine Ausbildung bei der Deutschen Post macht, hat den Vorteil, bei einer der größten deutschen Firmen arbeiten zu können. Da gibt es viele Sonderleistungen, die kleinere Firmen nicht bieten können. Die Deutsche Post versucht jedes Jahr, alle Azubis zu übernehmen.

Ohne die Postzusteller würde jeder umsonst auf die Post warten. Aber laufen sie alle in ihren



Mittendrin statt nur dabei: Die Siebtklässler haben zusammen mit Martina Drynda die Post sortiert und ausgetragen.

Bezirken die Straßen ab? Nein, alle FKEPs benutzen Fahrzeuge. Die können sehr unterschiedlich sein. Ist der Bezirk nicht groß, reicht ein Zustellwagen, den der Postzusteller vor sich her schiebt. Jeder hat wahrscheinlich schon Postboten mit einem Lastenfahrzeug oder einem Tribike (vorne ein Rad, hinten zwei Räder) gesehen. Oft haben sie einen Elektromotor zur Unterstützung. Häufig begegnet man auch den gelben Vans. Für

Paketzustellungen sind sie ein Muss. Der modernste Kleintransporter ist zur Zeit der Streetscouter. Alle Postzusteller sind heute mit einem Handscanner unterwegs, auf dem der Empfänger den Erhalt von Einschreiben oder Paketen mit seiner Unterschrift bestätigen muss.

Es ist wohl einer der wenigen Berufe, mit denen jeder im Alltag zu tun bekommt. Erstens stellt er Postkarten, Briefe, Päckchen und



Fotos: Klasse 7

Pakete zu. Dazu muss er Briefkästen leeren, Sendungen sortieren, diese dann für den weiteren Versand vorbereiten und dann die Zustellfolge planen. Zweitens bearbeitet er auch die Kunden und nimmt von ihnen Sendungen entgegen. Zu den Postkunden gehören wir alle, da jeder von uns Post bekommt und Post versendet.

Drittens nehmen die FKEPLer Geldzahlungen in Empfang, rechnen ab und dokumentieren Post-

sendungen, indem sie den Weg der Postsendung verfolgen.

Heute werden weniger Briefe und Postkarten verschickt als früher, weil es das Internet gibt. Trotzdem haben Fachkräfte für Kurier-, Express- und Postdienstleistungen aus derzeitiger Sicht einen sicheren Arbeitsplatz, weil durch die Bestellungen im Internet immer mehr Päckchen und Pakete transportiert werden müssen.

„Bewege mich gerne an der frischen Luft“

Interview mit der Fachkraft für Postdienstleistungen Martina Drynda, die in Korntal arbeitet

KORNTAL-MÜNCHINGEN

FRAGEN: JAMIE DAPPER UND XENIA SEETHALER

Wie sind Sie auf die Idee gekommen, eine Postzustellerin und somit eine Fachkraft für Kurier-, Express- und Postdienstleistungen zu werden?

Martina Drynda: Als Jugendliche trug ich immer wieder Werbeprospekte bei uns im Stadtviertel aus. Das hat mir viel Freude gemacht. Deshalb habe ich dann später eine Ausbildung bei der Post begonnen.

Wie lange hat die Ausbildung gedauert?

Die Ausbildung zur Fachkraft für Kurier-, Express- und Postdienstleistungen (FKEP) ging über einen Zeitraum von zwei Jahren.

Warum gefällt Ihnen die Arbeit als Postzustellerin?

Ich kann meine Arbeit unabhängig von anderen tun. Der Kontakt mit Menschen ist mir wichtig, damit ich mich wohlfühle. Ich bewege mich viel und bin gerne an der frischen Luft.

Macht Ihnen denn feuchtes Wetter überhaupt nichts aus?

Es gibt kein schlechtes Wetter, sondern nur unpassende Kleidung. Wir tragen Berufskleidung ähnlich wie eine Uniform. Die Farbe Gelb darf natürlich nicht fehlen. Es sind besondere für die Post hergestellte Jacken. 5 in 1 nennt es sich. Je nach Wetter kann man es zum Beispiel als Winterjacke, als Regenjacke oder als Blouson benutzen. Neben der Dienstkleidung brauchen wir immer unseren Dienstausweis, um beweisen zu können, dass wir als Zusteller bei der Post arbeiten.

Wann beginnen Sie morgens mit



Martina Drynda. Foto: Klasse 7

der Arbeit? Wann hören Sie auf?

Je nach Jahreszeit zwischen 6.50 und 7.20 Uhr. Ich beende meine Arbeit meistens zwischen 15 und 16 Uhr. Alle Postzustellungen in meinem Bezirk, egal ob Briefe, Postkarten oder etwas anderes, müssen verteilt worden sein. Zwischendrin darf ich zweimal 15 Minuten Pause machen.

Morgens bin ich die ersten drei Stunden im Postverteilungszentrum, um die Post zu sortieren und einzuscannen. Danach fahre ich mit meinem Lastenfahrzeug, das einen kleinen Elektromotor besitzt, los und verteile die Post. Wenn ich ins Postverteilungszentrum zurückkomme, muss ich die Post nachbereiten. Belege müssen eingeordnet, Briefe ohne Adressat zurückgesendet und Postwurfsendungen ausgescannt werden.

Das hört sich gar nicht so langweilig an, wie ich es mir heute Morgen noch vorgestellt habe. Wir danken Ihnen herzlich für das Interview und wünschen Ihnen weiterhin viel Spaß bei der Arbeit!

Vielen Dank! Euch viel Erfolg in der Schule und ein glückliches Händchen bei der Berufsauswahl.

KURZ NOTIERT

Geheim! Geheim! Geheim!

Das Briefgeheimnis soll verhindern, dass private Nachrichten von Menschen gelesen werden, die dazu nicht die Erlaubnis haben. Jede schriftliche Mitteilung durch Postkarten und Briefe, die an einen genannten Empfänger gerichtet ist, darf nur von diesem geöffnet werden. Das Briefgeheimnis beginnt etwa beim Einwurf des Briefes in den Briefkasten oder der Abgabe des Päckchens bei der Postfiliale und endet erst mit der Auslieferung beim Empfänger. Es schließt auch die Adressdaten ein. Handelt es sich um

gerichtliche Belange wie etwa um eine Straftat, darf ausnahmsweise ein Richter diese Nachricht lesen. Deshalb muss es eine Charakterstärke des Postzustellers sein, nicht aus lauter Neugier die Post der Kunden zu öffnen oder jemandem anderen etwas über die Art der Briefe zu erzählen.

Hundeflüsterer?

Der Postbote muss sich mit einer Terrasse besonders gut verstehen. Er trifft sie immer wieder und wird von ihr als Eindringling oder Angstmacher empfunden. Viele Hunde

reagieren schon alleine allergisch auf die Uniform und fangen dann an zu bellen, zu knurren oder sogar zu beißen, wenn sie einen Briefzusteller sehen. Das wohl mit Abstand größte Problem für die Postboten. Deshalb werden von der Post regelmäßig Kurse angeboten, wie man den Vierbeinern entspannt und gelassener begegnen oder sich bei Angriffssattacken schützensicher verhalten kann.

Der Schutzpatron der Postboten

Früher hatten alle Berufe in Deutschland und Europa einen Schutzpatron. Diese waren Vorbilder und Heilige, die einen vor Gefahren schützen und vor Unheil bewahren sollten. In Schwierigkeiten sollte man an sie denken oder zu ihnen beten. Der Schutzpatron der Postboten ist bis heute der Erzengel Gabriel. Engel sind Boten Gottes, die wichtige Nachrichten von Gott zu den Menschen bringen. Der Erzengel Gabriel hat die wichtigste Post Gottes den Menschen weitergegeben: Gott sendet seinen Sohn Jesus Christus als Geschenk zu den Menschen, damit diese wieder an Gott glauben können.

MOBILITÄT

Fünf Streetscouter sind im Einsatz

Zusammen mit einer Firma und Studenten aus Aachen entwickelte die Deutsche Post DHL Group ein Elektroauto für die Brief- und Paketzustellung. Der moderne Streetscouter hat in diesem Jahr den ersten Preis bei der „Klima-Expo NRW“ bekommen. Er ist sehr leise und produziert eigentlich keine Schadstoffe. Mit ihm ist man nicht auf Benzin, Diesel oder Gas angewiesen. Der Streetscouter hat eine Reichweite von bis zu 80 Kilometern. Das reicht für die Postzustellung in den meisten Städten. Er ist bis zu 80 Stundenkilometer schnell. Die Leistung von zirka 45 PS (30 kW) wird von einer Lithium-Ionen-Batterie und einem Asynchronmotor produziert. Damit kann der Streetscouter an einem Tag bis zu 300 Stopps und Anfahrvorgänge schaffen, bevor er nachts an einer Steckdose aufgeladen werden muss. Im Moment sind erst fünf Streetscouter in Stuttgart und Umgebung im Einsatz, weitere 36 sollen im Sommer hinzukommen.

BLICK INS AUSLAND

In der Schweiz heißt es Pöstler

Der Name Fachkraft für Kurier-, Express- und Postdienstleistungen ist noch nicht alt und oft in der Bevölkerung unbekannt. Die Menschen benutzen häufiger die Begriffe Postbote, Briefträger, Paketzusteller oder in Österreich Postler und in der Schweiz Pöstler.



LUDWIGSBURGER
KREISZEITUNG

MIT FREUNDLICHER UNTERSTÜTZUNG VON:



Deutsche Post DHL
Group



Klassen 4 der Grundschule im Buch Bietigheim- Bissingen

SCHÜLERSTIMMEN

„Alle Kinder haben fair gespielt“

Seilspringen im Sportunterricht, ein faires Vier-Bälle-Turnier, gemeinsame Tänze: Das Fitness-Programm, das die Viertklässler der Grundschule im Buch absolviert, hat die Schüler restlos begeistert.



„Das Vier-Bälle-Turnier war cool, weil wir Spaß hatten und alle Kinder fair gespielt haben. Außerdem war das Turnier sehr spannend, weil alle Teams gleich gut waren.“
Max Keller, 4b



„Es war sehr spannend für uns, weil es viele Klassen gab, die gut gespielt haben. Es war auch aufregend zu beobachten, welche Klasse wie viele Hütchen trifft.“
Celine Kilian/Learna Brahimi, 4c



„Uns haben die Übungen mit Frau Würfel zusammen viel Freude gemacht, denn sie haben gute Laune bei uns verbreitet. Gerade die Tempouübungen zur Ausdauer mit Musik haben uns wachgerüttelt. Bei ‚Drück-den-Max‘ konnten wir endlich einmal unsere Kräfte miteinander messen.“
Marco Luis Larocca/Mike Genc, 4d

RECHERCHE

Fit mit Storch und Kreuzspinne

Eine Aktion zur Gesundheitsförderung fand vor kurzem in Zusammenarbeit mit der AOK Ludwigsburg-Rems-Murr in der Klasse 4d der Grundschule im Buch statt.

BIETIGHEIM-BISSINGEN

Für zwei Unterrichtsstunden besuchte AOK-Sportfachkraft Brigitte Würfel die Schüler und Schülerinnen der Klasse 4d und ihre Klassenlehrerin, Daniela Hoßfeld, in ihrem Klassenraum, um das Thema „Fit in Schule und Alltag“ lebendig und informativ umzusetzen.

Zentrale Elemente zur Aktivierung, Konzentration und Entspannung von Körper und Geist wurden dabei im Gespräch und ganzheitlich bewegend erfahren. „Bei mir gingen die Informationen durch den ganzen Körper und zauberten mir gute Laune ins Herz“, meinte Jette.

„Fit zu sein ist für uns wichtig, weil unser Körper alles schaffen soll, was wir von ihm verlangen.“

Fazit der Schüler

Vor allem die musikunterstützten Körperübungen begeisterten die Kinder: Der „Hampelmann“ und die „Kreuzspinne“ brachten das Herz-Kreislauf-System in



Ein gesundes Frühstück gehörte genauso zur Gesundheitsförderung wie Gymnastik und Entspannungsübungen.

Schwung, „Drück den Max“ und der „Türöffner“ dienten der Kräftigung und zur Dehnung motivierten die Schüler der „Storch“ und das „Faultier“. Lina erzählte: „Jetzt fühle ich mich wacher, wohler und entspannter als vor-

her.“ Ein gesundes Frühstück, zusammengestellt von den Eltern der Kinder, und ein „Ranzcheck“ mit Tipps für zu Hause rundeten den gemeinsamen, erlebnisreichen Vormittag ab. Das Fazit der Schüler und Schülerin-



Fotos: Klasse 4d

nen: „Fit zu sein ist für uns wichtig, weil unser Körper alles schaffen soll, was wir von ihm verlangen.“

Mit Hilfe eines Posters, das alle Übungen in Wort und Bild zeigt, wird nun täglich in einer kleinen

bewegten Pause an der eigenen Fitness gearbeitet. Dazu wollen die Schüler und Schülerinnen der Klasse 4d auch andere – klein und groß – ermutigen, denn „Bewegung, das hält fit, macht doch alle mit!“



Die Viertklässler lernten beim Projekt Skipping Hearts die sportliche Form des Seilspringens kennen. Foto: Fotolia

Sportliches Seilspringen

Projekt der Deutschen Herzstiftung bringt Kinder in Bewegung – Schnelligkeit, Ausdauer und Kraft trainiert

BIETIGHEIM-BISSINGEN

Die Klassen 4a und 4d der Grundschule im Buch in Bietigheim-Bissingen haben am Projekt Skipping Hearts der Deutschen Herzstiftung teilgenommen. Das Projekt möchte Kinder zur Bewegung bringen und bietet daher zum Beispiel an Schulen ein Training im Bereich Rope Skipping (sportliche Form des Seilspringens) an.

Die Durchführung des Projekts erfolgte in den beiden Klassen durch die Sportlehrerin Nadine Fritz. Innerhalb weniger Wochen lernten die Schülerinnen und Schüler verschiedene Sprungelemente mit dem Single Rope, dem Twin Rope und dem Long Rope. Dadurch trainierten sie ihre Schnelligkeit, Ausdauer und Kraft, aber auch ihre Koordination, Be-

weglichkeit und das Rhythmusgefühl. Des Weiteren setzten sie sich mit dem Thema Herz- und Pulschlag auseinander. Am Ende des Projekts zeigten die Schülerinnen und Schüler ihren Eltern, Geschwistern und Großeltern bei einer Aufführung, was sie alles bei dem Projekt „Skipping Hearts“ gelernt hatten.

Mit großem Applaus der Zuschauer und viel Lob an die Kinder endete die Aufführung, in der zehn Sprungelemente sowie Partnersprünge als auch Sprünge mit dem Long Rope gezeigt wurden. Alle Teilnehmer hatten viel Freude und Bewegung während des Projekts, das vom Team von Skipping Hearts der Deutschen Herzstiftung, die das Materialpaket bereitgestellt hat, unterstützt wurde.

Beim EM-Tanz sind alle mit Begeisterung dabei

BIETIGHEIM-BISSINGEN

Ein gelungenes Sportfest hat die Grundschule im Buch zum Abschluss des Schuljahrs veranstaltet.

Um 8.30 Uhr versammelten sich alle Schüler, Schülerinnen und Lehrerinnen im Atrium, wo Schulleiterin Dorothee Glage-Saur alle Teilnehmer begrüßte und die Gewinner des Lesewettbewerbs verkündete.

Nachdem gemeinsam der EM-Tanz aufgeführt wurde, bekamen alle Kinder Laufkarten für die Stationen, welche rund um das Thema Fußball

angeboten wurden. Die Schüler bewegten sich in Kleingruppen frei auf dem Schulgelände und sammelten mit Begeisterung Stempel an den einzelnen Stationen. Neben zahlreichen Angeboten zum Thema Sport, Fitness und Geschicklichkeit konnten die Kinder an verschiedenen Bastelstationen kreativ werden.

Gegen 11.30 Uhr wurden die einzelnen Stationen abgebaut und alle Kinder und Lehrerinnen versammelten sich im Atrium. Der EM-Tanz bildete den Abschluss eines sehr gelungenen Sportfestes.

Für einen Sieg gibt es zwei wertvolle Punkte

BIETIGHEIM-BISSINGEN

Die Grundschule im Buch in Bietigheim-Bissingen hat vor kurzem mit allen Viertklässlern ein Vier-Bälle-Turnier veranstaltet. Zunächst spielten alle Klassen in der Vorrunde ge-



Die Viertklässler der Grundschule im Buch hatten sehr viel Spaß beim Vier-Bälle-Turnier. Foto: privat

einander. Bei einem Sieg erhielt die Klasse zwei Punkte und bei einem Unentschieden erhielten beide Klassen je einen Punkt.

Nach insgesamt sechs Spielen zog die Klasse 4d mit vier Punkten als erste Klasse ins Finale ein. Da die Klassen 4b und 4a jeweils drei Punkte erreicht hatten und damit Gleichstand herrschte, mussten sie ein weiteres Spiel absolvieren. Das Spiel war sehr spannend und brachte die Klasse 4a als weiteren Finalteilnehmer hervor. Die Klasse 4c erreichte insgesamt zwei Punkte in der Vorrunde.

Nach einem aufregenden und ergreifenden Finalspiel gewann schließlich die Klasse 4a das Turnier. Die Schüler hatten sehr viel Spaß an diesem sportlichen Ereignis.

SCHÜLERSTIMMEN

Körper fit gemacht



„Wir waren sehr überrascht, dass es so viele Arten des Seilspringens gibt, die zwar sehr schwer waren, aber total viel Spaß gemacht haben. Auch hier haben wir wie bei der AOK-Aktion mit Musik gearbeitet und unseren Körper fit gemacht.“
Lina Tamba/Aleyna Beyazkurba, 4d



„Wir haben lange und intensiv für die Rope Skipping-Aufführung geübt. Die Seilsprünge waren oft schwer, aber wir haben die Herausforderung mit Herz gemeistert. Das ganze Projekt hat uns Spaß gemacht und wir wurden mit Applaus belohnt.“
Luca Dank/Marko Turkovic, 4d