GPS PARITÄT

gemeinsam unterstützen

BIZE GPS

BildungsZentrum der GPS

2023

Einfach Lernen

Bildungs-Programm

Herzlich willkommen im Bildungs-Zentrum der GPS

Das BIZEPS am Banter Weg 9 in Wilhelmshaven

Liebe Leserin,
Lieber Leser,

das neue Bildungs-Programm ist da.
Nach 2 Jahren gibt es einen neuen Katalog.
Auch mit neuen Themen.
Zum Beispiel: Mit Yoga durch den Tag.
Oder: Ein Tag zum Thema Apfel.

In Wilhelmshaven lernen Sie in modernen Fortbildungs-Räumen.
Oder in der Natur.

Damit der Weg kurz ist, finden einige Fort-Bildungen
im Ammerland statt.
In der Werkstatt Westerscheps.

Viel Spaß bei den Fort-Bildungen.

Herzlichst

Klaus Puschmann

Geschäfts-Führer der GPS

Das finden Sie in diesem Heft:

Das schwere Wort ist Inhalts-Verzeichnis.

1 Sicher sein im Internet . . . . . Seite 6

2 Sicher sein im Internet . . . . . Seite 7

3 Den Computer kennen lernen . . . . . Seite 8

4 Den Computer kennen lernen . . . . . Seite 9

5 Das Programm Word einfach erklärt . . . . . Seite 10

6 Das Programm Word einfach erklärt . . . . . Seite 11

7 Sicher mit dem Handy umgehen . . . . . Seite 12

8 Sicher mit dem Handy umgehen . . . . . Seite 13

9 Ich bin stark und selbst-bewusst . . . . . Seite 14

10 Ich bin stark und selbst-bewusst . . . . . Seite 15

11 Wie kann ich besser mit Stress leben? . . . . . Seite 16

12 Wie kann ich besser mit Stress leben? . . . . . Seite 17

13 Klang-Schalen-Massage. . . . . Seite 18

14 Klang-Schalen-Massage. . . . . Seite 19

15 Mit Yoga durch den Tag . . . . . Seite 20

16 Mit Yoga durch den Tag . . . . . Seite 21

17 Entspannt im Alltag . . . . . Seite 22

Das finden Sie in diesem Heft:

Das schwere Wort ist Inhalts-Verzeichnis.

18 Tiere helfen Menschen . . . . . Seite 23

19 Essen selber kochen . . . . . Seite 24

20 Leichtes Essen selber kochen . . . . . Seite 25

21 Weihnachts-Kekse backen . . . . . Seite 26

22 Marmelade selber machen . . . . . Seite 27

23 Kräuter sammeln und essen. . . . . Seite 28

24 Ein Tag zum Thema Apfel. . . . . Seite 29

25 Sicher sein im Straßen-Verkehr . . . . . Seite 30

26 Sicher mit dem Fahrrad fahren . . . . . Seite 31

27 Erste Hilfe . . . . . Seite 32

28 Erste Hilfe . . . . . Seite 33

29 Wenn ich mit Lebens-Mitteln arbeite,
was ist dann wichtig? . . . . . Seite 34

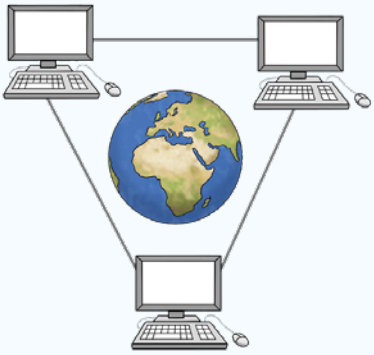
30 Wenn ich mit Reinigungs-Mitteln arbeite,
was ist dann wichtig? . . . . . Seite 35

Das ist wichtig . . . . . Seite 36

Anmeldung . . . . . Seite 38

Impressum . . . . . Seite 39

Thema der Fort-Bildung:



Sicher sein im Internet

Das Internet hat Informationen über alle Themen.
Dabei gibt es vieles zu beachten.

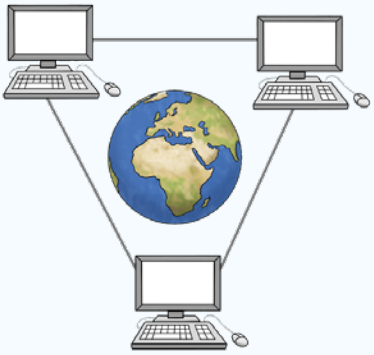
Damit Sie auch sicher sind, lernen Sie:

- wie Sie nach Informationen im Internet suchen.
- wie Sie Einkaufen im Internet.
- wie Sie Emails versenden.
- was ein Virus ist.
  Virus spricht man Wirus.

Die Abkürzung ist www.

Die Fort-Bildung hat die **Nummer 1**	
Termin	29. September 2023 Das ist ein Freitag.
Wann	9 Uhr bis 12 Uhr
Wo	In der Werkstatt Wilhelmshaven.
Wer	Ich leite die Fort-Bildung. Mein Name ist Mariama Nehls.

Thema der Fort-Bildung:



Sicher sein im Internet

Das Internet hat Informationen über alle Themen.
Dabei gibt es vieles zu beachten.

Damit Sie auch sicher sind, lernen Sie:

- wie Sie nach Informationen im Internet suchen.
- wie Sie Einkaufen im Internet.
- wie Sie Emails versenden.
- was ein Virus ist.
  Virus spricht man Wirus.

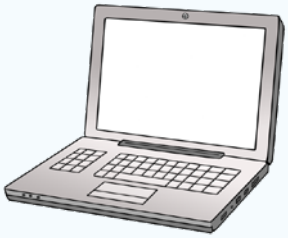
Die Abkürzung ist www.

Die Fort-Bildung hat die **Nummer 2**	
Termin	23. Februar 2024 Das ist ein Freitag.
Wann	9 Uhr bis 12 Uhr
Wo	In der Werkstatt Westerscheps.
Wer	Ich leite die Fort-Bildung. Mein Name ist Mariama Nehls.

Thema der Fort-Bildung:

Was kann ich mit dem Computer machen?

Mit dem Computer kann man verschiedene Sachen machen.
Zum Beispiel Briefe schreiben oder Spiele spielen.



Sie lernen:

- was ist ein Computer.
- aus welche Teilen besteht ein Computer.
- einfache Programme anwenden.
- ins Internet zu gehen.

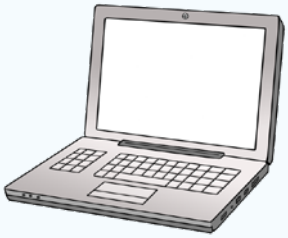
Die Fort-Bildung hat die **Nummer 3**

Termin	12. Januar 2024 Das ist ein Freitag.
Wann	9 Uhr bis 12 Uhr
Wo	In Wilhelmshaven. Im Bizeps.
Wer	Ich leite die Fort-Bildung. Mein Name ist Thomas Hartwig.

Thema der Fort-Bildung:

Was kann ich mit dem Computer machen?

Mit dem Computer kann man verschiedene Sachen machen.
Zum Beispiel Briefe schreiben oder Spiele spielen.



Sie lernen:

- was ist ein Computer.
- aus welche Teilen besteht ein Computer.
- einfache Programme anwenden.
- ins Internet zu gehen.

Die Fort-Bildung hat die **Nummer 4**	
Termin	26. Januar 2024 Das ist ein Freitag.
Wann	9 Uhr bis 12 Uhr
Wo	In Wilhelmshaven. Im Bizeps.
Wer	Ich leite die Fort-Bildung. Mein Name ist Thomas Hartwig.

Thema der Fort-Bildung:

Das Programm Word einfach erklärt

Word ist englisch und heisst auf Deutsch: Wort.
Word spricht man wört.

Word ist ein Programm auf dem Computer.
Damit kann man Texte schreiben.
Sie lernen:

- eine Vorlage öffnen und bearbeiten.
- Texte speichern.
- Texte ausdrucken.

Die Fort-Bildung hat die **Nummer 5**	
Termin	1. März 2024 Das ist ein Freitag.
Wann	9 Uhr bis 12 Uhr
Wo	In Wilhelmshaven. Im Bizeps.
Wer	Ich leite die Fort-Bildung. Mein Name ist Thomas Hartwig.

Thema der Fort-Bildung:

Das Programm Word einfach erklärt

Word ist englisch und heisst auf Deutsch: Wort.
Word spricht man wört.

Word ist ein Programm auf dem Computer.
Damit kann man Texte schreiben.
Sie lernen:

- eine Vorlage öffnen und bearbeiten.
- Texte speichern.
- Texte ausdrucken.

Die Fort-Bildung hat die **Nummer 6**	
Termin	15. März 2024 Das ist ein Freitag.
Wann	9 Uhr bis 12 Uhr
Wo	In Wilhelmshaven. Im Bizeps.
Wer	Ich leite die Fort-Bildung. Mein Name ist Thomas Hartwig.

Thema der Fort-Bildung:

Sicher mit dem Handy umgehen

Handy spricht man Händi.
Mit dem Handy kann man viel machen.

Zum Beispiel:

- Apps herunter-laden. **Apps** spricht man Äps.
- Über WhatsApp Nachrichten, Bilder, Töne oder Videos schicken
  WhatsApp spricht man: wotsäp.
- Sicher mit Facebook umzugehen.
  Facebook spricht man Fäeis buk.

Die Fort-Bildung hat die **Nummer 7**	
Termin	24. November 2023 Das ist ein Freitag.
Wann	9 Uhr bis 12 Uhr
Wo	In der Werkstatt Wilhelmshaven.
Wer	Ich leite die Fort-Bildung. Mein Name ist Mariama Nehls.
Sonstiges	Das eigene Handy bitte mitbringen.

Thema der Fort-Bildung:

Sicher mit dem Handy umgehen

Handy spricht man Händi.
Mit dem Handy kann man viel machen.

Zum Beispiel:

- Apps herunter-laden. **Apps** spricht man Äps.
- Über WhatsApp Nachrichten, Bilder, Töne oder Videos schicken
  WhatsApp spricht man: wotsäp.
- Sicher mit Facebook umzugehen.
  Facebook spricht man Fäeis buk.

Die Fort-Bildung hat die **Nummer 8**	
Termin	22. März 2024 Das ist ein Freitag.
Wann	9 Uhr bis 12 Uhr
Wo	In der Werkstatt Westerscheps.
Wer	Ich leite die Fort-Bildung. Mein Name ist Mariama Nehls.
Sonstiges	Das eigene Handy bitte mitbringen.

Thema der Fort-Bildung:

Ich bin stark und selbst-bewusst

Manchmal gibt es Streit.
Manchmal ärgert man sich.
Doch Sie wissen nicht, wie Sie das sagen sollen.
Sie lernen, wie Sie sich selbst behaupten können.
Und wie Sie sich wehren können.
Das schwere Wort dafür ist Selbst-Verteidigung.

Die Fort-Bildung hat die **Nummer 9**

Termin	8. September 2023 Das ist ein Freitag.
Wann	9 Uhr bis 12 Uhr
Wo	In Wilhelmshaven. Im Bizeps.
Wer	Ich leite die Fort-Bildung. Mein Name ist Andreas Deneser.
Sonstiges	Die Fort-Bildung ist für Roll-Stuhl-Fahrer geeignet, die sich selbständig fort-bewegen können.

Thema der Fort-Bildung:

Ich bin stark und selbst-bewusst

Manchmal gibt es Streit.
Manchmal ärgert man sich.
Doch Sie wissen nicht, wie Sie das sagen sollen.
Sie lernen, wie Sie sich selbst behaupten können.
Und wie Sie sich wehren können.
Das schwere Wort dafür ist Selbst-Verteidigung.

Die Fort-Bildung hat die **Nummer 10**	
Termin	6. Oktober 2023 Das ist ein Freitag.
Wann	9 Uhr bis 12 Uhr
Wo	In der Werkstatt Westerscheps.
Wer	Ich leite die Fort-Bildung. Mein Name ist Andreas Deneser.
Sonstiges	Die Fort-Bildung ist für Roll-Stuhl-Fahrer geeignet, die sich selbständig fort-bewegen können.

Thema der Fort-Bildung:

Wie kann ich besser mit Stress leben?

Viele Menschen haben Stress.
Vielleicht haben auch Sie manchmal Stress.
Vielleicht haben Sie dann schlechte Laune.
Oder Sie schlafen schlecht.
Sie bekommen Tipps,
wie Sie gut mit Stress leben können.
Tipps sind Möglichkeiten.

Die Fort-Bildung hat die **Nummer 11**	
Termin	24. Oktober 2023 Das ist ein Dienstag.
Wann	9 Uhr bis 14 Uhr 15
Wo	In Wilhelmshaven. Im Bizeps.
Wer	Ich leite die Fort-Bildung. Mein Name ist Regina Groenewold.
Sonstiges	Tragen Sie Kleidung in der Sie sich gut bewegen können.

Thema der Fort-Bildung:

Wie kann ich besser mit Stress leben?

Viele Menschen haben Stress.
Vielleicht haben auch Sie manchmal Stress.
Vielleicht haben Sie dann schlechte Laune.
Oder Sie schlafen schlecht.
Sie bekommen Tipps,
wie Sie gut mit Stress leben können.
Tipps sind Möglichkeiten.

Die Fort-Bildung hat die **Nummer 12**	
Termin	6. Februar 2024 Das ist ein Dienstag.
Wann	9 Uhr bis 14 Uhr 15
Wo	In der Werkstatt Westerscheps.
Wer	Ich leite die Fort-Bildung. Mein Name ist Regina Groenewold.
Sonstiges	Tragen Sie Kleidung in der Sie sich gut bewegen können.

Thema der Fort-Bildung:

Klang-Schalen-Massage

Die Klang-Schale liegt auf dem Körper.
Auf die Klang-Schale klopft der Klang-Schalen-Masseur.
Masseur spricht man Massör.
Dabei entsteht ein Ton.
Das fühlen Sie in Ihrem Körper.
Sie können sich dabei entspannen.

Die Fort-Bildung hat die **Nummer 13**	
Termin	6. September 2023 Das ist ein Mittwoch.
Wann	9 Uhr bis 14 Uhr 15
Wo	In Wilhelmshaven. Im Bizeps.
Wer	Ich leite die Fort-Bildung. Mein Name ist Ingo von Nethen.
Sonstiges	Tragen Sie Kleidung in der Sie sich gut bewegen können. Eine Decke und ein Kopf-Kissen mitbringen.

Thema der Fort-Bildung:

Klang-Schalen-Massage

Die Klang-Schale liegt auf dem Körper.
Auf die Klang-Schale klopft der Klang-Schalen-Masseur.
Masseur spricht man Massör.
Dabei entsteht ein Ton.
Das fühlen Sie in Ihrem Körper.
Sie können sich dabei entspannen.

Die Fort-Bildung hat die **Nummer 14**	
Termin	7. Februar 2024 Das ist ein Mittwoch.
Wann	9 Uhr bis 14 Uhr 15
Wo	In der Werkstatt Westerscheps.
Wer	Ich leite die Fort-Bildung. Mein Name ist Ingo von Nethen.
Sonstiges	Tragen Sie Kleidung in der Sie sich gut bewegen können. Eine Decke und ein Kopf-Kissen mitbringen.

Thema der Fort-Bildung:

Mit Yoga durch den Tag

Yoga spricht man Joga.
Yoga ist ein Wort für verschiedene Übungen.

Viele Menschen machen Yoga:

- um sich zu entspannen.
- um sich gut zu fühlen.
- um Rücken-Schmerzen zu verringern.

Wir machen Übungen im Sitzen, im Stehen und im Liegen.

Die Fort-Bildung hat die **Nummer 15**

Termin	21. März 2024 Das ist ein Donnerstag.
Wann	9 Uhr bis 12 Uhr
Wo	In Wilhelmshaven. Im Bizeps.
Wer	Ich leite die Fort-Bildung. Mein Name ist Kai Feldmann.
Sonstiges	Tragen Sie Kleidung in der Sie sich gut bewegen können. Warme Socken anziehen. Eine Decke und eine Gymnastik-Matte mitbringen.

Thema der Fort-Bildung:

Mit Yoga durch den Tag

Yoga spricht man Joga.
Yoga ist ein Wort für verschiedene Übungen.

Viele Menschen machen Yoga:

- um sich zu entspannen.
- um sich gut zu fühlen.
- um Rücken-Schmerzen zu verringern.

Wir machen Übungen im Sitzen, im Stehen und im Liegen.

Die Fort-Bildung hat die **Nummer 16**	
Termin	28. März 2024 Das ist ein Donnerstag.
Wann	9 Uhr bis 12 Uhr
Wo	In der Werkstatt Westerscheps.
Wer	Ich leite die Fort-Bildung. Mein Name ist Kai Feldmann.
Sonstiges	Tragen Sie Kleidung in der Sie sich gut bewegen können. Warme Socken anziehen. Eine Decke und eine Gymnastik-Matte mitbringen.

Thema der Fort-Bildung:

Entspannt im Alltag

Manchmal fühlt man sich unwohl.
Oder genervt.
Oder angespannt.
Sie lernen in der Fort-Bildung Ihren Körper zu entspannen.
Dafür probieren Sie einige Entspannungs-Methoden aus.

Die Fort-Bildung hat die **Nummer 17**	
Termin	5. September 2023 Das ist ein Dienstag.
Wann	9 Uhr bis 12 Uhr
Wo	In Wilhelmshaven. Im Bizeps.
Wer	Ich leite die Fort-Bildung. Mein Name ist Doris Alge.
Sonstiges	Warme Socken anziehen. Eine Decke und eine Gymnastik-Matte mitbringen. Ein Kopf-Kissen mitbringen.

Thema der Fort-Bildung:

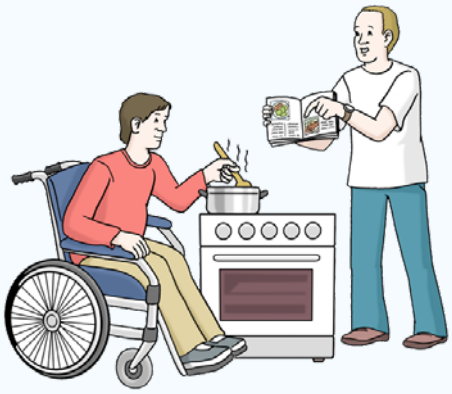
Tiere helfen Menschen

Was können Tiere für uns tun?
Können Sie uns im Alltag unterstützen?
Wie schaffen sie es, dass wir lächeln?
Diese Fragen wollen wir den Tieren stellen.
Dafür fahren wir auf einen Bauernhof.

Die Fort-Bildung hat die **Nummer 18**	
Termin	27. September 2023 Das ist ein Mittwoch.
Wann	9 Uhr bis 14 Uhr 15
Wo	Später werden Sie darüber informiert.
Wer	Wir leiten die Fort-Bildung. Wir heißen Susanne Schönwälder und Sandra Sudhoff.

Thema der Fort-Bildung:

Essen selber kochen



Wenn man allein wohnt,
dann möchte man auch selber kochen.
Welches Essen geht einfach.
Welches Essen geht schnell.

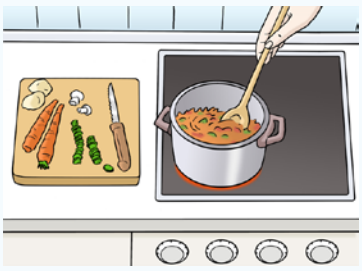
Gemeinsam kochen wir:

- Nudeln.
- eine Fleisch-Soße.
- eine Tomaten-Soße.
- einen Pfann-Kuchen mit Puder-Zucker.

Zum Nach-Tisch machen Sie einen Joghurt mit frischen Früchten.

Die Fort-Bildung hat die **Nummer 19**	
Termin	10. Oktober 2023 Das ist ein Dienstag.
Wann	9 Uhr bis 14 Uhr 15
Wo	In der Ausbildungs-Küche in Wilhelmshaven.
Wer	Ich leite die Fort-Bildung. Mein Name ist Iris Meier.

Thema der Fort-Bildung:



Leichtes Essen selber kochen

Im Sommer haben wir oft Lust auf leichtes und gesundes Essen.

Wir kochen zusammen:

- eine italienische Gemüse-Suppe.
- eine Gemüse-Pizza.
- einen Grieß-Pudding mit roter Grütze.

Die Fort-Bildung hat die **Nummer 20**	
Termin	4. Juni 2024 Das ist ein Dienstag.
Wann	9 Uhr bis 14 Uhr 15
Wo	In der Ausbildungs-Küche in Wilhelmshaven.
Wer	Ich leite die Fort-Bildung. Mein Name ist Iris Meier.

Thema der Fort-Bildung:

Weihnachts-Kekse backen

In der Weihnachts-Zeit wird viel gebacken.
Es duftet überall nach Keksen.
Zum Beispiel nach Butter-Gebäck.
Oder Zimt-Sternen.

Sie lernen:

- einen Keks-Teig herstellen.
- Kekse ausstechen.
- Kekse verzieren.

Und Sie dürfen die Kekse auch essen.

Die Fort-Bildung hat die **Nummer 21**	
Termin	21. November 2023 Das ist ein Dienstag.
Wann	9 Uhr bis 14 Uhr 15
Wo	In der Ausbildungs-Küche in Wilhelmshaven.
Wer	Ich leite die Fort-Bildung. Mein Name ist Iris Meier.

Thema der Fort-Bildung:

Marmelade selber machen

Zuerst suchen wir gemeinsam Früchte
im Stadt-Park.
Daraus kochen wir Marmelade.
Die Marmelade können Sie mit nach Hause nehmen.

Die Fort-Bildung hat die **Nummer 22**	
Termin	11. Juni 2024 Das ist ein Dienstag.
Wann	9 Uhr bis 14 Uhr 15
Wo	Im Botanischen Garten in Wilhelmshaven.
Wer	Ich leite die Fort-Bildung. Mein Name ist Conny Perschmann
Sonstiges	Passend zum Wetter anziehen.

Thema der Fort-Bildung:

Kräuter sammeln und essen

Zuerst suchen wir Kräuter im Botanischen Garten.

Dann prüfen wir:

- Was ist das Besondere bei diesen Kräutern.
- Mit den Kräutern würzen wir einen Quark.

Aus den Kräutern machen wir ein leckeres Öl.
Das Öl können Sie mit nach Hause nehmen.

Die Fort-Bildung hat die **Nummer 23**	
Termin	28. Mai 2024 Das ist ein Dienstag.
Wann	9 Uhr bis 14 Uhr 15
Wo	Im Botanischen Garten in Wilhelmshaven.
Wer	Ich leite die Fort-Bildung. Mein Name ist Conny Perschmann
Sonstiges	Passend zum Wetter anziehen.

Thema der Fort-Bildung:

Ein Tag zum Thema Apfel

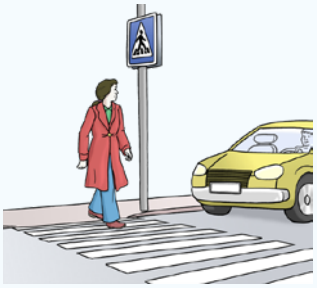
Wir pflücken Äpfel im Stadt-Park
auf der Obst-Wiese.
Wir kosten die Äpfel.
Daraus kochen wir ein leckeres Apfelmus.
Das Apfelmus können Sie
mit nach Hause nehmen.

Die Fort-Bildung hat die **Nummer 24**	
Termin	11. Oktober 2023 Das ist ein Mittwoch.
Wann	9 Uhr bis 14 Uhr 15
Wo	Im Botanischen Garten in Wilhelmshaven.
Wer	Ich leite die Fort-Bildung. Mein Name ist Conny Perschmann
Sonstiges	Passend zum Wetter anziehen.

Thema der Fort-Bildung:

Sicher sein im Straßen-Verkehr

Das lernen Sie in der Fort-Bildung:
Wie Sie sicher werden im Straßen-Verkehr.



Zum Beispiel:

- richtig eine Straßen-Kreuzung überqueren.
- sicher einen Zebra-Streifen überqueren.
- was bedeuten einige Verkehrs-Schilder.

Wir laufen zusammen auf der Straße.
Und wir üben zusammen.

Die Fort-Bildung hat die **Nummer 25**	
Termin	14. September 2023 Das ist ein Donnerstag.
Wann	9 Uhr bis 12 Uhr
Wo	In Wilhelmshaven. Im Bizeps.
Wer	Ich leite die Fort-Bildung. Mein Name ist Dominik Tjaden.
Sonstiges	Für gute Fuß-Gänger.

Thema der Fort-Bildung:

Sicher mit dem Fahrrad fahren

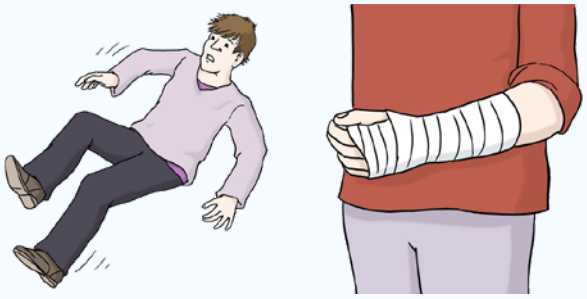
Sie lernen Verkehrs-Regeln für Fahrrad-Fahrer
und Fuß-Gänger.
Und üben, wie Sie sich sicher mit dem Fahrrad
im Straßen-Verkehr bewegen.
Wann ist das Fahrrad verkehrs-sicher?
Dann erhalten Sie eine Plakette für Ihr Fahrrad.
Danach üben Sie gemeinsam im Straßen-Verkehr.

Die Fort-Bildung hat die **Nummer 26**	
Termin	12. September 2023 Das ist ein Dienstag.
Wann	9 Uhr bis 14 Uhr 15
Wo	In Wilhelmshaven. Im Bizeps.
Wer	Ich leite die Fort-Bildung. Mein Name ist Dominik Tjaden.
Sonstiges	Eigenes Fahrrad mitbringen.

Thema der Fort-Bildung:

Erste Hilfe

In dieser Fort-Bildung lernen Sie,
wie Sie helfen können.
Zum Beispiel bei einem Unfall.
Oder wenn sich jemand verletzt hat.

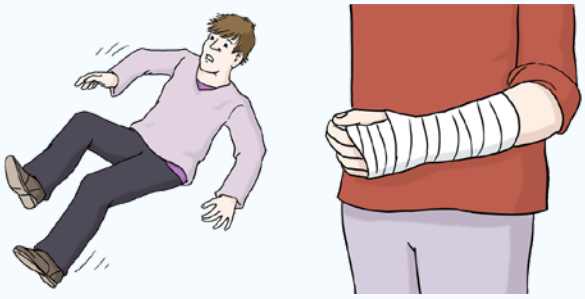


Die Fort-Bildung hat die **Nummer 27**	
Termin	19. März 2024 Das ist ein Dienstag.
Wann	9 Uhr bis 14 Uhr 15
Wo	In Wilhelmshaven. Im Bizeps.
Wer	2 Mitarbeiter des Malteser Hilfsdienstes leiten die Fort-Bildung.

Thema der Fort-Bildung:

Erste Hilfe

In dieser Fort-Bildung lernen Sie,
wie Sie helfen können.
Zum Beispiel bei einem Unfall.
Oder wenn sich jemand verletzt hat.



Die Fort-Bildung hat die **Nummer 28**	
Termin	20. März 2024 Das ist ein Mittwoch.
Wann	9 Uhr bis 14 Uhr 15
Wo	In der Werkstatt Westerscheps.
Wer	2 Mitarbeiter des Malteser Hilfsdienstes leiten die Fort-Bildung.

Thema der Fort-Bildung:

Wenn ich mit Lebens-Mitteln arbeite, was ist dann wichtig?

Sie lernen in der Fort-Bildung:

Warum trage ich Schutz-Kleidung?
Wie desinfiziere ich meine Hände?
Was muss ich bei Lebens-Mitteln im Kühl-Schrank beachten?
Warum muss ich die Kühlschrank-Temperatur messen?

Die Fort-Bildung hat die **Nummer 29**	
Termin	22. September 2023 Das ist ein Freitag.
Wann	9 Uhr bis 12 Uhr
Wo	In der Ausbildungs-Küche in Wilhelmshaven.
Wer	Wir leiten die Fort-Bildung. Unsere Namen sind Anna-Lena Czieslik und Katharina Janßen.
Sonstiges	Für alle, die mit Lebens-Mitteln arbeiten. 1 Mal im Jahr müssen Sie diese Fort-Bildung machen.

Thema der Fort-Bildung:

Wenn ich mit Reinigungs-Mitteln arbeite, was ist dann wichtig?

Sie lernen in der Fort-Bildung:

Wenn ich reinige, worauf muss ich achten?
Wie viel Reinigungs-Mittel muss ich nehmen?
Warum trage ich eine Schutz-Kleidung?
Wie schütze ich meine Haut?

Die Fort-Bildung hat die **Nummer 30**	
Termin	22. März 2024 Das ist ein Freitag.
Wann	9 Uhr bis 12 Uhr
Wo	In der Ausbildungs-Küche in Wilhelmshaven.
Wer	Wir leiten die Fort-Bildung. Unsere Namen sind Anna-Lena Czieslik und Katharina Janßen.

Das ist wichtig:

So können Sie sich anmelden

Sie finden die Anmeldung auf der Seite 38.
Sie müssen die Anmeldung unterschreiben.
Ihre Gruppen-Leitung muss die Anmeldung unterschreiben.

Dann schicken Sie die Anmeldung

Als Brief an die Adresse:
GPS Wilhelmshaven mbH
Abteilung Fort- und Weiterbildung
Banter Weg 9
26389 Wilhelmshaven

Als **Email** an Fortbildung@gps-wilhelmshaven.de

Als **Fax** an die Nummer 0 44 21 - 20 62 55

Oder Sie geben die Anmeldung Ihrer Gruppen-Leitung zurück.

Anmelde-Schluss ist der 16. Juni 2023.

Wenn Sie einen Platz bekommen in der Fort-Bildung.
Dann bekommen Sie Bescheid.

Das ist wichtig:

Essen und Trinken

Sie bekommen ein Mittagessen und Getränke.

Haben Sie eine Frage

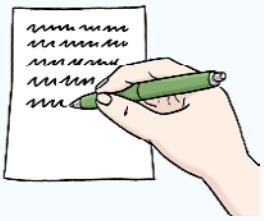
Zum Beispiel, wenn Sie besondere Hilfe brauchen.

Dann können Sie mich anrufen.
Mein Name ist Kornelia Gebbert.
Meine Telefon-Nummer ist 0 44 21 – 20 62 48

Oder

Sie rufen mich an.
Mein Name ist Edith Faiß.
Meine Telefon-Nummer ist 0 44 21 – 20 62 24

GPS
gemeinsam unterstützen



Anmeldung

bis zum 16. Juni 2023

Die Nummer der Fort-Bildung:

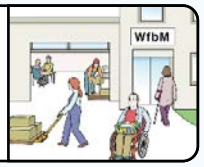
_____

Ihr Name:

_____

So heisst Ihre Werkstatt:

_____



Was essen Sie?

- ☐ alles
- ☐ vegetarisch
- ☐ besondere Essen wegen der Gesundheit

Welches besondere Essen brauchen Sie?

_____

☐ Sie bringen eine Assistenz mit.
Ihre Assistenz heißt:

_____

Ihre Unterschrift:

_____

Die Unterschrift Ihrer Gruppen-Leitung:

_____

Impressum

Herausgeber:

Gemeinnützige Gesellschaft für paritätische Sozialarbeit mbH
Wilhelmshaven

Geschäftsführer: Klaus Puschmann

Banter Weg 12, 26389 Wilhelmshaven

Grafiken: Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung Bremen e.V., Illustrator Stefan Albers, Atelier Fleetinsel, 2013

Fotos: pexels.com, privat

Verantwortlich für den Inhalt: Edith Faiß

Auflagenhöhe: 1.500 Exemplare

Druck und Gestaltung: DOCK26 GmbH, dock26.de

GPS PARITÄT

gemeinsam unterstützen