proviel forum

Jahresrückblick 2024

Erfolgsgeschichten guter Bildung

Angebote, die Spaß machen und Menschen bilden

Welche Angebote benötigen die Menschen, um die individuelle Leistungsfähigkeit sowie die Persönlichkeitsentwicklung optimal zu unterstützen? Diese Frage steht im Zentrum der Konzeption von Bildungsangeboten bei proviel. Sophie Blaß, die zuständige Leiterin Soziale Dienste, organisiert kontinuierlich ein vielfältiges, abwechslungsreiches und ausgewogenes Kursangebot.

„Unser Ziel ist es, attraktive Angebote zu machen, die Teilnehmende einladen, sich zu beteiligen“, erklärt sie. An die 50 verschiedene Kurse und Workshops finden jedes Halbjahr statt. Die Bandbreite ist dabei groß und reicht von berufsqualifizierenden und von der IHK zertifizierten Bausteinen über Entspannungstechniken, kulturelle Angebote und Sport bis hin zu lebenspraktischen Themen. Alle provieler, ob aus dem Arbeitsbereich oder der Berufsbildungsmaßnahme, können individuell die für sie interessanten Angebote daraus auswählen und während ihrer Arbeitszeit besuchen.

Die Kursangebote werden sowohl in wöchentlichen Einheiten als auch in Workshopformaten durchgeführt. Entscheidend ist, welches Format die Lernziele didaktisch und methodisch besser unterstützt. Kurse wie Training für Lesen und Schreiben, Mathe oder Sport finden jede Woche statt. Andere Themen wie Gewaltfreie Kommunikation oder Bildbearbeitung sind an aufeinanderfolgenden Tagen gebündelt. „Das erleichtert manchmal auch die Teilnahme“, erklärt Sophie Blaß. Die Teilnehmenden müssen nicht über einen langen Zeitraum Termine einplanen. Und sie können sich intensiv zwei Tage lang auf das Thema konzentrieren.

Schönerweise lebt im Kursprogramm der Peer-Gedanke immer mehr und Werkstattmitarbeiter*innen gestalten eigene Kurse bzw. Angebote. So können sie ihre persönliche Expertise einbringen und erhalten Wertschätzung von ihren Kolleginnen und Kollegen. „Unser Wunsch ist es, zukünftig diese Angebotspalette zu erweitern und weitere Mitarbeitende zu gewinnen, die ihre Kompetenzen und ihr Wissen als Experten in eigener Sache zur Verfügung stellen“, sagt Sophie Blaß.

Jeder Kurs wird am Ende evaluiert. Mit Rückmeldebögen geben die Teilnehmenden an, ob sie persönlich profitiert haben von den Inhalten, ob die Unterlagen verständlich waren oder ob Themen vermisst wurden. So wird eine hohe Qualität gewährleistet. Jährlich werden das Bildungsangebot sowie die Teilnahme daran ausgewertet. Hier ist dann beispielsweise zu erkennen, dass bei Teilnehmenden über 50 Jahren die Lust, Kurse zu besuchen, im Vergleich zu Jüngeren etwas nachlässt. Doch mehr als die Hälfte aller provieler nehmen an Kursen teil. Sie lernen, mit ihren Gefühlen umzugehen oder Spanisch zu sprechen, wandern durch Wuppertal oder erfahren, wie der CAP-Frischemarkt funktioniert. „Wir fragen auch immer wieder, welche Themen die Menschen sich wünschen. Bisher haben wir für alle wichtigen Angebote jemanden gefunden, der Lust hatte, das anzubieten“, sagt Sophie Blaß. Die Qualität der Kurse wird regelmäßig durch die unabhängige AZAV-Zertifizierung für Träger bestätigt.

Sophie Blaß
Leiterin Soziale Dienste

Berufliche Bildung bei proviel

Fachliche Qualifizierung und persönliche Kompetenzen stehen im Zentrum der beruflichen Rehabilitationsmaßnahme.
Viele Menschen, die bei proviel ihre Rehamaßnahme starten, haben bisher keine oder eher negative Erfahrung in ihrem Berufsleben gesammelt und oftmals wenig Ideen, wie sie sich beruflich weiter entwickeln möchten. Darum ist zunächst das Ziel, Menschen zu stärken, sie zu ermutigen und Vertrauen aufbauen. Vertrauen zu den Fachkräften, zu anderen Teilnehmenden und zu sich selbst. „Wir wollen die Teilnehmenden locken, Neues auszuprobieren“, erklärt Anja Kranenberg, Abteilungsleiterin der Beruflichen Bildung (BB). „Dadurch kann Selbstvertrauen wachsen und neue berufliche Perspektiven können gemeinsam entwickelt werden.“

Damit sich die Teilnehmenden das trauen, will das BB-Team möglichst viel Sicherheit geben. Das passiert bereits im dreimonatigen Eingangsverfahren, in dem die Teilnehmenden im Gruppenverbund an ersten Arbeitsaufträgen qualifiziert werden und gemeinschaftlich an Schulungen, Workshops und Reflexionen teilnehmen.

Vielfältige Qualifizierungsmöglichkeiten

In der Grundausbildung geht es deswegen um die Stärkung der Grundarbeitsfähigkeiten und das Kennenlernen und die Erprobung vielfältiger Berufsfelder innerhalb und außerhalb von proviel.

Schritt für Schritt werden die Teilnehmenden dabei an verschiedene Tätigkeiten herangeführt und im Umgang mit unterschiedlichsten Werkstoffen, Werkzeugen und Aufträgen qualifiziert. In Gesprächen mit dem Fachpersonal werden Vorlieben und Ziele ebenso wie Schwierigkeiten, etwa im sozialen Miteinander, regelmäßig reflektiert.

Begleitende Kurse vermitteln zusätzliches Wissen sowohl berufsbegleitend als auch lebenspraktisch. Ob gesunde Ernährung, Entspannungstechniken, Sprachen oder digitale Medien. „Es kommt immer wieder vor, dass Teilnehmende feststellen, viel mehr oder anderes zu können, als sie selber gedacht haben“, ist die Erfahrung von Anja Kranenberg. Deshalb und weil die Berufsbiographie sehr unterschiedlich sein kann von „kein Schulabschluss“ über „abgeschlossenes Studium“ bis zu „langjähriger Berufserfahrung“ ist es wichtig, vielfältige Arbeiten anzubieten und Erprobung zu ermöglichen.

Im Fachübergreifenden Kompetenztraining (FüK) liegt der Fokus auf selbstgewählten Projektzielen. Die Werkstoffe Holz, Metall und Elektro sind dabei nur Platzhalter. „Es geht darum, Problemlösestrategien zu entwickeln und seinem eigenen Qualitätsanspruch gerecht zu werden“, sagt Anja Kranenberg. „Manchmal entdecken Teilnehmende aber auch neue Vorlieben beim Feilen, Löten oder Sägen und richten daraufhin ihre beruflichen Ziele neu aus.“

Fachspezifische Fertigkeiten

In den Qualifizierungsmodulen, dem zweiten Teil der Rehamaßnahme, werden fachspezifische Fertigkeiten entwickelt. Dazu stehen den Teilnehmenden zahlreiche Produktions- und Dienstleistungsabteilungen zur Verfügung, ebenso wie unterschiedlichste Außeneinzel- oder Gruppenarbeitsplätze wie der CAP-Markt, der Kulturkindergarten oder das PIKSL Labor. Auf Basis von anerkannten Ausbildungsrahmenplänen werden so etwa das Bedienen computergesteuerter Fräsmaschinen in der Metallabteilung, Schneid- und Gartechniken in der Küche oder die Qualitätsanforderungen und komplexe Montage an Kinderfahrzeugen vermittelt. „Entscheidend sind Ruhe und das richtige Setting“, betont Anja Kranenberg, „denn dann findet jeder seinen richtigen Weg“. In diesem Rahmen können auch IHK-zertifizierte Bausteine absolviert werden, die auf individuellere Art den Weg zur abgeschlossenen Berufsausbildung z.B. zum Fachlagerist oder Verkäufer ermöglichen. „Viele Teilnehmende entdecken so die Freude an der Arbeit wieder.“

Und das ist das Ziel: ein Berufsfeld finden, das einem liegt, die Selbstwirksamkeit erleben, neugierig werden und vielleicht den Schritt in die Unabhängigkeit des allgemeinen Arbeitsmarktes wagen.

Anja Kranenberg
Abteilungsleiterin der Beruflichen Bildung

„Es ist schön, Menschen treffen zu wollen“

Im Fachübergreifenden Kompetenztraining probieren Teilnehmende wie Morgan Brodersen viel aus.

„Hier bei proviel habe ich mich daran erinnert, dass Arbeit nicht schlimm sein muss“, sagt Morgan Brodersen. Vorher hatte er in verschiedenen Handwerksberufen schlechte Erfahrungen gesammelt und sich danach sehr zurückgezogen. Das Jobcenter schickte ihn schließlich in eine Maßnahme zu proviel, wo er jetzt seine Reha macht. „Es tut gut, einen Zweck zu erfüllen, ein Teil von mehr zu sein“, findet er. „Ich habe viel mehr hier mitgenommen, als ich anfangs erwartet hatte.“

Zu Beginn seiner Maßnahme hatte er große Vorbehalte und saß in seinen Pausen mit einem Buch in der Ecke, um mit niemand reden zu müssen. Doch nach und nach änderte sich das: „Hier konnte ich einen ordentlichen Teil Selbstbewusstsein wieder aufbauen. Ich hatte ganz vergessen, wie schön es ist, Menschen treffen zu wollen“, sagt Morgan Brodersen heute. Dadurch, dass er kein Soll erfüllen muss, dass er die Freiheit hat, auch einmal Fehler zu machen, dass seine Anleiter immer ein offenes Ohr für ihn haben, konnte er Vertrauen entwickeln – in sich selbst und in andere Menschen.

Freude an Qualität finden

Im Fachübergreifenden Kompetenztraining (FÜK) der Berufsbildung beschäftigte er sich jeweils einen Monat lang mit Holz, Metall und Elektroinstallation. Dort entdeckte er seine Liebe zu Metall: „Das ist ein spannender Werkstoff. Und die Anleiter hier sind alle inspirierend, weil sie gerne tun, was sie tun.“

Doch im FÜK geht es nicht nur darum, das Arbeiten mit den verschiedenen Werkstoffen auszuprobieren: „Hier hat die Selbständigkeit einen hohen Stellenwert. Die Menschen sollen versuchen, selbst Lösungen für Probleme zu finden“, erklärt BB-Fachkraft Matthias Kiefer. Außerdem sollen die Menschen bei ihm entdecken, dass sorgfältig ausgeführte Arbeiten viel schöner aussehen als schiefe rechte Winkel oder schlampige Lötstellen. So entsteht im Idealfall irgendwann ein eigener Anspruch an Qualität. „Im Grunde genommen ist es hier ein wenig wie in der Lehre, nur andersherum. Während es in der Lehre hauptsächlich um das Lernen der Tätigkeit geht und man nebenher die Soft Skills lernt, ist es hier umgekehrt. Der Fokus liegt auf den Soft Skills und nebenbei lernt man die Tätigkeiten. Daher auch der Name des Fachübergreifenden Kompetenztrainings. Dadurch wird im besten Falle berufliche Handlungskompetenz erzeugt“, fügt er noch hinzu.

Kurse stärken die Kompetenzen

Ergänzend stärken Kurse verschiedene Fähigkeiten: So absolvierte Morgan Brodersen bei Matthias Kiefer den Kurs „Loslassen!“ zur Muskelentspannung. Auch den Kurs „Kommunikation“ findet er spannend: „Das hilft mir richtig weiter.“ Stolz ist er auf den Gabelstaplerführerschein, den er vor kurzem bei proviel absolviert hat.

Im zweiten Berufsbildungsjahr erprobt er sich aktuell tiefergehend in der Metallabteilung und lernt dort neue Maschinen, Aufträge und Arbeitsabläufe kennen. Vieles kann er schon, immer wieder lernt er Neues dazu. Jeden Morgen kommt er gerne zur Arbeit. Und auf lange Sicht kann er sich vorstellen, auch wieder einen Schritt nach draußen zu wagen, in Richtung erster Arbeitsmarkt.

„Für die berufliche Reha stehe ich morgens gerne auf.“

Christoph Orlikowski fand seinen Weg zu proviel im zweiten Anlauf und ist heute sehr zufrieden.

Zwei völlig verschiedene Welten seien es, so empfindet es Christoph Orlikowski – die Welt, bevor er zu proviel kam, und sein Leben jetzt. „Jetzt stehe ich morgens gerne auf“, sagt der 56-Jährige mit fröhlichem Schmunzeln. Dabei war er anfangs gar nicht von proviel überzeugt: „Ich hatte eine große Abwehrhaltung.“ Und es brauchte auch mehrere Versuche, bis es klappte. Nach den ersten drei Wochen in der Beruflichen Bildung fiel Christoph Orlikowski in frühere Verhaltensweisen zurück und stieg wieder aus. Ein Jahr später fand er jedoch erneut den Mut, bei proviel zu starten. Für eine bessere Rente, war damals sein Argument.

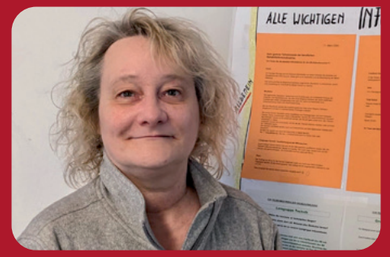
Beim zweiten Anlauf schaffte er es, die berufliche Reha durchzuhalten. „Die ersten Wochen waren richtig hart. Aber durch den Fehlstart habe ich viel gelernt für mich selbst. Vor allem, dass ich auf mich aufpassen muss, achtsam sein muss“, erkennt er heute. Zu viel Druck habe er sich am Anfang gemacht, zu viel Stress empfunden. Viele Gespräche mit seinen Anleitern der Beruflichen Bildung sowie die wöchentlichen Reflexionen haben dazu geführt, dass er es schaffte, mit der Situation umzugehen. Und er erkannte: „Hier ist jeder gleich, das ist toll hier. Und durch die Gespräche fühle ich mich als Teil eines großen Ganzen.“

Ausprobieren im Eingangsverfahren der beruflichen Reha

Hart fand es Christoph Orlikowski, dass er während des dreimonatigen Eingangsverfahrens der beruflichen Reha nur einfachere Aufgaben ausführen sollte. Denn zu Beginn geht es darum, zu sehen, wo die neuen Reha-Teilnehmenden stehen, wie ihre Fähigkeiten sowie ihre Ausdauer sind. Jetzt in der Grundausbildung sind die Arbeiten abwechslungsreicher und es kommen die Wochenpakete der Beruflichen Bildung dazu. Diese Bündel von Aufgaben müssen bis zum Wochenende erledigt werden. Sie enthalten Aufgaben zum jeweiligen Arbeitsfeld, etwa zu Abläufen oder Sicherheitsvorschriften, einen Wochenbericht sowie Rätsel, Konzentrationstrainings oder Entspannungsübungen.

„Vielen Teilnehmenden fällt es am Anfang der beruflichen Reha schwer, sich auf die Arbeit einzulassen“, ist die Erfahrung von Fachkraft Erich Lesslhumer. Deshalb sei es zu Beginn vor allem wichtig, Vertrauen zu den Fachkräften aufzubauen. Nach einigen Wochen bei proviel stabilisierten sich die meisten und sie kommen gerne zur Arbeit. Das zeige sich auch daran, dass sie es schaffen, pünktlich zu erscheinen. Dann sind sie in der neuen Welt der Beruflichen Bildung bei proviel angekommen.

„In der Beruflichen Bildung von proviel fühle ich mich gut aufgehoben“



Heike Voerster absolviert die Grundausbildung im Rahmen ihrer beruflichen Rehabilitation.

„Es ist schön zu sehen, dass ich nicht alleine mit meiner Krankheit bin“, findet Heike Voerster. Sie absolviert gerade die Grundausbildung im Rahmen ihrer beruflichen Reha bei proviel. Nach einem guten halben Jahr bei proviel erkennt sie schon selbst eine deutliche Entwicklung bei sich: „Meine Pünktlichkeit habe ich verbessert und meine Genauigkeit und ich kann die Arbeit länger aushalten.“

Ablauf der beruflichen Reha

Ins Eingangsverfahren war sie in einer Gruppe mit vier weiteren Neueinsteigern gestartet. „In der Anfangszeit war es schwer, aber am Ende hatten wir eine recht gute Harmonie in der Gruppe“, sagt Heike Voerster im Rückblick. Die 53-Jährige fand es gut, dass sie sich in der Gruppe austauschen konnte, dass sie die Aufgaben untereinander absprechen und aufteilen konnten. Im Eingangsverfahren habe sie erst einmal gelernt, wie ein Auftrag bearbeitet wird und worauf sie dabei achten muss.

Jetzt, in der Grundausbildung der beruflichen Reha, ist Heike Voerster schon einen Schritt weiter: „Hier wird man fit gemacht für den ersten Arbeitsmarkt“, sagt sie zufrieden. Die Arbeit sei eine ganz andere als im Eingangsverfahren. So hat sie im Rahmen der Beruflichen Bildung schon zwei Wochen lang ein Schnupperpraktikum in der Montage gemacht. Und auch die Metallabteilung findet sie faszinierend, mit den großen CNC-Maschinen. Dort möchte sie später gerne ebenfalls ein Praktikum machen. Und ihr war es wichtig, einmal einen Auftrag von Anfang bis Ende mit allen nötigen Schritten alleine zu absolvieren. Das gibt ihr Selbstbewusstsein. „Hier bei proviel fühle ich mich gut aufgehoben, selbst wenn ich einmal instabil bin.“

Rätsel im Wochenpaket

Ein wichtiger Teil ihrer Arbeit in der Grundausbildung der beruflichen Reha sind auch die Wochenpakete. So muss sie jede Woche einen Bildungsnachweis über die erledigten Aufgaben schreiben. Besonders gerne löst sie jedoch die darin enthaltenen Rätsel. „Die Wochenpakete machen mir immer viel Spaß!“

„Alle Tätigkeiten in der Grundausbildung sind Werkzeuge für die Persönlichkeitsentwicklung“, betont Fachkraft André Trust. Durch den Aufbau einer tragenden Beziehung schaffen es er und seine Kolleginnen und Kollegen aus der Beruflichen Bildung, die Teilnehmenden voranzubringen und zu weiteren Schritten zu ermutigen. „Wir sind keine Vorarbeiter, sondern Hilfs- und Ansprechpersonen.“ Alle gemeinsam arbeiten daran, dass die Reha-Teilnehmenden für sich ein berufliches Ziel finden.

„Ich habe vorher viel ausprobiert. proviel war der beste Schritt und am effektivsten.“

Qualifizierungsmodul in der Beruflichen Reha: Im zweiten Jahr geht es um selbständiges Arbeiten und vielfältige Tätigkeiten.

Früher kam Frau G. nie mit handwerklichen Tätigkeiten in Berührung. Jetzt kann sie selbständig Wände streichen, schleifen und lackieren. Auch ein defektes Licht reparieren oder das Aufbauen von Möbeln hat sie bei der Haustechnik von proviel gelernt. „Ich habe gerne Abwechslung – hier in der Haustechnik habe ich verschiedenste Aufgaben“, berichtet die 23-Jährige. Sie befindet sich im zweiten Jahr der Beruflichen Reha bei proviel.

Berufliche Reha: Fokus auf den Stärken

Besonders schätzt Frau G., dass sie bei proviel nicht auf ihre Erkrankung reduziert wird, sondern der Fokus auf ihren Stärken liegt. „Vor der Reha hatte ich keinen festen Alltag und wenig Kontakte. Jetzt hat sich meine Belastbarkeit sehr gut entwickelt und ich treffe jeden Tag nette Kollegen“, freut sie sich. Auch wenn sie sich ihren Lebensweg ursprünglich anders vorgestellt hatte: Da sie eine positive Entwicklung sieht, ist sie gerne bei proviel und schätzt die Möglichkeit, verschiedenste Tätigkeiten kennenzulernen: „Ich habe vorher viel ausprobiert. proviel war der beste Schritt und am effektivsten“, sagt sie. Im Fachübergreifenden Kompetenztraining (FÜK), einer Etappe im ersten Berufsbildungsjahr, habe sie selbständiges Arbeiten gelernt und erste handwerkliche Erfahrungen gesammelt. Der Wechsel vom Standort Farbmühle zum Standort Milchstraße gab ihr die Gewissheit, dass sie auch in neuen Teams zurecht kommt.

Workshops für Berufliche Bildung und Soft Skills

Jetzt schätzt sie im Qualifizierungsmodul das freiere Arbeiten in der von ihr gewählten Abteilung Haustechnik. „Man kann Frau G. gut auch alleine oder in einem kleinen Team losschicken“, würdigt Anleiter Markus Basic ihre Selbständigkeit und Zuverlässigkeit. Er freut sich, dass die anfangs sehr zurückhaltende junge Frau im Laufe der Zeit immer offener geworden ist und aus ihren neu erworbenen Fähigkeiten Selbstbewusstsein schöpft.

Sehr interessant findet Frau G. auch die verschiedenen Workshops. Fast jeden Freitag etwa gibt es den so genannten „Checklistenunterricht“ – dort geht es um Themen wie Transportsicherung, Silikonieren oder Malerarbeiten. „Das ist sehr interessant“, findet sie. Profitiert habe sie auch von Kursen zu Kommunikation und dem Umgang mit Stress. Das kann sie nun während ihrer Arbeit umsetzen. Ihr langfristiges Ziel ist es, eine Ausbildung in einem anderen Arbeitsbereich zu absolvieren. Aber selbst, wenn sie sich später für einen anderen Berufsweg entscheidet: Die handwerklichen Fähigkeiten kann sie auf jeden Fall gut gebrauchen.

„Ich habe eine Menge gelernt und kann das alles hier gebrauchen.“

Ziele in und nach der Beruflichen Reha: Bernd Banze möchte in der Werkstatt eine Ausbildung in Modulen absolvieren.

27 Monate lang hat sich Bernd Banze in der Beruflichen Reha mit verschiedenen Aspekten seines Arbeitslebens auseinandergesetzt. Obwohl er schon von Beginn an vor allem Interesse am Werkstoff Metall hatte, hat er diverse Tätigkeiten ausprobiert und sah sich bestätigt: „Ich will in den Metallbereich – da ist es super!“ Durch die Berufliche Reha fühlt er sich dafür gut vorbereitet. „Ich habe eine Menge gelernt und kann das alles hier gebrauchen.“

Damit der Übergang von der Reha in die Werkstatt gut klappt, organisiert Katharina Haubner von der Rehaplanung frühzeitig alles Notwendige. Sie schreibt während der Reha gemeinsam mit den Teilnehmenden die Berichte an die Reha-Kostenträger und stellt zum Ende der Maßnahme den Kontakt zum Sozialdienst her, der für die Mitarbeitenden der Werkstatt zuständig ist. „Diese Unterstützung war wirklich super – den ganzen Papierkrieg hätte ich alleine nicht geschafft“, sagt Bernd Banze.

„Viel selbständiger“ durch die Berufliche Bildung

Er hatte aus eigener Initiative beim Jobcenter nach der Maßnahme Train2be bei proviel gefragt und dann dort die Berufliche Reha angeschlossen. Eine gute Entscheidung, findet er heute: „Ich bin viel selbständiger geworden, kann jetzt ohne Betreutes Wohnen leben. Und ich habe viele Ziele erreicht, die ich mir gesetzt habe. Zum Beispiel, regelmäßig die Post zu öffnen und zu bearbeiten.“ Als nächstes Ziel möchte der 50-Jährige die Ausbildung zum Facharbeiter für Metalltechnik schaffen – proviel bietet dafür ab Spätsommer 24 in Zusammenarbeit mit der Bergischen IHK Baustein-Module mit einzelnen zertifizierten Kompetenzfeststellungen an.

Große Motivation für weitere Schritte

Nach Beendigung der Reha ist Bernd Banze froh, dass er nun bei proviel in den Werkstattbereich wechseln konnte. „Mein Druck ist weg, die Reha schaffen zu wollen. Jetzt weiß ich: Ich bin sicher bei proviel.“ So konnte er seine Anwesenheit konstanter halten und Arbeitszeiten ausweiten, er beginnt nun früher. Seine Begeisterung für die Metallabteilung überträgt sich auch auf andere: Nach seinen mitreißenden Schilderungen bei Führungen durch die Abteilung meldeten sich einige Interessenten, um die Arbeit dort auszuprobieren. „Herr Banze hat viel Motivation, Herausforderungen anzugehen und Neues zu lernen“, freut sich Katharina Haubner.

Er liebt die modernen CNC-Maschinen der Metallabteilung und die Arbeit mit den Werkstücken. „Ich bin hier sofort aufgeblüht.“ Zwei Maschinen habe er ganz gut im Griff und die anderen möchte er auch noch besser kennenlernen. Denn am Ende hofft Bernd Banze auf eine Rückkehr auf den ersten Arbeitsmarkt.

„Es war schön zu sehen, welche Möglichkeiten wir hier haben.“

Selbstwirksamkeit erleben im Fachübergreifenden Kompetenztraining: Nach einem Jahr Berufliche Reha hat Yasemin Atilgan nun ein Berufsziel.

Bei proviel hatte sich Yasemin Atilgan in den ersten Monaten der Beruflichen Reha schon gut eingewöhnt. Auch den Standortwechsel von der Farbmühle an die Milchstraße schaffte sie leicht. Doch das Fachübergreifende Kompetenztraining (FüK) bedeutete eine Herausforderung für die 42-Jährige: „Ich hatte ständig Angst vor Fehlern.“ Denn in diesem Abschnitt der Reha geht es darum, Selbstwirksamkeit zu erleben und die eigene Handlungsfähigkeit zu trainieren. Die Menschen beschäftigen sich abwechslungsreich und flexibel mit Holz, Metall oder Elektroinstallation und können dabei im Gegensatz zu den festeren Aufgaben aus dem Beginn der Reha selbst entscheiden, was sie dabei schaffen wollen.

Lösungswege finden in der Beruflichen Bildung

„Bei uns sollen die Menschen selbst Lösungswege erarbeiten und auch dann weitermachen, wenn Probleme auftauchen“, erklärt Sandra Bäldle. „Denn mit den Herausforderungen entwickeln die Menschen viel kreativere Ideen. Natürlich stehen wir bei allen Fragen unterstützend zur Seite.“ Yasemin Atilgan überwand ihre Angst und baute eine Holztruhe im FüK, plante und bemaßte alle Teile, sägte die Bretter zurecht, fügte sie aneinander zu einem halbrunden Deckel, befestigte passende Scharniere. „Ich bin so stolz auf diese Truhe!“, sagt sie mit zufriedenem Lächeln.

Erschöpft ist sie nach der Arbeit noch immer – sie tankt aber mit den Erfolgserlebnissen im FüK so viel neue Motivation und Kraft, dass sie sich gerne morgens aufrafft und wieder zur Arbeit geht. „Ich schaue jetzt viel positiver ins Leben als vor der Reha“, sagt die provielerin. „Frau Atilgan ist in den drei Monaten des FüK über sich selbst hinausgewachsen“, freut sich Sandra Bäldle. „Sie ist dabei regelrecht aufgeblüht.“

BB: Arbeitsmöglichkeiten kennen lernen

Hilfreich fand Yasemin Atilgan auch den Monat der Inklusion, der ein fester Bestandteil der Reha in Zusammenarbeit mit der Abteilung Inklusion ist. Dabei lernen die Teilnehmenden die verschiedenen Arbeitsmöglichkeiten bei proviel kennen, besuchen aber auch Partnerunternehmen. „Es war schön zu sehen, welche Möglichkeiten wir hier haben“, sagt Yasemin Atilgan. Durch diese Eindrücke und zahlreiche Gespräche mit den proviel-Fachkräften entwickelte sie schließlich eine Vorstellung, was ihr berufliches Ziel sein könnte. Sie möchte in der Igelstation hospitieren. „Meine Leidenschaft ist es, Tiere zu pflegen und zu versorgen“, erzählt sie.

Sollte das nicht klappen, möchte sie im Industrieservice arbeiten. „Ich bin so froh über den geschützten Rahmen bei proviel“, betont sie. Nach früheren Mobbing-Erfahrungen schätzt sie die wohlmeinende Atmosphäre und merkt, dass ihr die Arbeitsumgebung bei proviel gut tut. Mit klaren beruflichen Zielen vor Augen blickt sie hoffnungsvoll in die Zukunft – den Mut, sie zu verwirklichen, hat sie jetzt gesammelt.

„Ich freue mich sehr, hier zu sein – es ist einfach schön mit den sozialen Kontakten hier.“

Reha hilft, sich zu strukturieren: Angela Hinrichsen ist im Eingangsverfahren der beruflichen Reha.

Angela Hinrichsen hat schon diverse Maßnahmen des Jobcenters absolviert. Bei der Trainings- und Qualifizierungsmaßnahme Train2be schätzte sie besonders den guten Sozialdienst: „Der ist 1a Spitzenklasse – wenn man Hilfe braucht, ist direkt jemand da, und ich schätze das gute Vertrauensverhältnis zu meinen Sozialdienstlern.“ Der Sozialdienst unterstützte sie auch dabei, Widerspruch gegen die Ablehnung der beruflichen Reha einzureichen. Im zweiten Anlauf wurde diese dann bewilligt. „Ich freue mich sehr, hier zu sein – es ist einfach schön mit den sozialen Kontakten hier.“

Die berufliche Reha begann mit Teambuilding. Die Gruppe, die zusammen anfängt, soll schließlich gut zusammenarbeiten und Vertrauen zueinander aufbauen. Im Modul „Total sozial“ absolvierte die Gruppe dafür verschiedene Übungen. Und beim Reha-Starter-Tag wurden die Abläufe der Reha detailliert erklärt.

Auf den eigenen Stärken aufbauen

Danach folgte das Modul ZERA (Zusammenhang zwischen Erkrankung, Rehabilitation und Arbeit). „Dabei sollen die Teilnehmenden ihre Stärken und Schwächen erkennen und für sich kurz-, mittel- und langfristige Ziele formulieren sowie überlegen, was ihnen beim Erreichen dieser Ziele helfen könnte“, erklärt die Fachkraft Hanno Braß. Angela Hinrichsen hat sich als kurzfristiges Ziel gesetzt, geduldiger und beweglicher zu werden. Mittelfristig will sie ihre Englisch-Kenntnisse ausbauen. Langfristig möchte sie ihre Konzentration verbessern und einen Betriebsintegrierten Arbeitsplatz (BiAp) in einem kreativen Bereich anstreben.

Reha startet mit fünf Stunden Arbeit am Tag

Derzeit ist Angela Hinrichsen im zweiten Monat des Eingangsverfahrens ihrer Reha. Die meiste Zeit arbeitet sie mit ihren Gruppenkollegen an einem Tisch und erledigt dort die gestellten Aufgaben. Manchmal wechselt sie jedoch auch in andere Gruppen, um dort zu helfen bzw. Erfahrungen einzubringen und neue zu sammeln. „Frau Hinrichsen ist die Gute-Laune-Macherin und sorgt oft für Absprachen im Team. Sie bringt viel Energie und Power mit“, unterstreicht Hanno Braß.

Außerdem ist die 64-Jährige morgens immer schon früh am Platz. Vor Beginn ihrer eigentlichen Tätigkeit säubert sie dann schon einmal die Kaffeekanne und den Trinkwassersprudler in der Kaffeeecke. So können sich die Kollegen und Kolleginnen unbesorgt erfrischen. Zwar arbeiten alle zu Beginn fünf Stunden am Tag, aber manche Teilnehmenden fangen schon um 7 oder 8 Uhr an, andere erst um 9 oder 10 Uhr. Deshalb sind Absprachen in der Gruppe bei der Erledigung von gemeinsamen Aufgaben besonders wichtig. Schon jetzt merkt Angela Hinrichsen, dass ihr die Kommunikation und die Reflexionen in der Reha gut tun: „Ich bin auch zu Hause viel strukturierter.“

„Die Reha bei proviel tut mir gut.“

Daniel Heimchen hat durch die berufliche Reha mehr Energie und Selbstvertrauen bekommen.

Die Wirkung seiner beruflichen Reha bei proviel kann Daniel Heimchen klar benennen: „Ich bin auf jeden Fall selbstbewusster geworden. Am Anfang habe ich nicht mit Menschen gesprochen und alleine in der Ecke gesessen. Das ist jetzt anders.“ Fachkraft Sonja Kaptur bestätigt die Entwicklung: „Heute kümmert sich Herr Heimchen um alle in seinem Umfeld und stellt auch ganz viele Fragen. Es ist etwas Besonderes, wenn jemand so interessiert ist an allem.“

Seit sieben Monaten läuft die Reha von Daniel Heimchen. Vorher hatte er proviel über die Jobcenter-Maßnahme Train2be kennen gelernt. Damals war vor allem froh, durch die Reha einen Anreiz zu haben, morgens das Haus zu verlassen. Gleichzeitig bedeutet es ihm viel, zu wissen, dass bei proviel alle Verständnis haben, wenn er wegen seiner Erkrankung einmal nicht so fit ist. Und er möchte an seinen Schwächen arbeiten, die ihm auch dank der halbjährlichen „Statusberichte“ klar geworden sind. Deshalb bedauert er, dass er nicht noch mehr Kurse auf einmal belegen darf. Seinen Meditationskurs schätzt er sehr: „Da lernt man auf Dauer schon, sich besser zu konzentrieren.“ Der zweitägige Erste-Hilfe-Kurs sei schon längst vorüber; als nächstes möchte er sich gerne mit gesunder Ernährung beschäftigen und noch weitere Entspannungstechniken kennen lernen.

Während er im Eingangsverfahren sehr lange immer dieselbe Aufgabe erfüllte, erledigt er jetzt in der Grundausbildung verschiedene Aufträge. Das fiel ihm am Anfang schwer. Rückblickend findet Daniel Heimchen es aber gut, dass er sich an Neues herangewagt hat. „Ich habe gelernt, auch Sachen zu machen, die ich nicht mag.“ Und selbst, wenn er im Gegensatz zu seinen Anleitern der Meinung ist, er könne nicht gut feinmotorisch arbeiten – jetzt macht es ihm Spaß, kniffelige Lötkolben zusammenzubauen, die ein hohes Maß an Fingerfertigkeit benötigen. Dementsprechend ist auch das Ergebnis gut.

Im weiteren Verlauf der Reha freut er sich schon auf den Monat der Inklusion. Wie er aus den Informationsveranstaltungen weiß, lernt er dort verschiedene Außenarbeitsplätze kennen – und so etwas könnte er sich auch gut vorstellen. „Die Reha ist sehr gut organisiert“, lobt er und schätzt die vielen Möglichkeiten der Weiterentwicklung bei proviel. Dadurch, dass er Spaß an den Tätigkeiten bei proviel hat und dort jeden Tag nette Leute trifft, hat er auch neue Energie für sein Privatleben gefunden. So geht er inzwischen dreimal pro Woche schwimmen, um sich auszupowern und seine Figur zu straffen. „Die Reha bei proviel tut mir gut.“

„Man gewinnt mit der Reha sehr viel“

Kristina Axtmann sieht eine wichtige persönliche Weiterentwicklung durch ihre Zeit bei proviel.

Zweieinhalb Jahre lang lernte Kristina Axtmann das Haus forum/proviel kennen im Rahmen von Train2be und Train-2beplus (der Trainings- und Qualifizierungsmaßnahme im Auftrag der Jobcenter Wuppertal AöR). Dann entschloss sie sich zur beruflichen Reha, die sie persönlich und beruflich voranbrachte. „Ich kann nur jedem zur Reha raten. Man beschäftigt sich viel mit sich selbst – darauf muss man sich einlassen. Aber dann gewinnt man sehr viel“, sagt sie nun am Ende ihrer Reha. „Die Reha war eine aufregende Zeit mit vielen Stationen.“ Sie selbst kam dadurch zu dem Entschluss, die in Module aufgesplittete Ausbildung zur Verkäuferin im Einzelhandel im CAP-Markt zu absolvieren.

Durch die vielen Erkenntnisse aus der Reha hat Kristina Axtmann schon die Energie und den Mut für die erste Kompetenzfeststellung auf dem Weg zur Verkäuferin gefunden. Bald soll die zweite folgen. „Das ist eine tolle Entwicklung – Frau Axtmann traut sich oft wenig zu, aber kann sehr vieles und ist sehr lernfähig“, sagt Fachkraft Anna Laura Margagliotti. Sie hat volles Vertrauen, dass Kristina Axtmann die Ausbildung zur Verkäuferin und den Weg in den ersten Arbeitsmarkt schaffen kann. Und heute schon zeigt sie im CAP-Markt, dass sie inzwischen auch mit neuen und unerwarteten Situationen gut klar kommt.

Besonders positiv hat sie aus der Reha das Fachübergreifende Kompetenztraining (FÜK) in Erinnerung. „Das war sehr schön und abwechslungsreich, wir haben aus unterschiedlichen Materialien wie Holz und Metall Dinge gefertigt“, erinnert sie sich. Wichtig sei auch ihre Gruppe gewesen, in der sich alle gegenseitig unterstützt hätten. Mit allen sei sie weiterhin in Kontakt. Nur das Still-Sitzen in der Beruflichen Bildung, das sei ihr schwer gefallen, da sie früher in der Gastronomie mit viel Bewegung gearbeitet hat.

Besonders hebt die 37-Jährige den freundlichen und respektvollen Umgangston bei proviel hervor – ganz anders als ihre Erfahrung auf dem ersten Arbeitsmarkt. Nach einem Todesfall in der Familie sei sie aufgefangen worden und habe sehr viel Unterstützung erfahren. „Man fühlt sich hier aufgenommen und verstanden.“

Die vielen Gespräche und Reflexionen, das Vertrauen der Fachkräfte in sie haben ihr geholfen. „Ich fühle mich nicht mehr so unsicher wie früher, habe viel mehr Selbstbewusstsein“, sagt Kristina Axtmann. Am Anfang wollte sie bei neuen Stationen der Reha oft die Flucht ergreifen; doch die Fachkräfte sprachen ihr Mut zu und beruhigten sie. „Bei proviel habe ich gelernt, nicht so viel Druck auf mich selbst auszuüben. Ich bin viel entspannter geworden“, sagt die Mutter dreier Kinder. Das komme auch ihrer Familie zugute.

„Wir sind eine richtig schöne Gruppe geworden“

Denise Veller schätzt das gute Miteinander in der Beruflichen Reha bei proviel.

Stolz sagt Denise Veller: „Ich habe mich total verändert, das ist sogar meiner Tante aufgefallen.“ Durch die berufliche Reha bei proviel trete sie jetzt selbstbewusster auf, könne ihre Interessen besser vertreten. Anders als früher, als sie aufgrund schlechter Erfahrungen immer Angst hatte, dass sie gemobbt oder ausgelacht werden könnte. Doch bei proviel sammelt sie nun andere Erfahrungen: „Wir sind eine richtig schöne Gruppe geworden, obwohl wir uns vorher nicht kannten.“ Durch den Workshop „Total sozial“ habe sich die Gruppe, die gemeinsam in die Reha startete, schnell zusammengefunden. Die Atmosphäre zwischen den Gruppenmitgliedern sei gut und unterstützend.

Vorher hatte Denise Veller schon längere Zeit in der Hauswirtschaft gesehen, wie proviel funktioniert. Für sie war es wichtig, schon einige Gesichter im Haus zu kennen. Trotzdem war sie zu Beginn ihrer Reha sehr aufgeregt. „Aber die Anleiter sind richtig super-nett“, sagt sie heute. Inzwischen hat sie auch gelernt, sich bei Problemen Hilfe zu holen, Anleiter anzusprechen, wenn es ihr nicht gut geht. „Ich bekomme das jetzt gut hin mit den anderen“, freut sich die 34-Jährige. Vor dem Wechsel zum Standort Milchstraße ist sie zwar etwas nervös; doch dass ihre Gruppe mit ihr wechselt, gibt ihr Sicherheit. Und sie weiß, dass sie bei der Abschlussveranstaltung der Grundausbildung gut auf den nächsten Schritt der Reha vorbereitet wird. Dabei besucht sie auch den neuen Arbeitsort in Ruhe und gemeinsam mit einer vertrauten Fachkraft.

Schön findet sie bei proviel, dass sie immer etwas Neues dazulernt. Einerseits bekommt sie immer wieder neue Aufgaben, andererseits kann sie zwischen unterschiedlichsten Kursen wählen. So hat sie gerade einen Erste-Hilfe-Kurs absolviert. Auch bei der Mappe mit alternativen Aufgaben bekommt sie Anregungen und trainiert, sich von Texten nicht abschrecken zu lassen. „Ich brauche Ruhe dafür – aber dann geht es“, sagt Denise Veller. Und für das zweite Jahr der Reha hat sie schon ein Ziel: „Ich möchte mir das Zoo-Restaurant Okavango anschauen.“ Ansonsten gefällt ihr weiterhin die Hauswirtschaft gut – dort hat sie viel Bewegung, was sie schätzt. „Denise Veller kann sich gut auf neue Tätigkeiten einlassen, probiert alles aus“, sieht Fachkraft Sonja Kaptur eine große Stärke. Dass die Reha so gut klappt, freut Denise Veller sehr: „Ich möchte doch einen sicheren Platz haben, ein Umfeld, das mich beschützt.“

Sportlicher Start ins Jahr: Neujahrs-Kick in der Buschenburg

Urbaner Kunstraum Wuppertal

Podcast zur Ideenfindung für ein neues Mural

Danke für die tolle Möglichkeit, Teil dieses wunderbaren Projektes sein zu können. Wir haben gemeinsam mit den Podcastern des Projektes „Urbaner Kunstraum Wuppertal“ und interessierten Mitarbeiter*innen von proviel ein Gespräch zum Thema Heimat, Kunst und Identität aufgenommen. Es war eine sehr angenehme Runde, die unter anderem der Frage nachging, ob Heimat mit Kunst gestaltet werden kann.

Schönes Teamevent beim Schwebebahnlauf

Kochen wie die Profis

Bei der „Herbstküche“ bereiteten die Teilnehmenden Kürbissuppe und Pflaumenkuchen zu.

proviel goes Christopher Street Day!

Gegen Doppelstigmatisierung von queeren Menschen mit psychischer Beeinträchtigung.

Seit einiger Zeit findet bereits das „Queere Café“ im „freiraum-Milchstraße“ statt. Dort kamen die regelmäßigen Besucher*innen auf die Idee, dass eine Teilnahme am Wuppertaler CSD toll wäre. Der Christopher Street Day (CSD) ist ein Fest-, Gedenk- und Demonstrationstag von Lesben, Schwulen, Bisexuellen, Transgendern und Intersexuellen. In der „Christopher Street“ haben sich 1969 bei den sogenannten Stonewall-Aufständen queere Menschen gegen Polizeiwillkür zur Wehr gesetzt. Das war zwar nicht das erste Mal, aber das vielleicht bekannteste Mal, dass das passiert ist, und das wurde dann auch zum Anstoß für die „moderne queere Bewegung.” Wir wollten bei der Veranstaltung auf dem Johannes-Rau-Platz in Barmen aufmerksam machen auf die doppelte Stigmatisierung in der Gesellschaft von queeren Menschen mit psychischer Beeinträchtigung. Anfang Juli starteten wir mit den Planungstreffen und haben uns mit einem eigenen Stand auf dem Straßenfest angemeldet. Im August haben wir individuelle T-Shirts für alle Teilnehmenden gestaltet… …und am 14.September war es dann soweit. Das Wetter spielte mit: es war trocken und meist sonnig und Lena Wenzel und Heike Binner haben gemeinsam mit sieben Mitarbeiter*innen aus

unterschiedlichen Bereichen von proviel viel Spaß gehabt. Wir haben informiert, gefeiert, haben uns an den anderen Ständen vorgestellt und wurden sehr interessiert und wertschätzend wahrgenommen und aufgenommen. Wahrscheinlich wird es nicht das letzte Mal sein, dass wir dabei waren. Wir freuen uns über die gute Resonanz auf der Veranstaltung und sind natürlich auch bei der Demo mit eigenem Plakat mitgelaufen.

provieler sprühen für die Graffiti-„Krippe“

Martin Heuwold gestaltet die diesjährige Advents-Aktion gemeinsam mit einem Team von proviel.

Elf provieler haben sich für die Graffiti-Aktion gemeldet und sind nun mit großem Engagement dabei, unter Anleitung des bekannten Graffiti-Künstlers Martin Heuwold/Megx die diesjährige „Krippe“ für den Laurentiusplatz zu gestalten. Wobei es diesmal eher ein Adventskalender mit dem Motto „Von der Dunkelheit ins Licht“ wird.
Stephan S., bei proviel in der Haustechnik tätig, gehört schon länger zur Graffiti-Szene und kennt sich aus. Er hat gemeinsam mit Martin Heuwold das Grundgerüst geschreinert: Ein hoher Würfel, an den auf jeder Seite sechs Platten geschraubt werden können. In der Adventszeit wird dann jeden Tag eine dieser Platten entfernt und etwas dahinter Liegendes zum Vorschein kommen. Was das sein wird, soll immer wieder überraschen. Zu Beginn hat sich das Team ausführlich Gedanken gemacht, was sie hinter den „Türchen“ verbergen wollen. „Da sind schon tolle Ideen zusammengekommen“, verspricht Martin Heuwold.

Er gestaltet seit Jahren die Graffiti-Krippe für den Laurentiusplatz im Auftrag der Katholischen Citykirche Wuppertal. Die Zusammenarbeit mit den provielern bei einem Projekt, das die Öffentlichkeit prägt, findet Heuwold reizvoll: „So nehmen wir den Inhalt der Message von Weihnachten schon bei unserer Advents-Aktion auf, die ja ein gesellschaftliches Projekt für die Stadt ist.“
Die provieler freuen sich darauf, ihr Werk auf dem Laurentiusplatz zu sehen. Unter den verschiedenen Aufgaben kann sich jeder eine passende aussuchen. Die einen zeichnen die Zahlen auf Karton und schneiden sie mit einem Cutter-Messer aus, die anderen schrauben die Platten ans Gerüst oder grundieren diese mit schwarzer Farbe. Am Ende werden alle Platten als dunkler Sternenhimmel mit vielen bunten Sprühpunkten gestaltet. Anschließend erhalten sie ihre Zahl. „Ich finde das total toll, dass das so in die Öffentlichkeit geht und wir etwas Gutes für Wuppertal machen“, sagt Dörthe K.

Freunde treffen beim proviel-Sommerfest

Gute Musik, lustige Acts und leckeres Essen – beim Sommerfest von proviel hatten alle Spaß.

Hier eine Umarmung, da eine strahlende Begrüßung, dort gemeinsames Lachen: Die provieler genossen es, beim großen Sommerfest in der Alten Glaserei an der Nordbahntrasse alte Bekannte wiederzusehen, auch von den anderen Standorten. Diesmal wurde ein besonderes Jubiläum gefeiert: proviel wurde vor 30 Jahren gegründet.

Echte Teilhabe ermöglichen

Zum 30. Geburtstag veranstaltete proviel das Business Breakfast von wuppertalaktiv!.

Was macht proviel aus? Warum sind Werkstätten für Menschen mit psychischen Behinderungen so wichtig? Das erklärte Christoph Nieder, Geschäftsführer von proviel, den 150 Gästen beim Business Breakfast von wuppertalaktiv!. Anlässlich des 30. Geburtstags der proviel GmbH hatte proviel in die Alte Glaserei eingeladen. Wegbegleiter, Politiker und Neugierige aus Industrie und Dienstleistungen waren gekommen.

Kreativ in der Beruflichen Bildung

Beim Gestalten von Glückwunschkarten sehen die Teilnehmenden ihren Erfolg.

Völlig vertieft probiert Markus Luthardt, welches Motiv am besten auf seine Glückwunschkarte passen könnte. Lieber eine Blüte oder ein niedliches Kätzchen? „Das Stempeln funktioniert am besten mit dem Handballen“, empfiehlt Martina Topp. Die proviel-Mitarbeiterin gibt seit Oktober im Kurs „Kreatives Gestalten“ der Beruflichen Bildung bei proviel ihre Erfahrung im Herstellen wunderschöner Geschenkkarten an ihre Kolleginnen und Kollegen weiter. Schon seit vielen Jahren gestaltet sie solche Karten. „Ich habe das auf pinterest gesehen und ausprobiert. Mit der Zeit habe ich mich dann immer besser ausgestattet“, erzählt sie. Im Gespräch mit der Verantwortlichen für die arbeitsbegleitenden Angebote hat sie dann ihren Kreativkurs konzipiert.

So gelingen Glückwunschkarten

Durch die vorhandenen Hilfsmittel können auch Menschen ohne viel zeichnerisches Geschick ansprechende Karten gestalten. So hat Martina Topp eine Vielzahl von Druckvorlagen: geschwungene Schriftzüge „Herzlichen Glückwunsch“ oder „Frohe Weihnachten“, verschiedenste Tiere, Blumen mit und ohne Stengel. Mit der Stempelhilfe landet das Bild genau da, wo es hin soll: Das Motiv, das ein bisschen an Gummibärchen erinnert, wird auf der Karte platziert. Dann wird der Deckel der Stempelhilfe geschlossen, das Motiv bleibt daran kleben und kann hochgeklappt werden. Jetzt erhält die Unterseite per Stempelkissen Farbe und kann dann exakt in die richtige Position zurückgeklappt und festgedrückt werden. Ist der Druck an einer Seite zu blass, kann so jederzeit exakt nachgestempelt werden.

Erfolgserlebnis im Kurs der Beruflichen Bildung

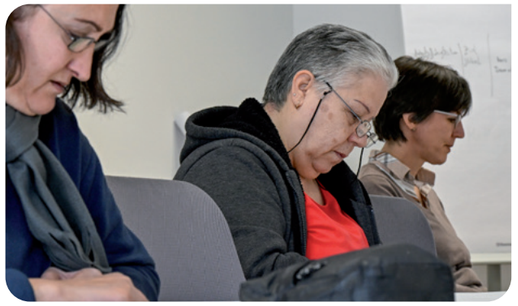
Anschließend kann das gestempelte Motiv mit Farbstiften koloriert werden. Oder es können farbige Papiere mit oder ohne Motiven zurechtgeschnitten und in die Karte integriert werden. „Da muss man aufpassen, dass der Klebestift nicht schmiert“, sagt Michael Neurath. Er hat mit ruhiger Hand kunstvoll einen Schriftzug auf ein quadratisches Papier gemalt und klebt es jetzt auf blaues, größeres Papier, das schließlich auf die Karte kommt. „Mein Trick dabei ist: doppelseitiges Klebeband“, lautet der Tipp von Martina Topp. Nach wenigen Handgriffen ist eine attraktive Glückwunschkarte fertig.

Gestalten fördert die Konzentration

Wellenscheren für vielfältige Passepartouts, Glitzersteinchen, bunte Bordüren und Zierborten regen die Kreativität an. Hoch konzentriert sitzen die vier Teilnehmenden am Tisch und schneiden, stempeln, kleben. Nach eineinhalb Stunden sind alle sehr zufrieden mit ihren Werken. Wer besonders viele Karten gestaltet hat, legt einige in eine bereitstehende Kiste – sie werden für einen guten Zweck verkauft.

Mit Freude Deutsch lernen

Im Kurs Deutsch als Fremdsprache verbessern die Teilnehmenden ihre Sprechfähigkeit.



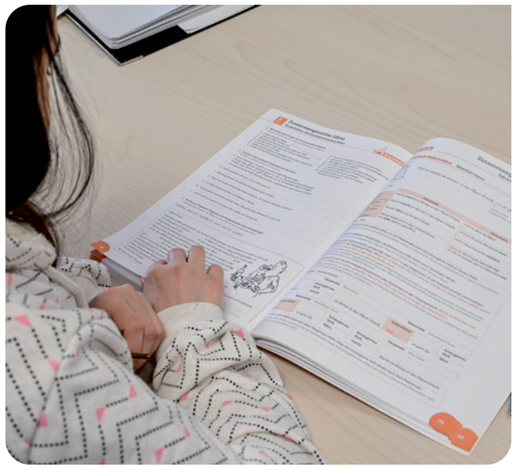
Die Sätze sind kniffelig. „Thomas fährt gern Ski. Er macht oft Urlaub in der Schweiz.“ Wie können diese beiden verbunden werden? Mit deshalb oder trotzdem? Und heißt es „weil es morgen regnet“ oder „weil es regnet morgen“? Konzentriert sitzen die Teilnehmerinnen im Fortgeschrittenen-Kurs „Deutsch als Fremdsprache“ (DaF) über ihren Büchern. Jede bildet nacheinander einen Satz aus der Übung. „Das Verb steht hier an zweiter Stelle“, erinnert Kursleiter Michael Maus, „denn es handelt sich um einen Hauptsatz“ und erklärt zwischendurch, was das Wort „sparsam“ bedeutet. Manche Übungen werden nur mündlich gemacht, andere ins Heft geschrieben – so bleiben die Themen besser in Erinnerung. „Am Anfang bei proviel konnte ich nur wenig sprechen, obwohl ich den Deutsch-Abschluss B1 hatte. Jetzt geht es so viel besser“, lobt eine Teilnehmerin. „Ich kann jetzt auch besser schreiben“, pflichtet ihr eine andere bei. Und alle sind sich einig: Das Deutsch-Lernen funktioniert bei Herrn Maus so gut, weil der Kurs sehr viel Spaß macht – weil sich alle so gut verstehen. „Hierhin komme ich sogar, wenn es mir nicht so gut geht“, lautet ein Lob.

Berufliche Bildung: Deutschkurse für Anfänger und Fortgeschrittene

In der Milchstraße gibt Michael Maus einen Fortgeschrittenen-Kurs DaF, in der Farbmühle zwei Kurse für Menschen mit weniger Deutschkenntnissen. Die Kurse wechseln dabei pro Trimester je nach Nachfrage. Immer jedoch versucht der versierte Lehrer, auf jede und jeden Einzelnen einzugehen und an die jeweiligen Kenntnisse anzudocken. „Sie sollen besser in der Lage sein, ihre eigenen Bedürfnisse deutlich zu machen und sich besser heimisch zu fühlen“, ist sein Anliegen. Ein Alphabetisierungskurs, in dem Grundkenntnisse der Sprache vermittelt und ein Kurs, in dem sowohl das Lesen wie auch das Schreiben verbessert werden, ergänzen sein Angebot.

Deutsch lernen für den Alltag

Die Fortgeschrittenen tauchen schon tief in die deutsche Sprache ein. Adverbiale Nebensätze mit Kausalangabe oder einer Bedingung – erst kommt die Theorie, dann die Übung. Die einen lernen besser, wenn sie die Sprache mit Fachbegriffen einsortieren können, die anderen durch das praktische Tun. Deshalb gibt es im Kurs beides. „Puh, das ist aber schwer“, seufzt jemand. „Nein, man muss nur reinkommen“, tröstet Michael Maus. Und auch, wenn die eine oder andere etwas überlegen muss: Am Ende formuliert jede einen wunderbaren Satz, der mit weil, wenn oder obwohl angebunden ist. Und bald können sie adverbiale Nebensätze auch im Alltag anwenden. „Ich komme nächste Woche wieder, weil mir der Kurs gefällt“ etwa.



Aufmerksamer durch Progressive Muskelentspannung

Durch bessere Entspannung das Selbstwertgefühl stärken.

„Spannen Sie nun hier die Muskeln an, indem Sie die Hand zur Faust ballen, den Unterarm beugen und den Oberarm an den Oberkörper drücken“, sagt Torsten Tretschok mit ruhiger Stimme. „Ruhig weiteratmen!“ Er lässt mehrere Atemzüge Zeit, bis er das Signal gibt: „Und lösen – was spüren sie?“ Eine kleine Gruppe provieler trifft sich jeden Mittwoch im Mehrzweckraum an der Milchstraße zur Progressiven Muskelentspannung nach Jacobsen mit Torsten Tretschok. Die Idee dahinter: Wenn man die Muskeln gezielt anspannt, kann man sie anschließend umso besser locker lassen. Und entspannte Muskeln können auch zu geistiger Entspannung führen.

Besser schlafen durch den Kurs

Die Teilnehmenden bestätigen das: „Abends kann ich das anwenden und besser einschlafen“, sagt eine. „Durch die Ansprache der Muskeln lernt man etwas über sich und kann sich im Alltag besser bewegen“, findet ihr Kollege. „Ich kann dadurch leichter aus dem Bett aufstehen“, fügt ein dritter hinzu. „Für mich ist das für die Psyche wichtig – hier kann ich loslassen. Ich zehre sehr von den eineinhalb Stunden, das hält tagelang an“, lobt eine weitere Teilnehmerin.

Am Anfang spricht Torsten Tretschok erst einmal alle an, fragt, wie es ihnen geht. „Es ist mir wichtig, dass alle in Ruhe ankommen“, erklärt er. Zu Kursbeginn erklärt er auch die verschiedenen Muskelgruppen bei Jacobsen. Anfangs werden sie in 16 Einheiten trainiert, später zu sieben Gruppen zusammengefasst. Nacheinander werden dann Arm rechts, Arm links, Gesicht, Schultern, Bauch, Beine und Füße gezielt angespannt und entspannt. Manche liegen dafür auf Matten, andere sitzen auf Stühlen. Kissen und Decken sorgen für ein gemütliches Gefühl dabei. „Wenn man lange liegt, werden manchmal sonst die Füße kalt“, sagt Torsten Tretschok. Mal lässt er Musik zur Entspannung laufen, mal hört man nur seine ruhige Stimme.

BB-Kurs stärkt Körperwahrnehmung

Nach jeder Anspannung fragt er, wie sich der Körperteil anfühlt. Manche spüren Wärme darin, bei manchen ist er schwer oder besonders leicht, oder er kribbelt. Am Schluss folgt noch eine Reflexions-Runde. Kamen auch die Gedanken zur Ruhe oder heute nicht? „Mein Kopf ist so voll“, entschuldigt sich jemand. Das sei völlig in Ordnung, beruhigt der Anleiter. Einer hat sein Herz stolpern gespürt, eine merkte, dass der Pulsschlag langsamer wird. Eines jedoch zeigt sich bei allen: Der laute Alltag rückt weiter weg, die Aufmerksamkeit richtet sich nach innen.

Module für Fachlageristen mit IHK-Zertifikat

Hier werden Interessenten in kleinen Schritten zu einem Ausbildungsabschluss geführt.

Wie war das mit dem Gefahrstofflager? Gibt es eines im Lager von proviel? Die kleine Gruppe im dritten Modul der Ausbildung zum Fachlagerist mit IHK-Zertifikat bei proviel überlegt. „In unserem Lager haben wir nur einen Gefahrstoffschrank, weil wir nur wenig Gefahrstoffe haben. Er ist durch diesen Aufkleber gekennzeichnet“, sagt Kursleiter Giuseppe Di Prima und zeigt das entsprechende Symbol sowie weitere für brandgefährliche oder giftige Stoffe. Außerdem erklärt der Ausbilder die Kennzeichen eines solchen Gefahrstoffschrankes – etwa, dass er mit einer Auffangschale im Boden versehen ist, damit im Fall der Fälle nichts ins Gebäude läuft.

Es sind viele Details, mit denen sich die zukünftigen Fachlageristinnen und Fachlageristen beschäftigen müssen. Auch, was für Informationen der Strichcode auf einem Produkt enthält. Dabei können sie ihre vielfältigen Erfahrungen einfließen lassen. „Im Praktikum haben wir den Wareneingang mit dem Scanner gemacht, und es wurden damit auch Lieferscheine und Etiketten ausgedruckt“, erzählt Teilnehmerin Ramona Bock.

Ausbildung zum Fachlagerist in fünf Modulen

In fünf Module hat proviel in enger Zusammenarbeit mit der Bergischen IHK die Ausbildung zum Fachlagerist/zur Fachlageristin aufgeteilt. Jede Gruppe absolviert ein Modul pro Jahr, parallel werden verschiedene Module angeboten. Jeder bekommt dabei die Zeit, die er oder sie zum Lernen braucht. Nach jedem Modul findet bei proviel eine Kompetenzfeststellung durch die IHK statt. Wer bis zum Ende durchhält, kann eine externe IHK-Prüfung ablegen und verfügt damit über eine abgeschlossene Ausbildung. Dieses Jahr ist es zum ersten Mal soweit: Zum Jahresende können die ersten provieler zu examinierten Fachlageristen werden. Und selbst, wer nur ein oder zwei der Module mitmacht, erfährt viel Wissenswertes für die Arbeit im Lager.

Zukunftschancen durch Berufliche Bildung bei proviel

So diskutiert die Gruppe etwa darüber, ob ein Produkt einen festen Platz im Regal haben sollte oder immer wieder einen neuen Platz. „Ein System mit festen Plätzen lohnt sich ab einer Produktpalette von 2000 Produkten“, erklärt der Giuseppe Di Prima. Der Nachteil dieses Systems: Es bleiben Plätze leer, wenn ein Produkt gerade nicht vorrätig ist. Deshalb nutzt proviel das „chaotische Einlagerungsprinzip“: Zwar gibt es feste Regale für bestimmte Kunden, doch darin wird die Ware spontan verteilt – immer jedoch nach den Grundregeln: Umschlagstarke Güter kommen nach vorne und auf Greifhöhe, empfindliche Güter nach oben und schwere nach unten, verderbliche Ware ins Kühllager. „Das hilft mir auch zu Hause, in der Küche – früher habe ich mir darüber keine Gedanken gemacht“, berichtet Teilnehmer Oguz Kizan. Jetzt stellt er Lebensmittel mit langem Haltbarkeitsdatum im Schrank nach hinten.

„Ich habe eher zufällig im Lager gearbeitet und festgestellt, dass mir das sehr gefällt. Jetzt bin ich froh, dass ich in dem Modul meinen Horizont erweitern kann“, sagt Sven Grahe. Oguz Kizan sieht die Module als gute Chance, um anschließend den Wechsel auf den ersten Arbeitsmarkt zu schaffen: „Ich bin froh, dass so etwas angeboten wird.“

Entspannt im Arbeitsalltag

„Stress lass nach“ zeigt Methoden zur Beruhigung.

Es sind viele kleine Tricks, die helfen: mit zwei Fingern über das Handgelenk streichen, Akkupressurpunkte an der Nasenwurzel reiben, langsam ausatmen. Einfach, schnell und unauffällig, so dass man sie (fast) überall anwenden kann. Doch wirkt das auch? „Da kommt man unheimlich gut runter“, findet Frank Schulz, Mitarbeiter bei proviel. „Hier, ich habe meine beiden Finger am Handgelenk – das merkt man gar nicht“, sagt sein Kollege Jan Stanjek. Beide finden, dass sie sehr von dem Kurs „Stress lass nach“ bei Andrea Völkel profitiert haben. Diese bringt ihre Erfahrungen als Stressbewältigungscoach, Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation und Traumapädagogin ein.

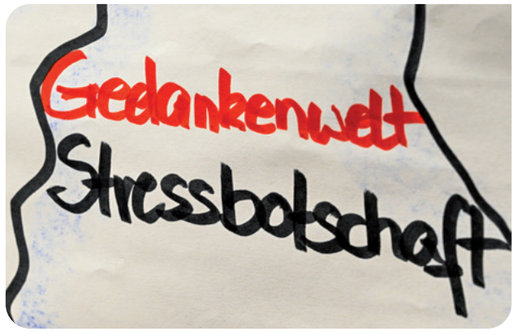
Im Kurs bei proviel sind Alltagssituationen der Ausgangspunkt. Etwa, wenn jemand in einer Konfliktsituation laut geworden ist. Alle überlegen dann gemeinsam, wie sich die Beteiligten in der Situation vermutlich gefühlt haben und welche Bedürfnisse dahinter stehen könnten. Anhand eines einprägsamen Schaubildes erklärt Andrea Völkel, was dann passiert: Blitzschnell ordnet unser Gehirn ein, ob wir bedroht sind oder nicht. Fühlt sich das Gehirn bedroht, agiert das Stammhirn – „und das kennt nur Fliehen, Kämpfen oder Erstarren“, erklärt Andrea Völkel. Logisch denken, planvoll handeln oder sich einfühlen hingegen könne das Stammhirn nicht. Deshalb sei es so wichtig, zuerst körperlich auf Entspannung zu schalten, Sicherheit zu vermitteln, weil nur dann eine sinnvolle und gesteuerte Reaktion möglich sei. So eine schnelle Entspannung sei durch vier Faktoren möglich: Berühren, Atmung, Rhythmus (etwa geklopft auf den Arm) oder Bewegung (Laufen, Ausschütteln…).

Arbeitsbegleitendes Angebot hilft im Alltag gegen Stress

„Ich konnte mir in dem Kurs sehr viel rausziehen“, sagt Frank Schulz und erzählt, dass er es inzwischen schaffe, sich in kritischen Situationen mit einer bestimmten Berührung an der Nasenwurzel zu beruhigen. Er habe schon erlebt, dass er anschließend ein Gespräch auf einer ganz anderen und wertschätzenden Ebene wieder aufnehmen konnte. „Mir gefällt das auch viel besser, wie ich jetzt mit anderen spreche“, sagt er.

Ein anderer Aspekt, über den die Runde diskutiert hat, sind die eigenen Ansprüche. Der Stress, den sich Menschen alleine durch ihre Gedanken machen. „Oft hilft es, die eigenen Ansprüche zu relativieren“, erklärt Andrea Völkel. Sie empfiehlt, sich lieber vorzunehmen: „Ich mache es auf meine eigene Weise“ als immer perfekt sein zu wollen. Jan Stanjek berichtet, dass er eine Hospitation im PIKSL Labor plant und anfangs sehr nervös war deswegen. „Dann haben wir darüber gesprochen, dass ich ja gar nicht alle Fragen beantworten können muss und jetzt bin ich ganz beruhigt“, sagt er.

Er schätzt auch das breite Angebot an Arbeitsmaterialien der Kursleiterin – etwa Karten mit Gefühlen, die helfen, das eigene Erleben beschreibbar zu machen. Andrea Völkel wählt Themen und Übungen spontan danach aus, was die Kursteilnehmenden gerade brauchen. Sie bietet ihnen verschiedene Methoden und Tricks an, aus denen sich jeder Passendes auswählen kann. Schnauben wie ein Pferd etwa hilft dem einen sehr, anderen ist es peinlich. Aber am Ende hat jeder etwas gefunden, um sich in Stresssituationen zu beruhigen.



Anliegen erreichen mit Gewaltfreier Kommunikation

Im Kurs der Beruflichen Bildung werden Gespräche reflektiert und geübt.

In der Mitte liegen bunte Bilder: Bepackte Fahrräder etwa, ein dösendes Schwein, ein blauer Himmel. Die Teilnehmenden des Kurses „Gewaltfreie Kommunikation“ können sich aussuchen, welches gerade zu ihrer Stimmung passt: Sind sie urlaubsreif, abenteuerlustig, müde oder wünschen sie sich mehr Freiheit? Die Fotos helfen dabei, zu entdecken, wie man sich gerade fühlt. Denn Gefühle spielen eine wichtige Rolle bei der Kommunikation, betont Kursleiterin Andrea Völkel. An großen Schaubildern erklärt sie das: Gefühle und Bedürfnisse bestimmen zu großen Teilen, wie wir auf eine Situation oder eine Ansprache reagieren. Und wir antworten ganz anders, wenn wir uns – oft unbewusst – bedroht fühlen, als wenn wir entspannt sind. „Wenn wir unsere Bedürfnisse und unser Stresslevel erkennen, können wir viel besser steuern, wie wir sprechen und was wir sagen“, erklärt Andrea Völkel, zertifizierte Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation.

Gewaltfreie Kommunikation durch Erkennen der Gefühle

Anhand einer Situation aus ihrem Alltag vermuten die Teilnehmenden, welche Bedürfnisse und Gefühle wohl dabei betroffen sein könnten. Die Kommunikationstrainerin legt dazu Karten mit Bedürfnissen oder Gefühlen aus – etwa Wertschätzung, Anerkennung, Wut oder Freude. Gemeinsam überlegen alle, welche davon in die Situation hineinspielen könnten, und entfernen die anderen.
„Die Karten haben gut funktioniert“, findet Stefan Goebelsmann. „Ich merke, dass ich jetzt oft kurz überlege, wie ich jemanden anspreche. Dadurch wird man auch von anderen besser wahrgenommen.“ Sein Kollege Stefan Bennewitz sagt: „Es ist eine Erleichterung, zu wissen, dass man auch über Gefühle sprechen darf.“ In kleinen Übungen setzten sich die Kursteilnehmenden mit Situationen auseinander. Etwa mit dem Gefühl der Freude: Wann habe ich mich worüber gefreut? Was für ein Bedürfnis wurde dabei berührt?

BB-Kurs hilft, bessere Gespräche zu führen

Wichtig finden viele der Kursteilnehmenden auch die Erkenntnis, dass Empathie nicht bedeutet, eine Lösung für die Probleme des Gegenübers anzubieten. „Viele Menschen nehmen sowieso keine Lösung an – aber ich kann ihnen Halt geben, für sie da sein“, sagt Stefan Goebelsmann. „Oft tut es ja gerade gut, seinen Ärger abzuladen, ohne dass man einen bewertenden Kommentar bekommt“, ist die Erfahrung von Jan Stanjek.

Andrea Völkel weist auch darauf hin, wie hilfreich die gegenseitige Unterstützung in der Gruppe sei. „Mir ist es ein Anliegen, dass alle Personen ganz und gar da sein dürfen.“ Denn alleine das Gesehen-Werden sorgt dafür, dass das Stresslevel der Menschen sinkt. Und entspannt können sie freundlich und empathisch kommunizieren. „Wenn ich mich beruhige, kann ich auch eine beruhigende Wirkung auf andere haben“, hat Frank Schulz bemerkt. Einig sind sich alle, dass sie nach dem Kurs in vielen Situationen besser reagieren können und eine bessere Beziehung zu ihren Mitmenschen aufbauen. Auf vielfältigen Wunsch ist nun eine monatliche Übungsgruppe in Planung, in der das Erlernte vertieft werden kann.

Diskussion um Moral und Demokratie

Berufliche Bildung bedeutet auch das Zusammenspiel von „Mensch und Gesellschaft“.

Was ist eigentlich Demokratie? Welchen Einfluss hat es auf mein Leben, ob ich wählen gehen und meine Meinung sagen darf oder ob ich in einer Diktatur lebe? Und was bedeutet Moral? Konkret für mich und für andere? Mit solchen Fragen beschäftigt sich der Kurs „Mensch und Gesellschaft“ der Beruflichen Bildung von proviel.

„Bei uns gibt es immer intensive Diskussionen und jeder kann seine Meinung offen äußern“, sagt Kursleiter Dirk Gerlich. Er bereitet zwar Themen für den Kurs vor – zum Beispiel die Stufentheorie der moralischen Entwicklung von Lawrence Kohlberg – häufig entwickeln sich jedoch auch spontane Gespräche aufgrund von aktuellen Ereignissen und Erlebnissen. Wie etwa die Europawahl. Alle waren überrascht, dass sie dort keinen Ausweis vorzeigen mussten und dass der Stimmzettel so viele Parteien umfasste.

„Es ist immer interessant, wie es in der Gesellschaft aussieht und wie ich mich gegenüber den Mitmenschen benehmen soll“, findet Leonidas Nitas, der grundsätzlich ein großer Fan der proviel-Kurse ist. „Durch die Kurse bin ich selbstbewusster geworden. Ich bin jetzt informiert und kann meine Meinung besser vertreten.“ Diese Aussage bekräftigt sein Kollege Alexander Brinkschmidt. Er interessiert sich für die deutsch-deutsche Geschichte und sagt auch: „Ich möchte wissen, wie das mit der Politik ist.“ Anregungen und eine Grundlage für die Diskussionen geben häufig kleine Filme.

Moral – gefundenes Geld behalten?

Heute stehen moralische Fragen im Mittelpunkt, die anhand des Heinz-Dilemmas nach Kohlberg diskutiert werden. Wenn die Teilnehmenden 50 Euro auf der Straße finden – würden sie sie behalten oder beim Fundbüro abgeben? Behalten, sind sich alle Teilnehmenden einig. Liegt der Geldschein jedoch in der proviel-Werkstatt auf dem Boden, sieht es anders aus. Hier würden viele das Geld bei den Fachkräften abgeben, weil sie die Person, die es verloren hat, vermutlich kennen. Ein anderes Szenario betrifft die Frage, ob man sich nach einem netten Abend mit der Partnerin des Kollegen verabschiedet oder bleibt und guckt, wie der Abend noch so verläuft. „Ich würde gucken, wie der Abend noch verläuft“, ist hier die seltenere Antwort der Teilnehmenden.

Doch Moral sei keine feststehende Einheit, sondern die Bewertung verändere sich und jeder hat eine eigene Rangliste, erklärt Dirk Gerlich. Deshalb lässt er die Menschen in seinen Kursen auch immer abwägen, welche Werte ihnen besonders wichtig sind. Sie sollen Kärtchen mit Werten wie Familie, Erfolg, Freunde, Gesundheit oder Toleranz nach Priorität sortieren. So werden die Unterschiede wie auch die Gemeinsamkeiten der Kursteilnehmenden aufgezeigt. „Zum Beispiel in den sozialen Netzwerken zeigt man heute viel offener seinen Erfolg als früher“, sagt Dirk Gerlich. Neid werde als Anerkennung gewertet. „Extremer Neid kann aber auch zu Krankheiten führen“, warnt Leonidas Nitas. In der Diskussion über ihre Werte erkennen die Teilnehmenden auch, was ihnen in ihrem Leben wirklich wichtig ist.

Teambuilding mit Fußball

Fit werden mit viel Spaß: Alle zwei Wochen trifft sich die proviel-Fußballgruppe.

„Geht in die Mitte!“ „Stephan – ist alles gut?“ „Freilaufen!“ Es geht rasant zu beim Fußball-Training der proviel-Mannschaft. Und immer wieder wird es spannend. Hart schlägt der Ball an den Pfosten des Tors. Oder die Torwartin hält ihn mit beherztem Sprung. Oder er landet nach geschicktem Wechsel zwischen verschiedenen Spielern im Tor. Lauter Jubel bei den Spielern. Und auch, wenn natürlich alle mit ihrer Mannschaft gewinnen wollen, freuen sich doch alle gemeinsam über einen gelungenen Schuss.

Dabei sind Erfahrung oder besondere körperliche Fähigkeiten nicht nötig für das Fußballspielen. „Jeder, der Spaß an Bewegung hat, ist willkommen“, betont Spielleiter Eric Fentrohs. Er hat in seiner Jugend selbst Fußball gespielt und leitet nun mit verschiedenen Kollegen das Training. Es findet in einer klimatisierten und gut erreichbaren Sporthalle am Eskesberg statt. Michelle Pape pflichtet dem Trainer bei: „Ich kann nicht gut Tore schießen, aber das ist völlig egal. Hier spielen wir just for fun und sind ein tolles Team.“

Spielfreude aktiviert und macht selbstbewusst

Manche sind schon seit mehr als zehn Jahren beim Fußballtraining dabei. Mindestens einmal im Jahr gibt es auch ein Turnier. Eine lange Tradition hat das Spiel gegen die Mannschaft von Hof Sondern jeweils im September. Und im Januar hat proviel auch selbst ein Turnier ausgerichtet, das zukünftig ebenfalls regelmäßig stattfinden soll.

Im Zentrum des einstündigen Trainings alle zwei Wochen steht die Freude am Spielen. Am Anfang gibt es nur ein kurzes Aufwärmen, und auch Technik-Training macht das Team eher nebenher anhand konkreter Spielsituationen. Die meiste Zeit spielen die provieler in Mannschaften von fünf gegen fünf oder sechs gegen sechs. Kommen sehr viele Interessentinnen und Interessenten zum Training, wird auch in drei Mannschaften gespielt, die sich abwechseln. Zwischendurch gibt es Trinkpausen. Etliche erzählen, dass sie durch die sportliche Betätigung aktiver und selbstbewusster sind.

Fußball-Kurs stärkt die Gemeinschaft

Man sieht dem Spiel an, dass einige schon sehr lange zusammen trainieren. Versiert passen sie sich die Bälle zu. Doch auch Neulinge werden schnell integriert. Der Tonfall ist immer freundlich und wertschätzend. Es wird viel gelobt, bei Zusammenstößen besorgt nachgefragt und nie kritisiert.

„Das ist hier immer ein Riesen-Spaß“, betont Stephan Engelke, der seit mehr als zehn Jahren dabei ist. „Das gibt mir so eine Kraft jedes Mal. Wenn das Training einmal ausfällt, fehlt mir das wirklich.“ Sein Kollege Thorsten Fetsch genießt die „ein bisschen andere Bewegung abseits der Arbeit“. Und Eric Fentrohs, Anleiter der Haustechnik, stellt fest, dass das Fußballspiel eine hervorragende Maßnahme zum Teambuilding ist.

Stück für Stück zur Ausbildung

Verkäufer*in in Teilqualifizierung (TQZ)

Wie präsentiere ich Waren, damit sie gut bei den Kunden ankommen? Und wie plane ich überhaupt, welche Waren eingekauft werden? Mit solchen Fragen setzen sich die Mitarbeitenden des CAP-Frischemarktes für ihre Teilqualifizierung (TQZ) in Zusammenarbeit mit der IHK auseinander. In fünf Modulen lernen sie dabei all das, womit sich Verkäufer*innen im Lebensmitteleinzelhandel in ihrer Ausbildung beschäftigen. Von einem Modul zum nächsten können sie dabei in ihrem eigenen Lerntempo voranschreiten.

Wer alle Teilqualifizierungen bestanden hat, darf bei der externen Abschlussprüfung der IHK antreten. Einzelhandelsexperte Willi van der Sanden kommt extra zweimal pro Woche zum CAP-Markt, um die zwölf Interessenten fit zu machen in all diesen Fragen.

„Wir vermitteln den Stoff häppchenweise und wiederholen ihn immer wieder“, erklärt Willi van der Sanden. „Und ich versuche, den Leuten die Prüfungsangst zu nehmen.“ Denn manche Menschen mit psychischen Erkrankungen verstummen krankheitsbedingt unter dem Druck einer Prüfungssituation. Die Teilqualifizierung kann jedoch beliebig oft wiederholt werden und ab dem zweiten Modul kennen die Teilnehmenden auch ihre Prüfer.

Chance auf Ausbildung nutzen

„Mir bedeutet das sehr viel - ich möchte in meinem Leben unbedingt eine Ausbildung machen“, sagt Kristina Axtmann. Als Mutter von drei Kindern hatte sie nicht mehr mit einer solchen Chance gerechnet und lernt nun eifrig, um sie zu nutzen. Und obwohl ihr in der ersten Kompetenzfeststellung nach Modul 1 manches vor Aufregung nicht eingefallen war, hat sie den Test zu allen Fragen rund um die Kasse gut geschafft.

Vieles kennen die Teilnehmenden sowieso aus ihrer täglichen Praxis. „Wir dürfen zwar noch nicht alles selbst umsetzen, was wir hier lernen - aber wir sind oft dabei, etwa wenn die Anleiterinnen mit Vertretern besprechen, was bestellt wird“, sagt Christina Braig. Ihrem Kollegen Kevin Adam haben manche Tipps aus dem Kurs schon geholfen: „Wir haben gelernt, dass wir in Stress-Situation, wenn sich jemand beschwert, den Kunden zur Seite nehmen und beruhigen sollten.“

Herausforderung: Mathe

Das schwierigste Modul jedoch - da sind sich alle einig - sei das Modul 3. „Weil es da um Mathe geht.“ Denn auch, wenn heute die Warenwirtschaft das meiste automatisch ausrechnet, müssen die Azubis trotzdem wissen, wie der Gewinn unter Berücksichtigung von Skonto-Abzügen berechnet wird. Aber alle sind hoch motiviert und bestärken sich gegenseitig, wenn jemand einen Durchhänger hat. Manche lernen regelmäßig zusammen. Einige hoffen, damit den Weg zurück auf den ersten Arbeitsmarkt zu schaffen. Andere wollen lieber im CAP-Markt bleiben, aber trotzdem möglichst selbstständig agieren und gut Bescheid wissen. Für alle ist und bleibt die Möglichkeit zur Ausbildung in Teilqualifizierung und mit individuellem Lerntempo ein echter Gewinn.

Oldies fürs Herz

Die Musikgruppe bei Jan Röttger erarbeitet eigene Versionen beliebter Songs.

„No one knows what it’s like…. to be the sad man behind blue eyes“, schallt es durch den Raum. Bei der proviel-Musikgruppe mischen sich erfahrene Instrumentalisten und Leute, die einfach Spaß am Singen haben. Gemeinsam schaffen sie eigene Versionen von Oldies und modernen Hits. „Wir wollen einfach ein bisschen Mucke machen“, sagt Musiker und Kursleiter Jan Röttger.

Den Kurs gibt es schon seit vielen Jahren. Früher leitete ihn Björn Krüger in der Alten Feuerwache, seit drei Jahren nun der Singer/Songwriter Jan Röttger. Aus einer großen Kiste zaubert er eine ganze Reihe unterschiedlicher Instrumente. Michelle Pape und Horst Laurens haben sich selbst Gitarre beigebracht und fachsimpeln jetzt mit Jan Röttger. „Was muss ich für Dsus2 greifen?“ Jan Röttger zeigt den Griff auf seiner eigenen Gitarre, die anderen machen ihn nach. „Wir könnten in den Strophen Akkordzerlegungen spielen und im Chorus Strumming“, schlägt der Musiker vor. Beim Strumming streichen die Gitarristen im Rhythmus über alle Saiten, bei der Zerlegung einzelne Töne nacheinander. „Und ist das hier ein D moll 7?“, fragt Horst Laurens. Er kennt fast jedes Stück in- und auswendig und weiß sofort, wer es wie gecovert hat und wie eine Begleitung aussehen könnte.

Musik macht happy

Leonidas Nitas schlägt dazu den Rhythmus mit einem rasselnden Shaker oder auf der Kistentrommel Cajon. Gamal Agzenai hört gerne unterschiedliche Genres von Musik. „Musik ist mein Hobby.“ Claudia Lentz steht vor allem auf Metal, mag aber auch die Anregungen im Kurs: „Ich finde es spannend, hier ganz andere Songs kennenzulernen.“ Beide singen eifrig mithilfe der Textzettel, die Jan Röttger für jedes Stück verteilt. Die Melodien haben die meisten im Ohr. Corinna Hocke hat schon als Kind Keyboard und Orgel gelernt und steuert nun versiert Keyboard-Klänge zu den Songs bei. Je nach Atmosphäre des Stücks bietet sie verschiedene Klangfarben an.

Es ist ein ordentlicher Sound, der hier entsteht. Manche Stücke gehören zum Repertoire, die klingen richtig gut. Damit hat die Gruppe schon bei einigen proviel-Feiern für Stimmung gesorgt. Immer wieder erarbeitet sie sich aber auch neue Songs. Stets in gemeinsamer Abstimmung, was möglichst vielen der Musiker gefällt. Dann überlegen sie Stück für Stück, wann alle spielen, wann vielleicht nur mit leiser Gitarre gesungen wird oder wann Rhythmusinstrumente dazukommen. „Wir haben auch schon Aufnahmen gemacht und angefangen, selbst einen Song zu schreiben“, erzählt Jan Röttger. Der Kurs sei das Highlight der Woche und mache happy, sind sich die Kursteilnehmenden einig. Sie genießen das gemeinsame Musizieren.

Tiefe Konzentration beim Zeichnen

Jede Woche treffen sich provieler im Atelier von Jürgen Grölle zum Malen.

„Ich habe das Malen hier entdeckt und freue mich immer auf die Stunden“, erzählt Heike Voerster. „Das fördert meine Konzentration und ich kann meiner Phantasie freien Lauf lassen.“ Je nach Stimmung zeichnet sie mal eindringliche Schwarz-Weiß-Szenen, dann wieder strahlen die Bilder intensive Farben aus. Anregungen für ihre Motive holt sie sich im Internet. Gerade fährt sie sorgfältig Ringe nach, die sie vorher mit einem Kamm in einer Strukturpaste auf die Leinwand gespurt hat.

„Fühle mich ausgeglichener“

Stephanie Wauer hat schon als Kind an der Waldorfschule viele künstlerischen Erfahrungen gesammelt. „Dann hatte ich das lange nicht gemacht. Als ich hier anfing, waren meine Bilder sehr dunkel. Jetzt kommen die Farben wieder durch und meine Genauigkeit entwickelt sich wieder. Ich fühle mich dadurch auch viel ausgeglichener“, berichtet sie. Interessiert betrachtet sie auch die Werke ihrer Kolleginnen und Kollegen, lobt hier eine besondere Farbgebung, dort ein auffallendes Motiv. Im Moment arbeitet sie selbst an Bildern für ein Kochbuch, das bei proviel entstehen soll.

Markus Löffler ist seit Beginn des Kurses bei Jürgen Grölle dabei. Er malt besonders gerne Landschaften, etwa Strände oder ein Haus. „Das Malen ist gut zum Abschalten nach der Arbeit“, findet er. Markus Luthardt zeichnet Fantasy-Figuren in Aktion, zu denen er parallel einen Roman schreibt.

Experimentieren erwünscht

Jasmin Khallouki und Julian Müller sind zum ersten Mal im Kurs, malen aber zu Hause häufig gemeinsam. „Ich möchte meine Kreativität neu anspornen“, sagt Julian Müller. Sorgfältig zeichnet er mathematische Formeln auf sein Blatt. Später setzt er in Farbe die Physiker Einstein, Heisenberg und Oppenheimer dazu. Jasmin Khallouki hingegen schwingt locker Malkreide über das Papier und verreibt sie dann zu einer grünen Fläche. Am Ende entsteht ein zartfarbiges, duftiges Gemälde.

„Ich lasse alles erstmal entwickeln. Das hier soll ja kein Malunterricht wie in der Schule sein“, betont Jürgen Grölle. Alle sollen für sich experimentieren. Auch wenn das für manche bedeutet, dass sie erst einmal lange vor einem weißen Blatt sitzen. „Die Idee ist immer am schwierigsten“, weiß Jürgen Grölle. Nur manchmal gibt er konkrete Tipps. Etwa dass ein Element runder wirkt, wenn die eine Seite mit einem besonders weichen, spitzen Bleistift eine tiefschwarze Linie erhält. Vor allem aber lobt er viel, wie faszinierend die Kunstwerke seiner Mitstreiter sind. In größeren Abständen werden diese dann in seiner Galerie auch ausgestellt.

Damit die Arbeit Spaß macht

Der „Monat der Inklusion“ in der Beruflichen Reha stellt vielfältige Möglichkeiten vor.

Was für Arbeitsmöglichkeiten bietet mir proviel? Und wie passen meine persönlichen Stärken und Schwächen zu den Anforderungen verschiedener Arbeitsplätze? Darum geht es im „Monat der Inklusion“ (MDI) im Rahmen der Beruflichen Reha von proviel.
Kursleiterin Britta Düllmann veranschaulicht das Thema mit großen Schaubildern. Denn so viele Dinge spielen mit hinein, ob jemand sich wohl fühlt an einem Arbeitsplatz. Das zeigt sie am Eisberg-Modell: „Manches ist sichtbar – Worte, Körpersprache, Handlungen. Aber vieles andere ist nicht sichtbar: Sorgen, Gefühle, Bedürfnisse, persönliche Probleme, Krankheiten, Fähigkeiten“, erklärt sie. Und sie rät: „Im besten Fall interpretiert man nicht, sondern man fragt nach.“ Dabei sei jedoch wichtig, zu bedenken, dass gesagt noch nicht gehört ist und dass gehört noch nicht verstanden ist. Im Zweifel helfe eine weitere Nachfrage, empfiehlt sie.

Die Gruppe hat schon das Zoo-Restaurant Okavango, das Freibad Eckbusch und den Scharnier-Hersteller AHA besucht, IKEA und das PIKSL Labor stehen noch auf dem Programm. „Das war alles sehr interessant“, findet Dennis Döll. Doch obwohl er den Zoo als Arbeitsstätte sehr attraktiv fand, stellte er beim Besuch fest, dass ihn die vielen Menschen dort nervös machen. Deshalb entschied er sich im Gespräch mit Britta Düllmann für ein Praktikum in der Igelstation.

Es hilft, die Atmosphäre vor Ort kennenzulernen

Oliver Maaßen schätzt es, bei den Besuchen die Atmosphäre in den Betrieben zu erleben. „Ich konnte dort Infos in plastischer Form annehmen. Bei AHA an der Presse zu sitzen wäre jetzt für mich vorstellbar.“ Doch auch im CAP-Markt möchte er gerne einen Tag hospitieren. Dafür sollte er sich an die Reha-Planung wenden, empfiehlt Britta Düllmann.

Heike Voerster entschied nach den Besuchen der Außenarbeitsplätze hingegen für sich: „Ich werde kein Praktikum anstreben, sondern lieber in der Werkstatt bleiben.“ Auch ihr Kollege Markus Luthardt möchte erst einmal interne Abteilungen ausprobieren. Das sei völlig in Ordnung, betont Britta Düllmann: „Wir schaffen Angebote, aber drängen niemanden!“ Wichtig sei, dass die Menschen gern zur Arbeit kommen, und sich immer eingeladen fühlen, andere Bereiche und Tätigkeiten kennenzulernen.

Spezifische Eigenschaften helfen

Sie erklärt auch, welche Voraussetzungen für ein Praktikum erfüllt sein sollten: Neben Grundlagen wie pünktliches Erscheinen in gepflegtem Zustand oder Kooperationsbereitschaft seien jeweils spezifische Eigenschaften hilfreich: „Bei IKEA braucht man beispielsweise eine hohe Frustrationstoleranz, weil man jeden Tag wieder aufs Neue die gleichen Sachen aufräumen muss.“ So haben nach den zwei Wochen alle Teilnehmenden einen Plan, wie sie anschließend weitermachen wollen.

Entspannung und Fitness durch Yoga

Michaela Kahl leitet den Kurs an der Milchstraße seit vielen Jahren.

„Schenke deinem Herzen ein kleines inneres Lächeln!“ Entspannt sitzen die Teilnehmenden der Yoga-Stunde auf dicken Meditationskissen auf Matten. Sie haben die Augen geschlossen, die Hände liegen auf den Oberschenkeln, wobei Daumen und Zeigefinger sich berühren. Eine tiefe Ruhe breitet sich im Raum aus. Alle beobachten, wie ihr Atem die Bauchdecke hebt und senkt. Michaela Kahl leitet mit ruhiger Stimme die Übungen an.

Nach der Anfangsentspannung im Sitzen geht es in den Vierfüßlerstand. Der Rücken wird gedehnt und eingerollt, dann werden ein Arm und ein Bein entgegengesetzt weggestreckt. Auch der „Herabschauende Hund“ darf natürlich nicht fehlen, bei dem die Teilnehmenden auf Händen und Füßen stehen. „Den Nacken dabei locker lassen und jetzt auf der Stelle laufen“, sagt Michaela Kahl. Sie ist schon seit vielen Jahren begeistert von den vielfältigen Möglichkeiten von Yoga. Deshalb machte sie schließlich die Ausbildung zur Yoga-Lehrerin und hat inzwischen neben ihrer Stelle bei proviel ein eigenes Yoga-Studio. Auch bei proviel bietet sie schon seit etlichen Jahren Yoga als Teil des laufenden Kursprogramms - beginnend mit der Beruflichen Bildung - an. Manche der Teilnehmenden sind von Anfang an dabei.

Für den Kurs bei proviel praktiziert die Yoga-Expertin eine besonders entspannende Form von Yoga. Vorkenntnisse oder eine besondere körperliche Fitness benötigen die Teilnehmenden nicht. Alle Übungen werden individuell angepasst und steigern behutsam die Fitness und Gelenkigkeit. Und immer wieder geht es um den Atem, der ruhig fließt.

„Nacken und Schultern entspannt“

„Yoga hilft mir, meine innere Mitte und Ruhe zu finden. Ich bin danach entspannter und aktiver im Kopf“, findet Teilnehmer Kevin de Heuvel. Seine Kollegin Angela Wießer sieht das ähnlich: „Mir tut das gut, Schulter- und Nackenbereich sind danach entspannter.“

Für Michelle Wiederhoeft hingegen steht mehr der körperliche Aspekt im Vordergrund: „Ich merke den ganzen restlichen Tag, dass ich etwas für mich getan habe und komme immer gerne hierhin.“ Auch Matthias Baumeister stellt fest, dass ihm die körperliche Bewegung beim Yoga gut tut: „Wenn regelmäßig Kurs ist, komme ich mit der Zeit immer weiter runter bei den Übungen.“

Und so richten die Teilnehmenden ihre Wirbelsäule gerade, ziehen den Nacken ganz lang und das Kinn leicht nach innen. Zum Abschluss gibt es eine Mediation: Zum Mantra „Sa Ta Na Ma“, das den Kreislauf des Lebens beschreibt, berühren sie ihre Finger mit dem Daumen. Dann öffnen sie in Rückenlage ihre Handflächen nach oben, um Gutes zu empfangen.

Porträts eine besondere Atmosphäre verleihen

Im Workshop digitale Bildbearbeitung zeigt Matthias Kiefer, was damit alles möglich ist.

Hier eine kleine Hautunreinheit beseitigen, dort den Schatten eines Fältchens aufhellen. Und schon sieht das Porträt noch attraktiver aus und gleichzeitig völlig natürlich. „Man sieht es so einem Bild nicht an, wie viel vorher passiert ist“, sagt Matthias Kiefer. Er fotografiert seit vielen Jahren und schätzt die vielfältigen Möglichkeiten der digitalen Bildbearbeitung. Diese gibt die Fachkraft aus der Beruflichen Bildung in Workshops auch an die provieler weiter. Jeweils vier Menschen können dann gleichzeitig die Computer nutzen – konzentriert ein oder zwei Tage lang über mehrere Stunden hinweg. Denn so können sie „in den Flow“ kommen und am Ende ihr Wunschporträt präsentieren.

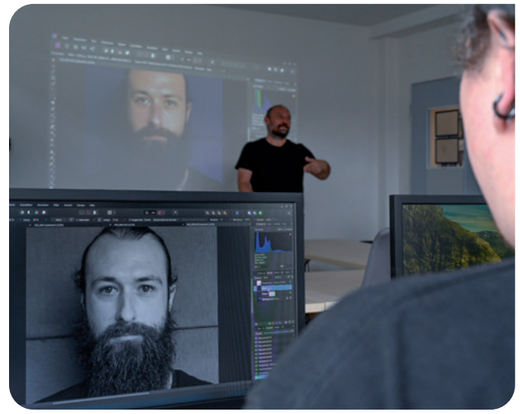
„Ich habe zu Hause schon mit einem Bildbearbeitungsprogramm gearbeitet und mir das Wissen mühsam mit Youtube-Videos angeeignet. So ein Kurs ist eine viel angenehmere Art, das zu lernen – hier kann ich einfach sofort nachfragen“, sagt Dennis Döll. Er schätzt das große Kursangebot bei proviel und möchte möglichst viel davon ausprobieren.

Sein Porträtfoto hat er zuerst einmal von Farbe in Schwarz-Weiß umgewandelt und dann mit viel Ausdauer kleine Flecken auf der Haut per Reparaturstempel entfernt. „Das kann total entspannend sein, wenn man ein oder zwei Stunden an so etwas arbeitet“, lautet die Erfahrung von Matthias Kiefer.

Besondere Atmosphäre schaffen

Doch das Programm, mit dem der Kurs arbeitet, bietet noch viel mehr. Unzählige Schaltflächen und Untermenüs gruppieren sich rund um das Bild. Helligkeit und Farbe können mit wenigen Klicks angepasst werden. Man muss nur wissen, wo. Dennis Döll möchte sein Bild insgesamt etwas dunkler haben. „Du kannst auch die Mitte des Gesichts etwas heller machen als den Rest“, schlägt Matthias Kiefer vor und erklärt – dafür muss die Grauheit auf 50 Prozent eingestellt werden, die Deckkraft aber nur auf ein paar Prozent. Dann alle Ebenen anklicken, den Pinsel auf eine große Pixelzahl einstellen und mehrmals über die Mitte des Gesichts fahren. Auf den ersten Blick ändert sich nichts. Doch wenn man sich den Vorher-Nachher-Vergleich anzeigen lässt, sieht man: Jetzt wirkt die Mitte des Gesichts etwas heller, die Ränder dunkler.

Welche frappierenden Möglichkeiten das Programm mit etwas Ausdauer bietet, zeigen die Werke anderer Kursteilnehmenden: Hier verschwinden dunkle Augenringe, dort eine Narbe. Schüttere Haare können verdichtet werden, Bartstoppeln entfernt und blaue Augen intensiviert werden. So kann jeder ein Bild von sich schaffen, das ihm gefällt. Außerdem kann die Person am Computer kreativ eine Atmosphäre gestalten. So bekommt das gleiche Porträt einen völlig unterschiedlichen Ausdruck.



Grüßen wie ein König

Der Theaterkurs von proviel ermöglicht, andere Charaktere auszuprobieren.

Wie geht ein König? Und wie im Gegensatz ein Diener? Wie grüßen sich die beiden? Wie reden sie miteinander? Damit beschäftigt sich unter anderem der Theaterkurs, der bei proviel Teil des Kursprogramms der Beruflichen Bildung ist. Seit 2009 läuft der Kurs schon bei proviel. Gestartet unter der Leitung von Markus Höller, lange in der Alten Feuerwache, findet er heute im Kulturkindergarten statt, seit 2018 unter der Leitung von Nicola. Wurden zu Beginn Bücher als Vorlage für die Stücke genutzt, so entwickelt das Team die Inszenierungen jetzt völlig frei. Das Thema diesmal: „Blickwinkel".

Am Anfang haben die Teilnehmenden erst einmal mit Wortfeldern Themen gesucht, die besonders gut unterschiedliche Perspektiven auf die Welt darstellen. Daraus wurden dann einzelne Szenen entwickelt, teilweise auch auf Basis von Material wie dem Höhlengleichnis von Platon oder der Sage „Der Kreis der 99".

Verschiedene Stimmungen zeigen

Doch zuerst machen sich die Teilnehmenden warm. „Schüttelt alles aus, was angespannt ist", sagt die Regisseurin. Dann laufen alle im Raum herum. „Nutzt den ganzen Raum. Versucht, eine schöne Bühnenhaltung einzunehmen. Begrüßt euch gegenseitig", lauten die Anweisungen. Bei der nächsten Übung bewegen sich die Schauspielerinnen und Schauspieler gegenseitig an gedachten Fäden, als wären sie Marionetten. Oder sie treten in einem Spiel als ängstlicher Moderator, als fröhliche Professorin oder als aufgeregter Naturmensch auf.

Anschließend wird eine Szene mit Diener, König und einem Weisen geprobt. Zwei Teilnehmende sind für das Bühnenbild und den Projektor verantwortlich. Die anderen übernehmen mal die eine, mal die andere Rolle. Hier wird jetzt die unterschiedliche Haltung wichtig: Die Zuschauer sollen auf einen Blick sehen, wer der König und wer der Diener ist. Und sie sollen sofort erkennen, dass der Diener am Anfang fröhlich und später in der Geschichte angespannt und genervt ist. Oder dass der König ärgerlich wird.

Angst vor anderen Menschen verlieren

„Mir macht es Spaß, im Theaterkurs andere Charaktereigenschaften ausleben zu können", sagt Andrea Lück, die schon lange mitspielt. Sie schätzt das Vertrauen in der Gruppe, das es ermöglicht, verschiedene Ausdrucksformen auszuprobieren. Auch Stefan Hellwinkel spielt schon seit 14 Jahre in der Gruppe und sagt: „Es macht sehr viel Spaß, wenn man etwas anderes spielen kann als sich selbst. Es hilft auch, die Angst vor Publikum zu verlieren." Leonidas Nitas findet: „Man wird hier motiviert und flexibel. Wenn die Theatergruppe ausfällt, fehlt etwas." Auch Externe sind in der Gruppe dabei, wie Merlin Roemer.

Geprobt wird so lange, bis alle sicher sind, bis die Szenenfolge sitzt und alles gut läuft. Es gibt keine vorher festgelegten Aufführungstermine. „Hier kann man Dinge ausprobieren, ohne dass etwas passiert. Es ist ein Spiel", nennt Regisseurin Nicola den Vorteil des Theaterspielens. Weitere Mitspieler sind jederzeit willkommen.

„Hier wird alles super erklärt!"

Im PIKSL Labor zeigen Kollegen von forum und proviel, wie Word funktioniert.

An Word kommt heute kaum jemand vorbei. Einen Brief an den Vermieter schreiben, in der Arbeit etwas notieren – das Textprogramm des Computers kann einem die Arbeit erleichtern. Dafür muss man allerdings wissen, was die vielen bunten Schaltflächen bedeuten und was es überhaupt alles gibt. Experte dafür ist Sven Beiser. Der Bürokaufmann arbeitet schon lange mit den Programmen von Office. Jetzt ist er in der Train2beplus-Maßnahme des Jobcenters Wuppertal bei forum und gibt im PIKSL Labor mit einem Kurs der Beruflichen Bildung sein Wissen an andere weiter.

„Das ist genau das, was ich brauche!", freut sich Kursteilnehmer Leon Wollert. „Wenn ich mir das alles selbst zurechtsuchen muss, gebe ich nach einer halben Stunde auf." Im Kurs hingegen wird an zehn Vormittagen jeweils für zwei Stunden ein Detailthema erklärt und danach geübt. „Ich möchte, dass das Wissen auch hängen bleibt. Deshalb ermutige ich die Teilnehmenden, das auch zu Hause auszuprobieren. Sonst verschwindet das Wissen wieder", erklärt Sven Beiser. Er hat sich die Abfolge für den Kurs selbst überlegt und seine Unterlagen dementsprechend zusammengestellt. So entspricht alles den aktuellen Ansichten des Programms und er zeigt seinen Kolleginnen und Kollegen genau das, was sie im Alltag brauchen. „Ich versuche, die Übungen so zusammenzustellen, dass sie nicht zu einfach sind, aber machbar."

Berufliche Bildung: farbig hinterlegte Tabellen

Die erste Stunde fing ganz grundlegend damit an, wie man einen Text in Word schreibt und abspeichert. In der zweiten Stunde beschäftigte sich die Gruppe dann damit, wie ein Text formatiert werden kann, also etwa die Überschriften fett und groß werden. Im nächsten Schritt wurden Icons und Bilder eingefügt und heute geht es um Tabellen. Welche Reiter oben im Programm sind für die Formatierung von Tabellen zuständig? Wie kann ich die erste Zeile einer Tabelle als Überschrift gestalten, die über alle Spalten geht? Die Teilnehmenden suchen und probieren, und wenn sie nicht weiter wissen, springt ihnen Sven Beiser zur Seite und gibt Tipps. In den Unterlagen können alle auch nachlesen, wo sich welcher Kniff verbirgt. Denn eine Tabelle, in der jede zweite Zeile farbig hinterlegt ist, liest sich viel leichter.

Olaf Kohrt findet die Tabellen zwar schwierig, aber das gemeinsame Üben mit Word trotzdem gut: „Ich komme zu Hause jetzt schon viel besser klar – jetzt kann ich alles abspeichern und weiß auch, wo ich das wiederfinde. Super finde ich auch die F7-Taste mit der Rechtschreibprüfung." Jeder kann hier in seinem eigenen Tempo lernen. Leon Wollert hat schon bald eine gut formatierte, ansprechende Tabelle auf seinem Blatt. „Hier wird alles super erklärt", freut er sich.

Ein Kochbuch für proviel

„Gesund und nachhaltig kochen“ heißt ein Kurs bei Wibke Borggreve-Jaroui.

Was kann ich kochen, das preisgünstig, lecker und einfach zuzubereiten ist? Dieser Frage widmet sich eine bunt gemischte Gruppe einmal im Monat. Gemeinsam wollen die Frauen und Männer ein eigenes „proviel-Kochbuch“ herausbringen. „Das Schöne ist, dass wir dabei viel diskutieren und sich die Leute gegenseitig Tipps geben, wie sie etwas kochen“, erzählt Kursleiterin Wibke Borggreve-Jaroui. Solche Tipps sind auch im Buch zu finden: etwa mit vegetarischen oder veganen Alternativen oder wie man ein Gericht anpassen kann, wenn man eine Zutat vermeiden möchte.

Erst einmal werden Rezepte gesammelt und dann gemeinsam entschieden, welche ins Kochbuch aufgenommen werden sollen. Geplant sind die Oberthemen Suppen, Salate, Soßen und Dips, Reisgerichte, Nudelgerichte, Aufläufe, Fisch, „Wenn Gäste kommen“ und Süßes. Ein Titelbild für das Buch sowie Symbole, etwa für eine Messerspitze und einen Löffel, hat Stephanie Wauer schon gezeichnet. Jetzt wollen mehrere begabte Mitarbeitende aus dem Kurs weitere Bilder für das Kochbuch gestalten.

Selbst kochen spart Geld

„Früher habe ich nur selten gekocht – jetzt fange ich wieder an, Rezepte auszuprobieren“, erzählt Corinna Hocke. Ihre Kollegin Sahra Schmitz ergänzt: „Ich mache lieber vieles selbst, weil mir sonst die Kosten über den Kopf wachsen.“ Selbst kochen sei häufig günstiger, als Fertiggerichte zu kaufen. Zudem gibt es über Foodsharing oder Anlaufstellen wie die Tafel die Möglichkeit, günstig Lebensmittel zu erhalten. Auch dazu soll es Tipps im Kochbuch geben.

So sollen die Rezepte im Buch auch als Ideengeber fungieren. Was kann ich mit Bananen anfangen, die braun geworden sind? Hier schlagen die Kursteilnehmerinnen vor, einen Milchshake oder ein Bananenbrot zu machen. Oder es soll Rezepte geben, die mit verschiedenen Gemüse- und Fleischsorten funktionieren. So kann das verwendet werden, was es gerade im Sonderangebot gibt.

„Bei mir sind es viele alte Familienrezepte, die ich selbst häufig koche“, erzählt Stephanie Wauer. Schnell ist sie mit ihrer Nachbarin in eine Diskussion vertieft, ob Pfannkuchen besser werden, wenn sie nur mit Milch gemacht werden, oder mit je zur Hälfte Milch und Sprudelwasser. Immer wieder hat das Team auch in verschiedenen Kochbüchern nach Anregungen gesucht. Am Ende müssen alle Rezepte per Computer niedergeschrieben und dann gemeinsam ein Layout erstellt werden. „Aber wir dürfen uns von den heutigen Kochbüchern auch nicht unter Druck setzen lassen“, betont Andreas Andreß. Schließlich könne das proviel-Kochbuch nie so schick aussehen wie ein von Profis gestaltetes Exemplar. Dafür kann es etwas anderes: Menschen mit wenig Kocherfahrung genau die Rezepte zeigen, die auch ihnen gelingen und Spaß machen.

Mehr Selbstsicherheit im Miteinander

Das „Gruppentraining Sozialer Kompetenzen“ erlaubt, verschiedene Reaktionen auszuprobieren.

„Wie viele Möglichkeiten man hat, eine Situation zu variieren“, staunen die Teilnehmenden. Anders als im richtigen Leben erlaubt das „Gruppentraining Sozialer Kompetenzen“ aus dem Angebot der Beruflichen Bildung, in einer bestimmten Situation mehrere Reaktionen auszuprobieren. Soll ich besser laut oder leise sprechen? Wie formuliere ich meine Bedürfnisse? Wie kann ich ruhig, aber bestimmt sagen, was ich möchte? „Desto mehr man übt, desto mehr steigt auch die Selbstsicherheit“, findet Kursteilnehmer Andreas Rohleder.

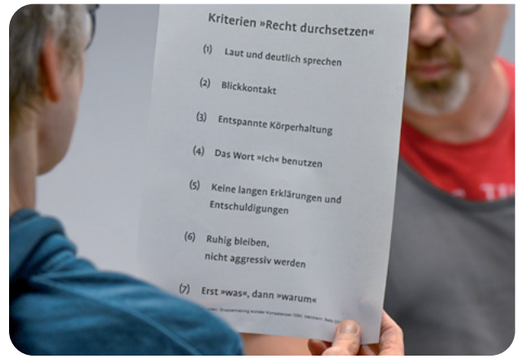
Im ersten Teil des Trainings werden Grundlagen von Kommunikation und mögliche Verhaltensweisen besprochen. In Teil zwei probieren dann die Teilnehmenden in kleinen vorgegebenen Szenen aus, wie sie agieren können. Die Szene wird per Tablet gefilmt, so dass die Teilnehmenden anschließend selbst sehen können, wie sie in der Situation wirken. In einem zweiten Durchlauf können sie eine andere Reaktion ausprobieren. „Mir fällt bei allen auf, dass sie in die zweite Situation selbstsicherer und entspannter reingehen“, sagt Kursleiterin Sandra Bäldle.

Gestalten von Beziehungen

Situationen sind beispielsweise eine Zugfahrt, bei der jemand auf dem reservierten Platz sitzt und nicht aufstehen will, oder wie man auf einen neuen Arbeitskollegen zugeht. Auch um die Gestaltung einer Beziehung geht es im Kurs. „Sich selbst in einem Video zu erleben gibt einem Gelegenheit, ungünstige Verhaltensweisen zu erkennen und gegenzusteuern. Oder man nimmt positive Anteile wahr, die einem manchmal gar nicht bewusst sind“, sagt Teilnehmerin Gerlind Dürdodt. Am Kursende werden die Videos sofort gelöscht.

Die wichtigsten Grundregeln erhalten die Teilnehmenden zusammengefasst auf einem Blatt Papier: Laut und deutlich sprechen, den Blickkontakt halten, eine entspannte Körperhaltung, das Wort „ich“ benutzen, keine langen Erklärungen und Entschuldigungen, ruhig bleiben. In den Szenen können sie das dann ausprobieren. „Man muss sich einfach mal trauen – danach ist man erleichtert, eine Hürde gemeistert zu haben“, empfiehlt Andreas Rohleder. Alle Teilnehmenden sind sich einig, dass ihnen das Ausprobieren der praxisnahen Situationen viel bringt. Und im Kurs herrsche eine gute, vertrauensvolle Atmosphäre für das Ausprobieren. „Es ist bereichernd, in den Kursen andere Menschen kennenzulernen und gemeinsam Themen zu bearbeiten“, findet Gerlind Dürdodt.

„Es geht ganz viel um Reflexion, sich bewusst zu machen, wie viele Ressourcen man hat“, erklärt Sandra Bäldle. „Und im Austausch sieht man, dass man mit seinen Schwierigkeiten nicht allein ist.“ Der Kurs basiert auf dem Buch „Gruppentraining sozialer Kompetenzen“ von Rüdiger Hinsch und Ulrich Pfingsten. Zusätzlich integriert Sandra Bäldle das Thema Gewaltfreie Kommunikation. So trainieren die Teilnehmenden, wie sie ihre Anliegen auf eine wertschätzende Art durchsetzen können.



Selbstbehauptung für Frauen

Frauen von proviel entwickelten Wege zu einer besseren Selbstbehauptung.

Was gehört eigentlich zur Selbstbehauptung? Das überlegten die Frauen im Kurs von Wibke Borggreve-Jaroui, der im Rahmen der Beruflichen Bildung bei proviel angeboten wird. Es kam einiges zusammen: Mut, Selbstbewusstsein, „nein“ sagen können, die Körpersprache, Schlagfertigkeit und vieles mehr. Alle diese Themen diskutierten die Frauen und gaben sich gegenseitig Tipps. Anhand des Konzeptes von Gewaltfreier Kommunikation dachten sie auch darüber nach, wie sie einen Konflikt sachlich beschreiben können und welche Gefühle und Bedürfnisse dabei wohl eine Rolle spielen könnten. Mit diesem Bewusstsein können sie nun Probleme effektiver ansprechen, ohne ihr Gegenüber emotional zu verletzen.

Wibke Borggreve-Jaroui hatte auch einige „Glaubenssätze“ vorbereitet und als Schilder ausgedruckt, mit denen die Frauen sich immer wieder selbst aufbauen können: „Vertraue! Trau Dich! Du kannst!“ etwa, „Fürchte Dich nicht vor Veränderungen!“, „Nimm Dir Zeit, um zu lachen“ oder „Freue Dich über Kleinigkeiten“. „Glaubenssätze helfen, positive Sichtweisen aufzubauen“, erklärte die Kursleiterin. „Jeder Tag ist anders und benötigt einen anderen Spruch.“

An den eigenen Erfolg glauben

Wichtig sei auch, an den Erfolg zu glauben – selbst wenn es nur ein kleiner Schritt nach vorne ist. Um das ganz deutlich zu machen und den Frauen zu zeigen, wie viel Kraft in ihnen steckt, hatte sie eine kleine Herausforderung aus dem Kampfsport mitgebracht. Es wurde gemeinsam ein Brett zerschlagen. Hier zeigte es sich: Wer zuversichtlich an die Aufgabe heranging, löste sie problemlos. Mit dem anfeuernden Ruf „Kiai“ schafften es am Ende alle.

„Ich habe hier total viel mitgenommen – etwa, dass wir als Frauen nicht schwächer sind als Männer. Und dass wir auch selbstbewusst sein dürfen“, sagte Pia-Sophie Daldrup. Ihre Kollegin Aynur Tüysüz pflichtete ihr bei: „Der Fokus liegt zu sehr auf den Schwächen. Aber jeder Mensch hat Stärken und Schwächen und niemand muss sich schämen. Hier konnte ich meine Stärken herausfinden.“

Die Frauenbeauftragte von proviel, Dörthe Kampmann, lobte die wertvollen Tipps und dass Erkenntnisse wieder aufgefrischt wurden. „Ich habe ganz viel für mich mitgenommen, was ich im Privatleben einsetzen kann. Das Wort ‚Resilienz‘ war mir als Begriff nicht bekannt, aber es hilft mir, bei mir selbst zu bleiben.“ Sie möchte die vertrauten Gespräche des Kurses zukünftig in einem Frauencafé fortsetzen. Es soll einmal im Monat im Wechsel an den Standorten Farbmühle und Milchstraße stattfinden. Dort können sich die Frauen dann gegenseitig beraten, um selbstsicherer und fröhlicher zu werden.

Teamarbeit in der provieler-Redaktion

Die Mitglieder übernehmen unterschiedliche Aufgaben im Magazin von proviel.

„Dieses Layout finde ich total cool!“ „Hier könnte die Überschrift noch größer, damit das besser ins Auge fällt.“ „Zu diesem Text könnten wir noch ein Bild gebrauchen.“ Noch existiert der provieler nur am Bildschirm und in einem ersten Ausdruck, aber das Redaktionsteam ist schon intensiv versunken in die Seiten. Monatelang haben alle Ideen diskutiert, Texte geschrieben, fotografiert und wieder diskutiert. Allmählich nimmt nun das Heft Gestalt an.

Die Aufgaben sind gut im Team verteilt. So kümmert sich Roland Grawe vor allem um die Organisation: Er notiert Themen und Abgabetermine, fragt nach, und hat einen Blick darauf, dass alle Einwilligungserklärungen für Fotos vorliegen. „Die Arbeit im Redaktionsteam macht mir großen Spaß“, betont er. Philip Engels fotografiert gerne mit der redaktionseigenen Spiegelreflexkamera und bekommt immer mehr Übung darin, auch Menschen in Bewegung gut auf dem Bild festzuhalten.

Layout wird selbst erstellt

Sven Beiser wollte ursprünglich nur „mal zugucken“ bei einer Redaktionssitzung. Und verfasst jetzt Berichte über sein Praktikum, die Demo der Sozialverbände und das proviel-Sommerfest, und außerdem noch eine Kurzgeschichte für den provieler. „Ich schreibe auch privat gerne Kurzgeschichten“, erzählt er bescheiden. Michelle Pape möchte zwar nicht selbst schreiben, liest aber gerne Korrektur und weist die Kollegen darauf hin, wenn etwas für Außenstehende nicht verständlich ist.

Doch das Redaktionsteam denkt sich nicht nur Themen aus, recherchiert, schreibt und fotografiert, sondern erarbeitet im Profi-Programm Indesign auch das Layout. „Die Kollegen zeigen sich gegenseitig, wie das Programm funktioniert – das ist wirklich bewundernswert“, sagt Fachkraft Tatjana Schoeneweiß. Sie gibt Tipps zu den Texten und Fotos, feilt mit am Layout und behält bei allem den Überblick. Außerdem kümmert sie sich am Ende um den Druck bei Lesota, der Druckerei der Lebenshilfe Remscheid.

Zwei bis dreimal im Jahr erscheint der provieler mit 36 bis 40 Seiten. Feste Erscheinungstermine gibt es nicht; das Redaktionsteam arbeitet so lange, bis alle zufrieden sind mit dem Ergebnis. Wiederkehrende Rubriken sind Berichte aus den Abteilungen, Sport, Themen von Werkstattrat und Frauenbeauftragter sowie Rezepte und als neue Rubrik queere Themen. Dazu kommt alles Mögliche, was die Redaktionsmitglieder interessiert. „Unsere Texte sollen aber exklusiv sein – wir wollen nicht, dass das Gleiche noch irgendwo anders zu finden ist“, betont das Redaktionsteam. Dabei erwarte niemand Perfektion. Menschen mit Lese-Rechtschreibschwäche gehören ebenso zum Team wie Lesemuffel. Alle unterstützen sich gegenseitig und sorgen im Team dafür, dass am Ende eine gute Ausgabe entsteht. Und die wird immer mit großer Aufmerksamkeit bei proviel und forum gelesen.

Fit auf dem Handy

Im PIKSL Labor gibt ein Kurs Tipps für die Smartphone-Nutzung.

„Bis jetzt habe ich das Handy wenig benutzt – es war ungewohnt. Aber jetzt werde ich das mehr benutzen“, nimmt sich proviel-Mitarbeiter Christof Bastkowski vor. Sein Kollege Norbert Winkler pflichtet ihm bei: „Es ist sehr interessant zu sehen, was alles möglich ist. Da gibt es Möglichkeiten, von denen ich noch nie gehört hatte.“

Im Kurs „Smartphone für alle“ im PIKSL Labor vermitteln Digital-Experte Nils und Medienpädagogin Maren praxisnah und inklusiv grundlegende Funktionen sowie nützliche Apps für die Nutzung von Smartphones. Im Rahmen der Beruflichen Bildung lernen die Teilnehmer*innen, wie sie Apps, die sie häufig verwenden, direkt auf ihrem Startbildschirm ablegen können. „Halten Sie das App-Symbol einfach länger gedrückt und ziehen Sie es an die gewünschte Stelle, erklärt Nils. „Und Apps, die Sie nicht mehr benötigen, können Sie problemlos entfernen –das Programm bleibt jedoch weiterhin auf dem Gerät, nur eben nicht mehr auf dem Startbildschirm.“

Es braucht ein wenig Übung, bis das „Gedrückt-halten“und „Ziehen“ der Symbole genau so funktioniert, wie es sich die Teilnehmenden wünschen. Doch nach kurzer Zeit sind alle stolz darauf, ihr Smartphone praktisch und individuell eingerichtet zu haben.

Einkaufszettel auf dem Handy

Oder das Symbol mit den drei Strichen unten am Handy: „Tippt da mal drauf – da könnt Ihr Programme einfach schließen, indem ihr sie nach oben schiebt“, sagt Nils. Das sei sinnvoll, denn sehr viele offene Programme machen das Smartphone langsamer. Was genau passiert, zeigt er auf seinem Smartphone, das vergrößert auf dem Smartboard an der Wand angezeigt wird. Oft guckt er jedoch auch bei den Teilnehmenden aufs Handy und beantwortet individuelle Fragen. Schließlich sieht jedes Handy anders aus.

Auch nützliche Programme stellt er vor: etwa die App Notizen, in der Gedanken oder Informationen schnell gespeichert werden können. Auch hilfreich als Einkaufszettel, wirft Christof Bastkowski ein. „Ja, wenn du dann ein Produkt im Einkaufswagen hast, kannst du das hier durchstreichen“, empfiehlt Nils. Und auf Frage von Christof Bastkowski erklärt er, wie der Einkaufszettel digital verschickt werden kann – wahlweise als Nachricht oder E-Mail.

Der vorinstallierte Wecker kann ebenfalls wichtige Dienste leisten. „Ihr könnt euch verschiedene Wecker stellen – damit könnt ihr euch gut an Dinge erinnern“, rät Maren. Lautstärke und Wecker Ton seien ebenfalls individuell einstellbar.

Wer alle sechs Termine des Kurses besucht und zu Hause ein bisschen ausprobiert, was im Kurs besprochen wurde, ist danach fit auf dem Handy. „So kriege ich das viel schneller hin als alleine“, sagt Christof Bastkowski. Er hat jetzt ganz viele Dinge, bei denen ihm das Handy zukünftig helfen soll.

Pressespiegel

AUS DER REGION GASTKOMMENTAR

30 Jahre gelingende Teilhabe und Inklusion

Von einer kleinen Gruppe Menschen mit Handicap zum gut funktionierenden Inklusions-Unternehmen. Von „ins Tun kommen“ zu strukturierter beruflicher und persönlicher Weiterentwicklung. proviel hat seit der Gründung im September 1994 viel bewegt.
Wir sehen uns als Möglichmacher! Das bedeutet immer wieder Angebote zu finden, wo und wie Menschen mit psychischer Erkrankung arbeiten können. So, wie es jeder Einzelne wünscht. Personenzentrierte Teilhabe eben.
In den vergangenen Jahren konnten wir viele neue Arbeitsbereiche und Angebote aufbauen. Innerhalb der herkömmlichen Industriedienstleistungen und Arbeitsangebote wie z. B. Metallbe- und -verarbeitung, (Elektro-)Montagen, Kommission und Verpackung hat sich das Spektrum deutlich erhöht. Im CAP-Lebensmittelmarkt, Zoo-Restaurant Okavango und im Schulbistro am Gymnasium Sedanstraße machen gut eingespielte Teams die Gäste zufrieden. Im Kulturkindergarten sorgen provieler für Sauberkeit und kümmern sich um die Mahlzeiten. In Bereichen wie Fulfillment und „Precious Plastic“ entstanden ganz neue spannende Aufgaben. So auch im PIKSL-Labor, in dem Menschen mit Behinderung als Experten ihren Kunden erklären, wie sie mit Computer oder Handy umgehen können.
Viele weitere Arbeits- und Entwicklungsmöglichkeiten bietet proviel gemeinsam mit langjährigen Kooperationspartnern. So arbeiten feste Teams samt Fachkraft oder mit Jobcoach u. a. bei IKEA oder im Freibad Eckbusch. Partner wie die Stadt Wuppertal, die Färberei und viele Unternehmen bieten außerdem zahlreiche Betriebsintegrierte Arbeitsplätze an oder die Möglichkeit für Praktika, damit „provieler“ sich bei Interesse und Zutrauen neu erproben und weiterentwickeln können.
Auch die Möglichkeiten zur beruflichen Qualifizierung und Weiterbildung spielen eine große Rolle. Nichts muss, aber alles kann. Wir geben allen Menschen bei proviel die Möglichkeit zur individuellen Weiterentwicklung. Um das zu gewährleisten, werden Maßnahmen und Kurse evaluiert und die Fachkräfte konzipieren ständig neue Angebote. Und in Zusammenarbeit mit der Bergischen IHK haben provieler vielfältige Möglichkeiten, Teilqualifikationen für Berufsausbildungen zu absolvieren.
Die allermeisten Menschen bei proviel sagen jedenfalls, dass sie durch die Arbeit und Begleitung viel zufriedener geworden sind. Manche schon seit 30 Jahren an Bord.
Und jede*r Leser*in dieser Zeilen kann mit viel Vertrauen in die Leistungsfähigkeit von Menschen mit Handicap auch zukünftig dazu beitragen, dass es vielfältige Erfolgsgeschichten beruflicher Entwicklung geben kann.

CHRISTOPH NIEDER, GESCHÄFTSFÜHRER DIE PROVIEL GMBH MIT SITZ IN WUPPERTAL IST EINE WERKSTATT FÜR MENSCHEN MIT SEELISCHEN ERKRANKUNGEN.

34 www.bvg-menzel.de

Seit 30 Jahren ein starker Industriepartner

proviel wird als flexibler und zuverlässiger Dienstleister geschätzt.

Moderner Maschinenpark, leistungsstarke Arbeitsgruppen, verlässliche Logistik, emsige Geschäftigkeit – Besucher sind meistens überrascht von der modernen Arbeitsumgebung und der professionellen Herangehensweise bei proviel. „Wir können Qualität, unsere oft langjährigen Kunden schätzen unsere Zuverlässigkeit“, betont Geschäftsführer Christoph Nieder.
Schon seit 2008 ist das Qualitätsmanagement von proviel nach ISO 9001 zertifiziert. Ein ausgeklügeltes System der Qualitätskontrolle sorgt dafür, dass nur hervorragende Produkte das Haus verlassen. Die Mitarbeitenden der Werkstatt, intensiv begleitet von den Fachkräften, identifizieren sich stark mit den Produkten, die sie herstellen, montieren oder kommissionieren. „Sie erleben dadurch wertvolle berufliche Teilhabe und schaffen etwas, das gebraucht und wertgeschätzt wird“, erklärt Christoph Nieder. Rund 1200 Menschen mit psychischer Behinderung arbeiten bei proviel und dem Mutterverein forum. Die Arbeit gibt ihnen Stabilität und das Gefühl, gebraucht zu werden.

Neue Aufgaben kreativ lösen
Dabei lässt sich proviel gerne auch auf neue Projekte ein. Derzeit werden dort etwa täglich 1000 bunte Plastikchips für Einkaufswagen gemäß der Philosophie von precious plastic hergestellt. Sie werden im September anlässlich des 25-jährigen Bestehens der CAP Lebensmittelmärkte deutschlandweit an die Kunden verteilt. Dafür schaffte forum/proviel einen Granulator und zwei Injektionsmaschinen nebst Absauganlage an. Jetzt wird das transparente Granulat im Schmelzprozess eingefärbt und anschließend in die hergestellten Formen gespritzt. „Unser Team musste dafür vielfältige Material- und Prozessfragen klären, bis die Prototypen gut aussahen“, erzählt der Geschäftsführer. Doch mit Ausprobieren und Know-how wurden gute Lösungen gefunden. Jetzt sehen alle Chips elegant aus und passen gut in den Schlitz der Einkaufswagen. Schon 60 000 bunte Chips liegen inzwischen für das Jubiläum bereit. Den Mitarbeitenden macht die Aufgabe Spaß. „Diese Arbeit hat mir das Gefühl gegeben, dass ich etwas leisten kann“, sagt etwa ein zuständiger Mitarbeiter.
Die Mitarbeitenden können bei proviel zwischen sehr unterschiedlichen Arbeiten wählen – ebenso wie die Industriekunden. Denn neben umfangreichen Dienstleistungen im Bereich Metallbearbeitung bietet proviel Laserbeschriftung und unterschiedlichste Montagen an – auch Elektromontagen. Eine weitere Spezialität von proviel sind Verpackung und Konfektionierung. Dabei geht proviel flexibel auf Kundenwünsche ein und übernimmt sowohl Aufträge mit kleinen Stückzahlen als auch größere und langfristige Aufträge. Kontroll- und Prüfarbeiten zählen ebenfalls zum Portfolio. Das eigene Lager und der Fuhrpark ermöglichen eine unkomplizierte Auslieferung fertiger Aufträge. Kunden wie Puky, D. La Porte oder EMKA verlassen sich deshalb schon seit vielen Jahren auf die Zulieferung von proviel.
www.proviel.de

Bei proviel werden derzeit etwa täglich 1000 bunte Plastikchips für Einkaufswagen gemäß der Philosophie von precious plastic hergestellt.

In und für Wuppertal!
- Industriedienstleister – flexibel, belastbar und pünktlich
- Werkstatt für Menschen mit psychischer Erkrankung
- Training und Qualifizierung für Langzeitarbeitslose
- Brückenbauer zum allgemeinen Arbeitsmarkt

Mit Kernkompetenzen in den Bereichen (Elektro)Montage, Metallbe- und verarbeitung, Konfektionieren und Verpacken, Laserbeschriftungen, Kontroll- und Prüfarbeiten etc.

... und der Kraft, in gemeinsame Projekte zu investieren.

Ihr Ansprechpartner: Matthias Laufer 0202/24 508-110

proviel GmbH

Acht Jahre CAP-Markt

Der Supermarkt Am Eckbusch ist ein beliebter Treffpunkt.

Blumengrüße zum Geburtstag stehen schon vor dem CAP-Frischemarkt: Denn neben Lebensmitteln und Haushaltsartikeln gibt es dort auch frische Schnittblumen und attraktive Pflanzen im Topf.
Seit acht Jahren versorgt der CAP-Markt die Menschen im Quartier mit allem für den täglichen Bedarf. Das angeschlossene Café dient als beliebter Treffpunkt, wenn auch aktuell aufgrund von Personalknappheit mit reduzierten Öffnungszeiten. Dort laden Sitzgruppen drinnen und draußen zum Klönen bei einer guten Tasse Kaffee und einem Kuchen oder belegten Brötchen ein.
Marktleiterin Marion Radtke sorgt dafür, dass die Stammgäste im CAP-Markt immer wieder neue Produkte entdecken können. Unter anderem auf der Edeka-Messe lässt sie sich mit ihrem Team dafür inspirieren. Kulinarische Besonderheiten, Spielzeug, Lebenshelfer und spezielle Haushaltswaren locken dann auf den Aktionsflächen.
Besonders beliebte Produkte werden ins feste Sortiment aufgenommen. So wurde das Sortiment immer besser an die Wünsche der Besucher angepasst – etwa mit fertigen Gerichten, die bei Senioren beliebt sind. Und zum Geburtstag gibt es natürlich besondere Angebote im CAP-Markt.

Seit acht Jahren versorgt der CAP-Markt die Menschen im Quartier mit allem für den täglichen Bedarf.

Inklusion: „Die Werkstätten sind Teil der Lösung“

Von Katharina Rüth

Bei ihnen finden Menschen mit Einschränkungen eine Beschäftigung und mehr: Werkstätten für Menschen mit Behinderung gibt diesen eine Tagesstruktur, ermöglicht Kontakte und gesellschaftliche Teilhabe, das Erleben, etwas zu können, sowie eine Begleitung durch Fachkräfte. Weil sie ihre Arbeit von verschiedenen Seiten infrage gestellt sehen, in einigen Äußerungen auch bedenkliche Meinungen wahrnehmen, wenden sich Vertreter der fünf großen Werkstatt-Einrichtungen im Bergischen Städtedreieck an die Öffentlichkeit und machen sich für die Rechte von Menschen mit Behinderungen stark, die auch im Grundgesetz und in der UN-Behindertenrechtskonvention festgeschrieben sind.
Mit Äußerungen, in denen Inklusion als Belastung dargestellt wird, wie sie Björn Höcke, der Vorsitzende der AfD-Landtagsfraktion, gemacht habe, „wird das Recht von Menschen mit Behinderung auf Bildung infrage gestellt“, sagt Christoph Nieder, Geschäftsführer der Proviel GmbH. Zusammen mit dem Bericht über das Treffen von Rechtspopulisten in Potsdam, bei dem es um die „Remigration“ von Menschen mit Migrationshintergrund ging, beunruhigt das die Trägervertreter. Sie wollen laut dafür eintreten, Menschen in ihrer Vielfalt wahrzunehmen und zu akzeptieren.
Solche Äußerungen führten zu Ängsten bei den Menschen in den Werkstätten und ihren Angehörigen. „Die Menschen empfinden Ohnmachtsgefühle“, sagt Christiane Gairing von der Lebenshilfe Solingen. „Die Leute fragen sich: Wo ist unser Wert?“, so Christoph Nieder. Claudia Hagel, Geschäftsführerin der Troxler-Werkstätten, befürchtet, dass die Arbeit mit Menschen mit Behinderung wieder stärker als Kostenfaktor betrachtet wird. „Das macht mir wirklich Angst. Eine Kosten-Nutzen-Frage zu stellen, ist unzulässig.“
Auch von anderer Seite sehen sich die Träger unter Druck – der mit dem Grundgesetz und der UN-Behindertenrechtskonvention begründet werde: Menschen sollten alle gleich behandelt, Menschen mit Behinderung vollständig integriert und spezielle Werkstätten überflüssig werden. Dieser Gedanke werde gerade in Zeiten knapper Kassen wieder betont. Das Grundgesetz wolle alle gleichstellen, sagt Stefan Paul, Geschäftsführer der Lebenshilfe Wuppertal. Die Werkstätten stünden dem nicht im Weg, im Gegenteil: „Wir stellen alle gleich, bei uns arbeiten alle gemeinsam, wir setzen diese Werte um.“ Christoph Nieder ergänzt: Bisher sei die vollständige Inklusion nicht hergestellt – viel zu wenig Unternehmen stellten etwa Menschen mit Behinderung ein. Er betont: „Wir sind überzeugt, dass wir notwendig sind – ohne dass wir die Utopie der Inklusion aus den Augen verlieren wollen.“
Claudia Hagel sagt: „Wir füllen die Lücke, weil die Firmen nicht viele Menschen mit Behinderung aufnehmen.“ Sie vermittelten einige Menschen in den ersten Arbeitsmarkt, aber das sei eben nicht für alle möglich. Zum einen reichten die Fähigkeiten nicht immer dafür, zum anderen gebe es weiterhin Berührungsängste, auch von den Unternehmen.
Christoph Nieder zieht den Vergleich zur Inklusion in der Schule: „Wir sollen Kinder mit Behinderung in Regelschulen aufnehmen, aber es gibt keine Inklusionshelfer, Menschen mit Behinderung sollen auf den ersten Arbeitsmarkt, aber es gibt keine Job-Coaches.“
Christiane Gairing sagt: „Wir brauchen mehr Kreativität und Offenheit“, um Menschen in Betriebe zu integrieren – selbst wenn nicht alle Arbeitsplätze zum ersten Arbeitsmarkt gezählt werden können. Christoph Nieder wünscht sich mehr Durchlässigkeit zwischen den Systemen, etwa die Möglichkeit, dass Menschen zwei Tage in einer Werkstatt arbeiten und drei in einem Betrieb. Derzeit steckten sie viel Arbeit in die Frage, wie ein Mensch mit Behinderung in einen Betrieb passe. „Das ist ein längerer Prozess.“ Berührungsängste abzubauen, brauche auch mehr Personal.
Vorbehalte in der Gesellschaft allgemein abzubauen, dazu trügen auch Einrichtungen mit Publikumsverkehr wie der Cap-Markt und das Café Corazon der Lebenshilfe bei, in denen Menschen mit Behinderung arbeiten. „Wir leisten auch einen Beitrag zur Akzeptanz von Menschen mit Behinderungen“, betont Jerrit Bennert von der Lebenshilfe Remscheid. „Wir versuchen, Inklusion zu gestalten und die Idee von Grundgesetz und UN umzusetzen. Die Werkstätten sind Teil der Lösung.“
▪ Zwei Beschäftigte aus den Troxler-Werkstätten stellen wir auf Seite 3 vor.

Christiane Gairing, Christoph Nieder, Claudia Hagel, Stefan Pauls und Jerrit Bennert. Foto: Anna Schwartz

Grundrechte
Das Grundgesetz sagt in Art. 3: „Niemand darf wegen seiner Behinderung benachteiligt werden.“
Mit der UN-Behindertenrechtskonvention haben sich die Unterzeichner verpflichtet, „den vollen und gleichberechtigten Genuss aller Menschenrechte und Grundfreiheiten durch alle Menschen mit Behinderungen zu fördern, zu schützen und zu gewährleisten“. Deutschland hat die Konvention 2008 ratifiziert.
In den fünf großen Werkstätten für Menschen mit Behinderung in Wuppertal, Solingen und Remscheid sind 2775 Menschen mit Behinderung beschäftigt.

PORTRAIT

VIELFALT ALS LÖSUNG

UNTERNEHMERGESCHICHTEN AUS WUPPERTAL 2024 Eine Reise durch regionale Unternehmen

30 Jahre gelingende Teilhabe und Inklusion

proviel, Werkstatt für Menschen mit psychischen Behinderungen, feiert Jubiläum.

Von einer kleinen Gruppe Menschen mit Handicap zu einem gut funktionierenden Inklusions-Unternehmen mit rund 1200 Beschäftigten. Von der kleinen Werkstatt im Hinterhof zum bekannten Player für vielfältige Teilhabe am Arbeitsleben. Von „ins Tun kommen“ zu strukturierter beruflicher und persönlicher Weiterentwicklung mit zertifiziertem Qualitätsniveau. proviel hat in den 30 Jahren seines Bestehens viel erreicht. „Wir sehen uns als Möglichmacher“, sagt Geschäftsführer Christoph Nieder. Das bedeutet für ihn auch, immer wieder neue Möglichkeiten zu finden, wo und wie Menschen mit psychischer Erkrankung arbeiten können. In den Werkstätten von proviel und auch außerhalb. So, wie es sich jeder Einzelne wünscht. Personenzentrierte Teilhabe eben.

Werkstatt, Kulturkindergarten oder PIKSL-Labor
Deshalb hat Christoph Nieder in den 13 Jahren seiner Tätigkeit bei proviel und für den Mutterverein forum mit dem Team viele neue Arbeitsbereiche und Angebote aufgebaut. Innerhalb der herkömmlichen Industriedienstleistungen und Arbeitsangebote wie Metallbe- und -verarbeitung, (Elektro-)Montagen, Kommission und Verpackung sowie Wäscherei, Lager, Kantine und Haustechnik hat sich das Spektrum an vielfältigen Berufsbereichen deutlich erhöht. Mit dem erfolgreichen CAP-Lebensmittelmarkt schuf proviel eine Abteilung, in der die Beschäftigten mitten im Quartier arbeiten und große Wertschätzung erfahren. Im Zoo-Restaurant Okavango und im Schulbistro am Gymnasium Sedanstraße bereiten gut eingespielte Teams Mahlzeiten vor, servieren und räumen auf. Im Kulturkindergarten sorgen provieler für Sauberkeit und kümmern sich um die Mahlzeiten. In Bereichen wie Fulfillment und „Precious Plastic“ entstanden ganz neue Dienstleistungsangebote mit spannenden Aufgaben. Neu ist auch das PIKSL-Labor, in dem Menschen mit Behinderung als Experten ihren Kunden erklären, wie sie mit Computer oder Handy umgehen können.
Viele weitere Arbeits- und Entwicklungsmöglichkeiten bietet proviel gemeinsam mit langjährigen Kooperationspartnern. So arbeiten feste Teams samt Fachkraft oder mit Jobcoach bei IKEA, beim Automobilzulieferer AHA oder im Freibad Eckbusch. Partner wie die Stadt Wuppertal, die Färberei und viele Unternehmen bieten außerdem zahlreiche Betriebsintegrierte Arbeitsplätze an oder die Möglichkeit für Praktika, damit „provieler“ sich bei Interesse und Zutrauen neu erproben und weiterentwickeln können, wenn der richtige Zeitpunkt gekommen ist. Das Inklusionsteam von proviel/forum sorgt mit professioneller Begleitung dafür, dass etwaige Probleme in diesen Entwicklungsprozessen zu allseitiger Zufriedenheit gelöst werden.
Auch die Möglichkeiten zur beruflichen Qualifizierung und Weiterbildung spielen bei proviel und forum eine große Rolle. „Nichts muss, aber alles kann. Wir geben allen Menschen bei proviel die Möglichkeit zur individuellen Weiterentwicklung“, erklärt Christoph Nieder. Um das zu gewährleisten, werden Maßnahmen und Kurse evaluiert und die Fachkräfte konzipieren ständig neue Angebote. In Zusammenarbeit mit der Bergischen IHK haben provieler mittlerweile vielfältige Möglichkeiten, Teilqualifikationen für Berufsausbildungen zu absolvieren. Ein echter Meilenstein für zukunftsorientierte Werkstattarbeit.

Sichtbar im Stadtbild
Auch mit den Gebäuden möchte Christoph Nieder ganz im Sinne der langjährigen proviel-Philosophie Zeichen setzen. Hell und freundlich sind sie alle sowohl innen als auch von außen. Und in vielen Fällen echte Hingucker. So wurde am Standort Milchstraße die Verbindungsbrücke zwischen zwei Gebäudeteilen optisch als Schwebebahn gestaltet. Der Standort Farbmühle prägt mit intensiver roter und gelber Farbe, aber auch vielen Glasflächen und Holz das Stadtbild. Die Werkstätten verstecken sich nicht, sondern zeigen: Die Menschen mit Behinderung können stolz sein auf ihre Arbeitsstelle.
Mit den Programmen „Train2be“ und „Train2beplus“ bringt proviel/forum die über die Jahre erworbene Expertise auch weitergehend ein: In diesen Maßnahmen erhalten Langzeitarbeitslose im Auftrag des Jobcenters oder der Stadt Wuppertal ein intensives Training. Viele schöpfen dadurch neuen Mut, werden stabiler und finden dann für sich einen neuen Weg. Für manche führt der zurück auf den ersten Arbeitsmarkt, für andere in eine Berufliche Reha. Die allermeisten Menschen bei proviel/forum sagen jedenfalls, dass sie durch die Arbeit und Begleitung viel zufriedener sind. Manche sind sogar schon seit 30 Jahren an Bord.

proviel findet immer wieder neue Möglichkeiten, wo und wie Menschen mit psychischer Erkrankung arbeiten können.

„Wir sehen uns als Möglichmacher“, sagt Christoph Nieder, seit 13 Jahren Geschäftsführer von proviel.

proviel GmbH/forum e.V.
(gemeinnützig)
Milchstraße 5
42117 Wuppertal
info@proviel.de
www.proviel.de

Gemeinsam gestalteten Martin Heuwold und die Mitarbeiter von Proviel die Krippe mit Graffiti sowie ausgeschnittenen Zahlen. Foto: Andreas Fischer

Der Wuppertaler Künstler Martin Heuwold erstellte das Kunstwerk in Kooperation mit Proviel

Graffiti-Krippe bringt Licht in die Dunkelheit

Von Sophie Oehus

Luisenviertel. Die Graffiti-Krippe auf dem Laurentiusplatz ist längst zu einer Tradition in der Vorweihnachtszeit in Wuppertal geworden. Bereits seit 2009 wird die Krippe vom Wuppertaler Graffiti-Künstler Martin „Megx“ Heuwold designt und erstellt. Lediglich von 2019 bis 2021 entwarf Annette Marks drei Künstlerkrippen. In diesem Jahr hat sich Heuwold etwas ganz Besonderes für seine bisher aufwendigste Krippe einfallen lassen: Sie wird aufgebaut sein wie ein Adventskalender. Bis zum 24. Dezember wird täglich ein Türchen geöffnet und ein Kunstwerk offenbart, das in Kooperation mit Angestellten der Proviel GmbH, einer Werkstatt für Menschen mit psychischer Behinderung, erstellt wurde.
Das Motto der diesjährigen Krippe lautet „Von der Dunkelheit ins Licht“. Dieses Thema hat Heuwold aus mehreren Gründen gewählt. Einerseits sei Jesus das Licht der Welt. „Aber schon bevor es das Christentum gab, war die heutige Vorweihnachtszeit eine besondere Zeit, da sich die Menschen auf den 21. Dezember gefreut haben. Die Tage werden länger und die Sonne kommt zurück in unser Leben.“
Anders als in den vergangenen Jahren wird die Krippe in diesem Jahr nicht vor Ort gebaut und vollendet, sondern bereits fertig am Freitag in Form eines 2,40 Meter hohen und 1,60 mal 1,60 Meter großen Quaders auf dem Laurentiusplatz aufgestellt. An jeder Seite befinden sich sechs Kalendertürchen.
Ab Sonntag, 1. Dezember, wird dann täglich, voraussichtlich immer um 12 Uhr, ein Türchen geöffnet. Das letzte Türchen wird am Heiligabend, ebenfalls um 12 Uhr, im Rahmen des ersten weihnachtlichen Gottesdienstes in Wuppertal in der Citykirche geöffnet. Dann wird außerdem auch das Jesuskind in die Krippe gelegt und das Martyrologium erklingt. „Die Leute warten schon darauf und freuen sich“, weiß Pastoralreferent Werner Kleine. „Wir werden schon seit Oktober gefragt, ob die Krippe auch in diesem Jahr wiederkommt.“ Natürlich würde das Kunstwerk immer mal wieder beschmiert werden, doch: „Das können wir zum Glück immer innerhalb von maximal zwei Stunden reparieren. Das ist das Schöne an der Graffiti-Krippe.“
Doch nicht nur die neue Form, sondern auch die Kooperation mit Proviel stellt eine Besonderheit bei der diesjährigen Krippe dar. „Ich habe von Proviel eine Anfrage bekommen, einen Workshop mit den Mitarbeitern zu leiten“, erinnert sich Martin Heuwold. „Natürlich habe ich da zugesagt, fand ein Projekt ohne konkreten Anlass aber nicht so toll. Das wirkt dann schnell wie eine reine Beschäftigungstherapie.“ Er entschied sich also, die insgesamt zehn Teilnehmer in das Krippenprojekt einzubinden. „Was gibt es schöneres, als Menschen, die einen Platz in der Gesellschaft brauchen, in solch ein angesehenes Projekt zu integrieren“, findet Heuwold. Vier Wochen lang brachte er den Teilnehmern die nötige Theorie nahe, bis dann die praktische Umsetzung stattfand.

Unter den Türchen verstecken sich Symbole und Sprüche
Während der Ideenfindung sowie der Umsetzung wurden die Mitarbeiter von Proviel stets eingebunden. „Ein Teilnehmer hatte die Idee, dass jeden Tag bei der Öffnung des Türchens nicht nur ein Licht zu sehen ist, sondern auch ein Spruch, ein Symbol oder etwas derartiges“, erinnert sich Heuwold. Diese Idee fand der Graffiti-Künstler klasse und so machte er sich mit den Teilnehmern an die Arbeit und kreierte 24 verschiedene Kunstwerke. Darunter ein Engel mit einem Stern, eine Sonne sowie der Spruch „Dunkelheit ist die Abwesenheit von Licht“. Die anderen Kunstwerke werden ab Sonntag täglich offenbart.
„Es ist wunderbar, dass unsere Mitarbeiter durch dieses Projekt die Chance hatten, weitere Formen der Arbeit auszuüben, ohne dass ihre Krankheit im Vordergrund steht“, betont Ulrich Rehwald, Fachbereichsleiter bei Proviel. „Es entsteht etwas Wertschöpfendes und dadurch wiederum entsteht Inklusion.“ Das Projekt habe bei allen Teilnehmern eine große Begeisterung hervorgerufen, und man habe mit Spaß und hoher Konzentration an der Umsetzung gearbeitet.

proviel.de

Erfolgsgeschichten guter Bildung

Telefon: 0202 / 24 508-0
Telefax: 0202 / 24 508-111

info@proviel.de
proviel.de

Standort Arrenberg
Milchstraße 5, 42117 Wuppertal

Standort Unterbarmen
Farbmühle 13, 42285 Wuppertal

Standort Eckbusch
CAP-Frischemarkt
Am Ringelbusch 9, 42113 Wuppertal

Kursstandort Hofaue
PIKSL Labor
Hofaue 21, 42103 Wuppertal

Jahresrückblick 2024
Auflage: 500