

Bildungs-Programm 2018

EINFACH LERNEN



Herzlich Willkommen im Bildungs-Zentrum der GPS



Das BIZEPS am Banter Weg 9 in Wilhelmshaven

Liebe Leserin, lieber Leser,

das ist unser neues Bildungs-Programm.

Für 2018 sind wieder Themen dabei aus dem letzten Jahr, die Ihnen gut gefallen haben.

Wir haben aber auch neue Fort-Bildungen im Programm.

Zum Beispiel „Kochen wie in Italien“.

Außerdem finden diesmal auch Fort-Bildungen im BBZ Ammerland statt.

Damit die Beschäftigten aus dem Ammerland für manche Fort-Bildungen nicht so eine weite Fahrt haben.

Wir freuen uns auf Ihre Anmeldungen.

Wir wünschen viel Spaß bei den Fort-Bildungen.



Jürgen Hoffmann

Geschäfts-Führer der GPS

Angebote

1	Sicher durch das Internet	6
2	Was kann ich mit dem Computer machen?	7
3	Was kann ich mit dem Computer noch machen? Fort-Bildung für Fortgeschrittene	8
4	Sicherer Umgang mit dem Smart-Phone – Facebook, WhatsApp, Instagram	9
5	Sicherer Umgang mit dem Smart-Phone – Facebook, WhatsApp, Instagram Nur für Beschäftigte aus dem Ammerland	10
6	Selbst-Behauptung – Ich kann auch Nein sagen!	11
7	Das hab' ich nicht gesagt!	12
8	Ich bin stark! Ich kann mich wehren!	13
9	Was kann ich gegen Mobbing tun?	14
10	Abenteuer Zukunft – Was will ich in meinem Leben machen?	15
11	Kochen wie in Italien!	16
12	Wir backen Brot!	17
13	Wie verhalte ich mich richtig im Straßen-Verkehr?	18

Angebote

14	Klangschalen-Massage	19
15	Klangschalen-Massage Nur für Beschäftigte aus dem Ammerland	20
16	Wir lernen Qigong!	21
17	Ich fühle mich wohl in meiner Haut – Seminar für Frauen	22
18	Erste Hilfe	23
19	Was ist wichtig, wenn ich mit Lebens-Mitteln arbeite?	24
20	Was ist wichtig, wenn ich mit Lebens-Mitteln arbeite? Nur für Beschäftigte aus dem Ammerland	25
21	Wie arbeite ich richtig mit Reinigungs-Mitteln?	26
	Ein Seminar-Raum im BIZEPS und Anschrift	28
	Die Mitarbeiterinnen	29
	Was muss ich tun, um mich anzumelden?	30
	Anmelde-Bogen	31
	Impressum	32

1. Sicher durch das Internet

Im Internet gibt es viel zu entdecken.
In dieser Fort-Bildung lernen Sie,
wie Sie sich im Internet sicher verhalten.

Sie lernen:

- wie Sie etwas im Internet suchen
- was ein Virus ist
- wie Sie sicher im Internet einkaufen



WANN



bis



9 Uhr

12 Uhr

Termin

Freitag, 02. März 2018

WO

BIZEPS, Bildungszentrum der GPS
Banter Weg 9
26389 Wilhelmshaven

WER



Joana Schenk




2. Was kann ich mit dem Computer machen?

In der Fort-Bildung lernen Sie:

- was ein Computer ist
- Einfaches am Computer
- zum Beispiel, wie Sie einen Brief schreiben oder
- wie Sie ins Internet kommen



**Diese Fort-Bildung ist nur für Beschäftigte,
die noch nichts mit einem Computer gemacht haben.**

WANN	 bis  9 Uhr 12 Uhr
1.Termin oder 2.Termin	Freitag, 06. April 2018 Freitag, 07. September 2018
WO	BIZEPS, Bildungszentrum der GPS Banter Weg 9 26389 Wilhelmshaven
WER	 Thomas Hartwig

Was kann ich mit dem Computer noch machen?




3. Fort-Bildung für Fortgeschrittene

In dieser Fort-Bildung lernen Sie,

- wie Sie etwas am Computer schreiben
- wie Sie am Computer rechnen können
- wie Sie etwas am Computer zeichnen können
- wie Sie etwas ausdrucken können.



**Die Fort-Bildung ist nur für Beschäftigte,
die sich gut mit dem Computer auskennen.**

WANN	 bis  9 Uhr 12 Uhr
Termin	Freitag, 25. Mai 2018
WO	BIZEPS, Bildungszentrum der GPS Banter Weg 9 26389 Wilhelmshaven
WER	 Thomas Hartwig




4. Sicherer Umgang mit dem Smart-Phone – Facebook, WhatsApp, Instagram

In dieser Fort-Bildung lernen Sie,
was Ihr Smart-Phone alles kann.



Sie lernen:

- den sicheren Umgang mit Facebook, WhatsApp und Instagram
- wie Sie sich Filme, Bilder und Videos anschauen
- was es für Spiele-Apps gibt
- wie Sie Sprach-Nachrichten und Bilder verschicken

WANN	 bis  9 Uhr 12 Uhr
Termin	Freitag, 23. Februar 2018
WO	BIZEPS, Bildungszentrum der GPS Banter Weg 9 26389 Wilhelmshaven
WER	 Joana Schenk

5.

Sicherer Umgang mit dem Smart-Phone – Facebook, WhatsApp, Instagram

In dieser Fort-Bildung lernen Sie,
was Ihr Smart-Phone alles kann.



Sie lernen:

- den sicheren Umgang mit Facebook, WhatsApp und Instagram
- wie Sie sich Filme, Bilder und Videos anschauen
- was es für Spiele-Apps gibt
- wie Sie Sprach-Nachrichten und Bilder verschicken

**Die Fort-Bildung ist nur für Beschäftigte der Werkstatt Westerscheps,
der artec ammerland mit Liethe und Lohacker und dem BBZ Ammerland.**

WANN	 bis  9 Uhr 12 Uhr
Termin	Freitag, 10. August 2018
WO	Berufs-Bildungs-Zentrum (BBZ) Ammerland Industriestraße 41b 26188 Edeweicht
WER	 Joana Schenk

6. Selbst-Behauptung – Ich kann auch Nein sagen!

Manchmal gibt es Streit.
Menschen verstehen sich nicht immer gut.

In der Fort-Bildung lernen Sie, warum es Streit gibt.
Sie lernen, was Sie dagegen tun können.



WANN	 bis  9 Uhr 12 Uhr
Termin	Freitag, 23. März 2018
WO	BIZEPS, Bildungszentrum der GPS Banter Weg 9 26389 Wilhelmshaven
WER	 Ilka Wippich

7. Das hab' ich nicht gesagt!

Manchmal fühlen wir uns nicht gut verstanden.
Wir sind dann traurig oder wütend.

In der Fort-Bildung lernen Sie,
wie Sie sich mit anderen besser verstehen können.
Sie lernen so zu sprechen,
dass die anderen Sie gut verstehen.



WANN



9 Uhr

bis



12 Uhr

Termin

Donnerstag, 11. Oktober 2018

WO

BIZEPS, Bildungszentrum der GPS
Banter Weg 9
26389 Wilhelmshaven

WER



Stefanie Brunßen-Gerdes

8. Ich bin stark! Ich kann mich wehren!

In dieser Fort-Bildung lernen Sie,
wie Sie Streit und Ärger vermeiden.
Sie lernen, wie Sie sich selbst behaupten können.
Sie lernen, wie Sie sich gut wehren können.
Das schwere Wort dafür ist Selbst-Verteidigung.

Bitte gemütliche Kleidung anziehen!

Die Fort-Bildung ist für Roll-Stuhl-Fahrer nicht geeignet.



WANN



bis



9 Uhr

12 Uhr

Termin

Freitag, 05. Oktober 2018

WO

BIZEPS, Bildungszentrum der GPS
Banter Weg 9
26389 Wilhelmshaven

WER



Andreas Deneser

9. Was kann ich gegen Mobbing tun?

Manchmal ärgert jemand immer dieselbe Person.
Oder tut ihr weh.

Manchmal ärgern auch viele Menschen eine Person.
Das nennt man Mobbing.

Mobbing ist sehr schlimm.

Den Menschen geht es dann sehr schlecht.

Manchmal werden sie auch krank.



In dieser Fort-Bildung lernen Sie:

- Was ist Mobbing?
- Wo gibt es Mobbing?
- Was kann ich gegen Mobbing tun?
- Wer kann mir helfen, wenn ich gemobbt werde?

WANN



bis



9 Uhr

12 Uhr

Termin

Freitag, 21. September 2018

WO

BIZEPS, Bildungszentrum der GPS
Banter Weg 9
26389 Wilhelmshaven

WER



Joana Schenk

10. Abenteuer Zukunft – Was will ich in meinem Leben machen?

Jeder hat Ideen, Wünsche und Träume zur eigenen Zukunft.

Sie wollen über Ihre Zukunft nachdenken:

Was ist Ihnen wichtig?

Was wollen Sie verändern?





Was ist für Sie gute Unterstützung?

In kleinen Gruppen wollen wir über diese Fragen nachdenken.

Wir schreiben und malen diese Ergebnisse auf.

Sie bekommen Informationen über Zukunfts-Planung.



WANN	 bis  9 Uhr 14.15 Uhr	
Termin	Mittwoch, 05. September 2018	
WO	BIZEPS, Bildungszentrum der GPS Banter Weg 9 26389 Wilhelmshaven	
WER	 Jana Engelmann	 Andre Hinrichs

11. Kochen wie in Italien!

In dieser Fort-Bildung lernen Sie, wie die Italiener kochen.

Die Italiener essen viel Nudeln und Pizza. Sie essen auch Gesundes und Frisches. Zum Beispiel Tomaten und Paprika. Süße Nach-Speisen gibt es in Italien auch. Zum Beispiel Eis oder Kuchen.



WANN



bis



9 Uhr

14.15 Uhr

Termin

Dienstag, 05. Juni 2018

WO

Ausbildungsküche
BBB Wilhelmshaven
Planckstr. 10, 26389 Wilhelmshaven

WER



Iris Meier




12. Wir backen Brot!



Viele essen jeden Tag Brot.
Aber wir wissen nicht so genau, was da drin ist.

In dieser Fort-Bildung backen wir unser Brot selbst.
Wir suchen das Getreide für das Brot im Botanischen Garten.
Wir mahlen unser eigenes Mehl.
Wir kneten den Teig.
Dann backen wir ein Brot im Ofen.
Und wir backen kleine Brote am Lager-Feuer.
Natürlich essen wir das selbst gebackene Brot.

Wir treffen uns im BIZEPS.
Zusammen fahren wir in den Botanischen Garten.

WANN	 bis  9 Uhr 14.15 Uhr
Termin	Donnerstag, 09. August 2018
WO	BIZEPS, Bildungszentrum der GPS Banter Weg 9 26389 Wilhelmshaven
WER	 Conny Perschmann

13. Wie verhalte ich mich richtig im Straßen-Verkehr?

In dieser Fort-Bildung lernen Sie, wie Sie sich zu Fuß sicher im Straßen-Verkehr bewegen.



Sie lernen zum Beispiel:

- wie Sie richtig eine Ampel überqueren
- wie Sie einen Zebra-Streifen überqueren
- welche Verkehrs-Schilder es gibt
- und was diese Verkehrs-Schilder bedeuten



Wir werden mit dem Fortbildungs-Leiter rausgehen und im Straßen-Verkehr üben.

Die Fort-Bildung ist nur für Menschen, die gut laufen können.

WANN	 bis  9 Uhr 12 Uhr
Termin	Donnerstag, 24. Mai 2018
WO	BIZEPS, Bildungszentrum der GPS Banter Weg 9 26389 Wilhelmshaven
WER	Dominik Tjaden Polizei Niedersachsen

14. Klangschalen-Massage

Die Klang-Schale liegt auf dem Körper.
Der Klang-Schalen-Masseur
klopft auf die Klang-Schale.
Das fühlt sich gut an.
Der Körper kann sich entspannen.
Und Sie können sich entspannen.



WANN



bis



9 Uhr

14.15 Uhr

Termin

Dienstag, 27. März 2018

WO

BIZEPS, Bildungszentrum der GPS
Banter Weg 9
26389 Wilhelmshaven

WER



Ingo von Nethen

15. Klangschalen-Massage

Die Klang-Schale liegt auf dem Körper.
Der Klang-Schalen-Masseur
klopft auf die Klang-Schale.
Das fühlt sich gut an.
Der Körper kann sich entspannen.
Und Sie können sich entspannen.



**Die Fort-Bildung ist nur für Beschäftigte der Werkstatt Westerscheps,
der artec ammerland mit Liethe und Lohacker und dem BBZ Ammerland.**

WANN



bis



9 Uhr

14.15 Uhr

Termin

Mittwoch, 22. August 2018

WO

Berufs-Bildungs-Zentrum (BBZ)
Ammerland
Industriestraße 41b
26188 Edeweicht

WER



Ingo von Nethen

16. Wir lernen Qigong!

Qigong ist ein chinesisches Wort und bedeutet:

Qi = Lebenskraft

Gong = viel üben.

Das Wort spricht man: Schi-Gung.

Qigong ist gut für die Gesundheit.

Qigong kann man leicht lernen.

Wir machen einfache Übungen im Sitzen und Stehen.

Wir machen langsame Bewegungen und Übungen in Ruhe.

Die Bewegungen werden oft wiederholt.

Das hilft gegen Stress.

Körper und Seele können sich entspannen.



WANN



bis



9 Uhr

12 Uhr

Termin

Freitag, 27. April 2018

WO

BIZEPS, Bildungszentrum der GPS
Banter Weg 9
26389 Wilhelmshaven

WER



Edeltraut Leiner

In dieser Fort-Bildung lernen Sie:

- Tipps zur Haut-, Haar- und Nagelpflege.
- Tipps, wie Sie sich selbst gut pflegen können.
- Tipps, welche Farben zu Ihnen passen.

Sie lernen auch,

was die Körper-Pflege zu bieten hat.

Und Sie lernen, wie Sie Körper-Pflege-Mittel richtig anwenden.



WANN



9 Uhr

bis



14.15 Uhr

Termin

Donnerstag, 06. September 2018

WO

BIZEPS, Bildungszentrum der GPS
Banter Weg 9
26389 Wilhelmshaven

WER



Susanne Winter



18. Erste Hilfe

Bei diesem Kurs lernen Sie,
wie Sie helfen können.

Zum Beispiel bei einem Unfall.

Oder wenn sich jemand verletzt hat.



WANN	 bis  9 Uhr 14.15 Uhr
Termin	Donnerstag, 29. März 2018
WO	BIZEPS, Bildungszentrum der GPS Banter Weg 9 26389 Wilhelmshaven
WER	Malteser Hilfsdienst

Sie arbeiten in einer Küche oder Cafeteria.

In dieser Fort-Bildung lernen Sie:

- Warum trage ich eine Schutz-Kleidung?
- Wie desinfiziere ich meine Hände?
- Was muss ich bei Lebens-Mitteln im Kühlschrank beachten?
- Warum muss ich die Kühlschrank-Temperatur messen?
- Warum muss mein Arbeits-Platz ordentlich und sauber sein?



WANN



bis



9 Uhr

12 Uhr

Termin

Freitag, 20. April 2018

WO

BIZEPS, Bildungszentrum der GPS
Banter Weg 9
26389 Wilhelmshaven

WER



Edith Bartels

Sie arbeiten in einer Küche oder Cafeteria.

In dieser Fort-Bildung lernen Sie:

- Warum trage ich eine Schutz-Kleidung?
- Wie desinfiziere ich meine Hände?
- Was muss ich bei Lebens-Mitteln im Kühlschrank beachten?
- Warum muss ich die Kühlschrank-Temperatur messen?
- Warum muss mein Arbeits-Platz ordentlich und sauber sein?



Die Fort-Bildung ist nur für Beschäftigte der Werkstatt Westerscheps, der artec ammerland mit Liethe und Lohacker und dem BBZ Ammerland.

WANN



bis



9 Uhr

12 Uhr

Termin

Freitag, 04. Mai 2018

WO

Berufs-Bildungs-Zentrum (BBZ)
Ammerland
Industriestraße 41b
26188 Edeweicht

WER



Edith Bartels

21. Wie arbeite ich richtig mit Reinigungs-Mitteln?

Sie arbeiten in der Hauswirtschafts-Gruppe und reinigen die Räume und Flure in der Werkstatt.

In dieser Fort-Bildung lernen Sie:

Was wird gereinigt?

Welches Reinigungs-Mittel nehme ich wofür?

Wie viel Reinigungs-Mittel muss ich nehmen?

Worauf muss ich achten, wenn ich reinige?

Warum trage ich eine Schutz-Kleidung?

Wie schütze ich meine Haut?

Wie desinfiziere ich meine Hände?



WANN



9 Uhr

bis



12 Uhr

Termin

Freitag, 12. Oktober 2018

WO

BIZEPS, Bildungszentrum der GPS
Banter Weg 9
26389 Wilhelmshaven

WER



Edith Bartels



Wir freuen uns auf Sie!



Ein Seminar-Raum im BIZEPS

Hier finden die meisten Fort-Bildungen statt:

BIZEPS, Bildungszentrum der GPS

Banter Weg 9, 26389 Wilhelmshaven

Hier finden auch Fort-Bildungen statt:

Berufs-Bildungs-Zentrum (BBZ) Ammerland

Industriestraße 41b, 26188 Edewecht

Hier findet auch eine Fort-Bildung statt:

Ausbildungsküche

BBB Wilhelmshaven, Planckstr. 10, 26389 Wilhelmshaven

Die Mitarbeiterinnen



Edith Faiß

Leitung
Fort- und Weiterbildung



Telefon-Nummer: 0 44 21 – 206 224



Telefax-Nummer: 0 44 21 – 206 255



Stefanie König-Eqube

Organisation
Fort- und Weiterbildung



Telefon-Nummer: 0 44 21 – 206 247



Telefax-Nummer: 0 44 21 – 206 255



Andrea Süren

Sachbearbeitung
Fort- und Weiterbildung



Telefon-Nummer: 0 44 21 – 206 248



Telefax-Nummer: 0 44 21 – 206 255

Was muss ich tun, um mich anzumelden?

1. Nehmen Sie das Blatt für die Anmeldung.
Das Blatt für die Anmeldung finden Sie auf der nächsten Seite.
2. Füllen Sie das Blatt für die Anmeldung aus.
Bitte kreuzen Sie alle Fort-Bildungen an, die Sie besuchen möchten.
Lassen Sie die Anmeldung von Ihrem Gruppen-Leiter unterschreiben.
3. Schicken Sie Ihre Anmeldung zu uns.
Oder geben Sie die Anmeldung Ihrem **Gruppen-Leiter in der Werkstatt**.
Ihr Gruppen-Leiter in der Werkstatt schickt uns die Anmeldung.

Unsere Adresse:

BIZEPS, Bildungszentrum der GPS
Abteilung Fort- und Weiterbildung / Andrea Süren
Banter Weg 9
26389 Wilhelmshaven



Unsere Fax-Nummer: 0 44 21 – 206-255

Sie können sich für alle Fort-Bildungen anmelden bis zum **24.11.2017**.

4. Ihre Anmeldung ist bei uns angekommen:
Sie bekommen von uns Bescheid, wenn ein Platz frei ist.

Hier können Sie anrufen:

Hier können Sie anrufen, wenn Sie Fragen zur Anmeldung haben:



**Stefanie
König-Eqube**



Telefon-Nummer: 0 44 21 – 206 247

Ich melde mich für die Fort-Bildung an (bitte ankreuzen)

- | | | |
|--------------------------|--|--------------------|
| <input type="checkbox"/> | 1. Sicher durch das Internet | 02. März |
| <input type="checkbox"/> | 2. Was kann ich mit dem Computer machen? (1. Fort-Bildung) | 06. April |
| <input type="checkbox"/> | Was kann ich mit dem Computer machen? (2. Fort-Bildung) | oder 07. September |
| <input type="checkbox"/> | 3. Was kann ich mit dem Computer noch machen?
Fort-Bildung für Fortgeschrittene | 25. Mai |
| <input type="checkbox"/> | 4. Sicherer Umgang mit dem Smart-Phone – Facebook, WhatsApp, Instagram | 23. Februar |
| <input type="checkbox"/> | 5. Sicherer Umgang mit dem Smart-Phone –
Facebook, WhatsApp, Instagram (Nur Ammerland) | 10. August |
| <input type="checkbox"/> | 6. Selbst-Behauptung – Ich kann auch Nein sagen! | 23. März |
| <input type="checkbox"/> | 7. Das hab' ich nicht gesagt! | 11. Oktober |
| <input type="checkbox"/> | 8. Ich bin stark! Ich kann mich wehren! | 05. Oktober |
| <input type="checkbox"/> | 9. Was kann ich gegen Mobbing tun? | 21. September |
| <input type="checkbox"/> | 10. Abenteuer Zukunft – Was will ich in meinem Leben machen? | 05. September |
| <input type="checkbox"/> | 11. Kochen wie in Italien! | 05. Juni |
| <input type="checkbox"/> | 12. Wir backen Brot | 09. August |
| <input type="checkbox"/> | 13. Wie verhalte ich mich richtig im Straßen-Verkehr? | 24. Mai |
| <input type="checkbox"/> | 14. Klangschaalen-Massage | 27. März |
| <input type="checkbox"/> | 15. Klangschaalen-Massage (Nur Ammerland) | 22. August |
| <input type="checkbox"/> | 16. Wir lernen Qigong! | 27. April |
| <input type="checkbox"/> | 17. Ich fühle mich wohl in meiner Haut – Seminar für Frauen! | 06. September |
| <input type="checkbox"/> | 18. Erste Hilfe | 29. März |
| <input type="checkbox"/> | 19. Was ist wichtig, wenn ich mit Lebens-Mitteln arbeite? | 20. April |
| <input type="checkbox"/> | 20. Was ist wichtig, wenn ich mit Lebens-Mitteln arbeite? (Nur Ammerland) | 04. Mai |
| <input type="checkbox"/> | 21. Wie arbeite ich richtig mit Reinigungs-Mitteln? | 12. Oktober |

Mein Name

Name meiner Werkstatt

Ich esse Fleisch (bitte ankreuzen) Ja Nein

Ich bringe eine Assistenz mit (bitte ankreuzen) Ja Nein

Meine Assistenz heißt

Meine Unterschrift

Unterschrift meines
Gruppen-Leiters in der Werkstatt

EINFACH LERNEN

Bildungs-Programm 2018

Herausgeber: Gemeinnützige Gesellschaft für
Paritätische Sozialarbeit mbH Wilhelmshaven

Geschäftsführer: Jürgen Hoffmann

Banter Weg 12, 26389 Wilhelmshaven

Text und Redaktion: Stefanie König-Eqube,
Edith Faiß (GPS Fort- und Weiterbildung)

Grafiken S. 6, 11, 12, 13, 24 und 25 © Lebenshilfe
für Menschen mit geistiger Behinderung Bremen e.V.,

Illustrator Stefan Albers, Atelier Fleetinsel, 2013

Grafiken S. 14, 15, 22 © Fotolia / S. 16 © panthermedia,

Grafiken S. 27 © Reinhild Kassing

Fotos: Ina Winkler, Stefanie König-Eqube

Kontakt: Edith Faiß, Telefon 0 44 21-206 224

E-Mail: edith.faiss@gps-wilhelmshaven.de

www.gps-wilhelmshaven.de

Auflage: 1500 Exemplare

The logo for GPS (Gemeinnützige Gesellschaft für Paritätische Sozialarbeit) features the letters 'GPS' in a stylized, bold, white font on a blue background.

Gemeinnützige
Gesellschaft für
Paritätische
Sozialarbeit mbH
Wilhelmshaven

gemeinsam unterstützen



PARITÄT