

Haben wir Ihr Interesse geweckt?

Bei Fragen vorab können Sie sich gerne jederzeit an uns wenden.

Unsere Standorte:

Projekt INGE in Bamberg
Pödeldorferstraße 146, 96050 Bamberg
Tel: 09 51 / 99 39 80 60
E-Mail: ingebamberg@ggsd.de
www.instagram.com/projekt_inge_ggsd/

Projektleitung:

Ramona Beate Zenk, Psychologin (M.Sc.), Systemische Beraterin & Therapeuten (DGSF) & Supervisorin i.A.
Tel: 09 51 / 99 39 806 - 2
E-Mail: ramona.zenk@ggsd.de

**MEHR UNTER:
WWW.GGSD.DE/PROJEKT-INGE**

Die Bildungseinrichtung GGSD - Gemeinnützige Gesellschaft für soziale Dienste ist zertifiziert nach:

- BQM (Bildungsqualitätsmanagement)
- AZAV (Anerkennungs- und Zulassungsordnung Arbeitsverwaltung)

**Dieses Projekt wird gefördert und unterstützt durch:
Jobcenter Bamberg Stadt und Land**

Rechtsträger: Gemeinnützige Gesellschaft für soziale Dienste - DAA - mbH
Geschäftsführerin: Ute Kick · Hauptverwaltung: Roritzerstraße 7, 90419 Nürnberg
Tel.: 0911 - 3 77 34-0 · Fax: 0911 - 3 77 34-34 · E-Mail: info@ggsd.de

© GGSD 09/2023

Projekt INGE

**Initiative für nachhaltige Gesundheitsfürsorge
im Erwerbsleben**



Gemeinnützige
Gesellschaft für
soziale Dienste

Zum Projekt

Wer?

Wir - die GGSD - sind eine Bildungseinrichtung, die in den letzten Jahren mit Menschen im Alg-II-Bezug zusammengearbeitet hat, um ein Projekt aufzubauen, das Ihnen Unterstützung, Austausch und Beratung anbietet.



Hinter INGE steckt ein wertschätzendes und humorvolles Team aus Pädagog/innen, Psycholog/innen und Ergotherapeut/innen. Wir werden Sie im Umgang mit unterschiedlichen Erkrankungen oder schwierigen Lebenssituationen unterstützen.

Für wen?

Für Menschen, die ...

- sich durch verschiedene Umstände dem Arbeitsmarkt (derzeit) nicht gewachsen fühlen.
- unterschiedliche Erkrankungen oder Belastungen haben.
- ihr Wohlbefinden und ihre Gesundheit langfristig positiv beeinflussen wollen.
- Begleitung bei der Vernetzung mit Fachärzt/innen, Beratungsstellen oder Psychotherapeut/innen wünschen.
- Unterstützung bei der Bearbeitung bürokratischer Abläufe (z.B. Rente, GdB, ...) wünschen.
- sich mehr Austausch und unterstützende soziale Kontakte wünschen.
- neue Perspektiven entwickeln möchten.

In welchem Rahmen?

- Flexible 15 bis 30 Stunden wöchentlich zwischen 9.00 Uhr und 14:00 Uhr an 2 bis 5 Tagen Ihrer Wahl
- kein Vermittlungsdruck
- Teilnahme auf freiwilliger Basis
- gut erreichbar mit Auto oder Bus & Bahn - Fahrtkosten können erstattet werden

Informationen im Detail

Was genau?

- Einzelgespräche nach Bedarf zu Inhalten Ihrer Wahl (z.B. persönliche Krisen, Bürokratie, Gesundheitsthemen, ...) mit persönlichen Berater*innen und/oder Therapeut/innen
- Informationen und Austausch in Kleinstgruppen (3-10 Personen) zu Themen nach Wahl wie z.B. Gesundheit, Stressbewältigung, Beziehungen, berufliche Orientierung
- Projektengagement: Ein persönlich mit Ihnen entwickeltes Projekt aus dem handwerklichen oder kreativen Bereich (z.B. Holzbearbeitung, Näh- und Handarbeit, Schmuckwerkstatt, Modellbau)...
- Bei Interesse: Gemeinsam gewählte und geplante Unternehmungen und Freizeitaktivitäten

Unser Angebot:

Wir begleiten Sie dabei, ...

- Stärken & Perspektiven zu entwickeln.
- Strategien zur Krankheitsbewältigung zu lernen.
- neue Kontakte und Austausch zu finden.
- falls gewünscht: Kontakte zu potenziellen Arbeitgeber*innen zu knüpfen.

