

„Es macht Spaß, auf eigenen
Beinen zu stehen.“

„Meine Welt hat Farben
bekommen.“

„Hier wird jeder gefördert
und gefordert.“

„Bei proviel kann man viel
lernen.“

„Meine soziale Kompetenz
hat sich verbessert.“

„Ich habe gelernt, Verant-
wortung zu übernehmen.“

„Ich bin viel glücklicher
geworden.“

„Ich kann jetzt besser mit
Menschen umgehen.“

Kursheft 2026/2027

Arbeitsbegleitende Kurse
Berufliche Qualifizierung
Modulare Förderung



Christoph Nieder
Geschäftsführer

Inhaltsverzeichnis

4 – 5 Allgemeines zur Anmeldung

Frei wählbare Kurse

- 7 Übersicht der Kurse
- 8 Allgemeinbildung und Kulturtechniken
- 9 Sprachen
- 10 Lebenspraktisches Wissen
- 11 – 13 Gesundheit / Wohlbefinden / Entwicklung
- 14 – 15 Kultur & Kreativkurse
- 16 – 17 Digitale Teilhabe

Berufliche Qualifizierung

- 20 – 21 Kurse für Ihre berufliche Qualifizierung
- 22 – 23 Teilqualifizierungsbausteine
 - Fachlagerist*in
 - Verkäufer*in im Einzelhandel
 - Fachkraft für Metalltechnik
- 24 – 26 Inklusive Berufswegeplanung mit der TalWerkStadt

Liebe lern- und wissbegierige provieler, liebe Neugierige auf neue Lernbereiche,

auf geht's in ein neues Kursjahr - mit viel Abwechslung und den unterschiedlichsten Möglichkeiten für Sie, Neues zu lernen, Erlerntes zu vertiefen oder sich einfach auszuprobieren.

Ganz besonders freue ich mich, dass es weitere Angebote „von provielern für provieler“ gibt – in diesem Heft immer gekennzeichnet mit dem  für „Peer-Angebot“. Da lohnt sich ein Blick auf jeden Fall.

In unserem Anspruch, Stück für Stück neue Qualifizierungskurse möglich zu machen, lenke ich Ihren Blick gerne auf unseren neuen Lehrgang zur Praxiskraft im Büro. Ein spannender, gut gestalteter, zwölfmonatiger Lehrgang mit Zertifikatsmöglichkeit am Ende. Eine wahrlich gute Basis für gute Entwicklungen im Bereich Verwaltung, Büro, Organisation.

Und auch ein ganz besonderer Baustein für alle Autoliebhaber*innen verdient Ihren Blick, denn wir qualifizieren neu zum/zur Auslieferungsfahrer*in bzw. Beifahrer*in und dies mit spannender Fahrschultheorie und einem großartigen Fahrsicherheitstraining beim ADAC. Ein guter Weg für spannende Tage auf Wuppertals Straßen mit viel Kontakt zu netten Kundinnen und Kunden, z. B. unseres CAP-Marktes am Eckbusch. Echter proviel-Service bis zur „Haustüre“ eben.

Ich freue mich über jede/n von Ihnen, die/der sich ein bisschen Zeit und Muße nimmt, um die Kursinhalte und Angebote kennenzulernen. Viel Spaß also beim Schmökern und Ausprobieren. Gönnen Sie sich neue Erkenntnisse.

Herzliche Grüße
Christoph Nieder



Kursanmeldungen für Teilnehmer*innen der Beruflichen Bildung und Produktionsmitarbeiter*innen

In diesem Kursheft finden Sie eine Übersicht über unser vielfältiges Bildungsprogramm. Wann genau die einzelnen Kurse und Workshops angeboten werden, können Sie unseren Kursanmeldungen entnehmen. Diese werden zweimal im Jahr aktualisiert zur Verfügung gestellt. Sie finden diese dann in Ihren Abteilungen. Gern können Sie auch Ihren Sozialdienst, Ihre Rehaplanung oder Ihre Fachkraft darauf ansprechen. Auch über unsere Monitore können Sie sich über die konkreten Kursanmeldezeiten informieren.

Sprechen Sie uns an, wenn

- Sie eine Kursberatung wünschen
- Sie an einem Kurs teilnehmen möchten, der bereits angefangen hat
- Sie einen Kurs nicht mehr besuchen möchten
- Sie grundsätzlich Fragen zu den Kursen haben

Grundsätzliches zu den Kursen:

- Für Teilnehmer*innen der Beruflichen Bildung ist die Teilnahme an mindestens einem arbeitsbegleitenden Kurs im Kursdurchlauf fester Bestandteil der Maßnahme
- Für Produktionsmitarbeiter*innen ist die Teilnahme an einem arbeitsbegleitenden Kurs im Kursdurchlauf vorgesehen. Die Möglichkeit zur Kursteilnahme ist ein Angebot für Sie.

Wie melde ich mich zu Kursen an?

Anmeldung zu den Kursen: Sie melden sich mit einem Anmeldebogen an. Dieser Bogen liegt in Ihrer Abteilung aus. Auf diesem Formular finden Sie alle Kurse, die im Kursdurchlauf angeboten werden.

Bitte kreuzen Sie nicht mehr als zwei Kurse an. Somit erkennen wir, was Ihnen wichtig ist.

Ihren ausgefüllten Bogen geben Sie bitte an der Zentrale ab. Alle abgegeben Anmeldebögen werden dann im Servicebüro gesammelt.

Wie erfahre ich, an welchen Kursen ich teilnehme?

Eine individuelle Terminliste für Ihren Kurs wird Ihnen rechtzeitig vor Kursbeginn persönlich durch die Fachkraft Ihrer Abteilung ausgehändigt. Sie sehen darauf, wann und wo die einzelnen Kurstermine stattfinden.

Im Kursheft lesen Sie ein Angebot, das im aktuellen Anmeldebogen nicht aufgeführt ist. Genau daran möchten Sie jedoch gern teilnehmen?

Sprechen Sie uns an oder schreiben Sie Ihren Wunsch in die Feedbackbox in Ihrer Abteilung. Wenn Sie Ihren Namen eintragen, können wir Sie ansprechen und gemeinsam überlegen, wie wir Ihren Wunsch umsetzen können.

Und nach der Anmeldung?

Was passiert, wenn der Kurs voll ist?

Wir schätzen uns glücklich, dass Sie die Kursangebote mit Freude wahrnehmen. Wir sind stolz darauf, dass wir Sie mit unserem Angebot begeistern können.

Jetzt kommt es aber vor, dass an den Kursangeboten nur eine begrenzte Teilnehmerzahl mitmachen kann. Für Entscheidungen, wer am Kurs mitmachen kann, kommt der Werkstatttrat zum Einsatz. Dieser ermittelt durch ein Losverfahren, wer in einem solchen Fall an diesem Kurs teilnimmt.

Für Ihr Verständnis herzlichen Dank.

Die Kursheftredaktion

Die Ansprechpartner*innen für persönliche Kursinformationen oder eine Beratung, welche Kurse möglicherweise für Ihre individuellen Bildungsziele und -wünsche hilfreich sein können, finden Sie in der folgenden Übersicht (Aufteilung nach Anfangsbuchstaben des Nachnamens).

Zuständig am Standort Arrenberg/Milchstraße

Beruflichen Bildung:

A-J:

Katharina Haubner

Telefon: 0202 / 24 508-265

k.haubner@proviel.de

K-Z:

Wibke Borggreve-Jaroui

Telefon: 0202 / 24 508-711

w.borggreve-jaroui@proviel.de

Produktionsbereich:

A-G:

Stefan Hauch

Telefon: 0202 / 24 508 - 280

s.hauch@proviel.de

H-Pe:

Cornelia Gruß

Telefon: 0202 / 24 508-267

c.gruss@proviel.de

Pf-Z:

Christian Grabowski

Telefon: 0202 / 24 508-260

c.grabowski@proviel.de

Zuständig für die Qualifizierungsplanung:

Birgit Kolwitz

Telefon: 0202 / 24 508-262

b.kolwitz@proviel.de

Zuständig am Standort Unterbarmen/Farbmühle

Beruflichen Bildung:

A-K:

Farina Gießmann

Telefon: 0202 / 24 508-750

f.giessmann@proviel.de

L-Se:

Nathalia Kocherscheidt

Telefon: 0202 / 24 508 - 752

n.kocherscheidt@proviel.de

Sf-Z:

Julien Sippel

Telefon: 0202 / 24 508 - 760

j.sippel@proviel.de

Produktionsbereich:

A-K:

Martin Paulus

Telefon: 0202 / 24 508-738

m.paulus@proviel.de

L-Z:

Heike Weigel

Telefon: 0202 / 24 508-754

h.weigel@proviel.de

Zuständig für die Qualifizierungsplanung:

Rebekka Prielipp

Telefon: 0202 / 24 508-261

r.prielipp@proviel.de

Frei wählbare Kurse

Bildung und mehr...

Kulturtechniken/
Allgemeinbildung

Kulinarischer
Kalender

Kreatives

proviel
spezial-Kurse

Sportliches

Praktisches
für die Arbeit

Lebenspraktisches
Wissen

EDV-Kurse

Gesundheit/
Wohlbefinden/
Entwicklung

Übersicht der frei wählbaren Kurse

Allgemeinbildung und Kulturtechniken

- Alphabetisierungskurs
- Deutsch als Fremdsprache
- Lesen & Schreiben
- Deutsch
- Allgemeinbildung
- Mathe
- Literaturkurs – deutschsprachige Gegenwartsliteratur
- Wupper-Exkursionen
- Melba Bewertungssystem

Sprachen

- Englisch 1 (Beginner)
- Englisch 2 (Anfänger)
- Englisch 3 (Fortgeschrittene)
- Spanisch 1 (Beginner)
- Spanisch 2 (Fortgeschrittene)
- Französisch (Beginner)

Lebenspraktisches Wissen

- Gesund & nachhaltig kochen, auch wenn die Haushaltskasse knapp wird?!
- Gewaltfreies Miteinander
- Gesund ernähren
- Tagesaktuelle politische Weltlage
- Das kriegen wir gebacken
- Jahreszeitliche Koch-Workshops
- Fit & Fix gekocht – Clever sparen, besser essen
- Schritt für Schritt zum Wohlfühlgericht

Gesundheit / Wohlbefinden / Entwicklung

- Gruppentraining Sozialer Kompetenzen (Beginner)
- Gruppentraining Sozialer Kompetenzen (Fortgeschrittene)
- Mehr Selbstsicherheit für Ihr Auftreten
- Work-Life-Balance
- Training meiner Konzentrationsfähigkeit
- Selbstbehauptung für Frauen
- Stress lass nach!
- Wie Veränderung gelingen kann
- Selbstbewusst – mutig – stark: Selbstbehauptung für Männer
- Motivation - was ist das?!

- Mein Selbstbewusstsein verbessern und meine Selbstbehauptung stärken
- Leben im Hier und Jetzt: Achtsam mit mir selbst umgehen
- Gelassenheit entwickeln, gelassen sein und bleiben
- Erste Hilfe Kurs
- Vom Loslassen
- Progressive Muskelentspannung nach Jacobsen
- Meditation am Morgen
- Yoga
- Pranayama & Meditation
- Gewaltfreie Kommunikation - Einführung
- Gewaltfreie Kommunikation - Vertiefungskurs
- Gruppentraining
- Fußball
- Wir wandern
- Fahrradtreff - proviel fährt Rad
- Lauftreff
- Sportliche Erlebnisse mit proviel
- proviel youngsters

Kultur & Kreativkurse

- Von Drachen und Droiden – Lesetreff
- Spielenachmittag
- Graffiti Workshop
- Musikkurs
- Wir machen Zeitung!
- Kreatives Gestalten
- Kunstkurs
- Portraitfotografie - Bildbearbeitung
- Kreatives Schreiben
- Theater
-  Grußkarten mit Topping
-  Diamond Painting
-  Stricken
- Tanz/Musik/Theaterworkshop des „Pour-Ensemble“

Computer-Kurse

- Fit für die digitale Arbeitswelt
- Kreativität
- Umgang mit digitalen Geräten
- Medienkompetenz
- Digitale Woche | pro Abteilung

Mit  gekennzeichnete Kurse sind sogenannte Peer-Kurse. Peer-Kurse sind Kurse, die von Mitarbeiter*innen für Mitarbeiter*innen angeboten werden.



Allgemeinbildung und Kulturtechniken

Alphabetisierungskurs

Michael Maus

In diesem Kurs üben Sie Lesen und lernen, einfache Texte zu schreiben. Das hilft Ihnen im Alltag.

Deutsch als Fremdsprache

Michael Maus

Sie sprechen zu Hause eine andere Sprache? Hier trainieren Sie Deutsch und lernen viele neue Wörter und Ausdrücke. So können Sie sich besser auf Deutsch unterhalten.

Lesen & Schreiben

Michael Maus

Im alltäglichen und beruflichen Leben ist Lesen und Schreiben zu können wichtig. In diesem Kurs üben wir, unterschiedliche Texte zu lesen, zu verstehen und schriftlich zu bearbeiten. So werden Sie sicherer im Lesen und Schreiben.

Deutsch

Michael Maus

Sie können lesen und schreiben, möchten aber Ihre Rechtschreibung und Grammatik verbessern? Hier üben wir gemeinsam und mit viel Spaß. Und wir überlegen gemeinsam, wie wir Briefe an Behörden formulieren können.

Allgemeinbildung

Michael Maus

Was bedeuten die Nachrichten aus dem Fernsehen für uns persönlich oder unsere Stadt? Und wie spielt die Geschichte dort hinein? In diesem Kurs wollen wir Dinge wissen und verstehen, warum sie passieren. Welche Themen wir diskutieren legen wir gemeinsam fest – etwa das politische System, die Geschichte der Bundesrepublik Deutschland oder auch tagesaktuelle Sachverhalte.

Mathe

Michael Maus

Wie war das doch gleich mit dem Dreisatz oder dem Zusammenrechnen von drei Posten? In diesem Kurs üben wir die Grundrechenarten und lernen, wie wir mit Brüchen rechnen können. So können wir die Nebenkosten nachrechnen oder kontrollieren, ob wir in der Bäckerei den richtigen Betrag zahlen.

Literaturkurs – deutschsprachige Gegenwartsliteratur

Michael Maus

Gemeinsam lesen wir ein schönes Buch. Dazu sprechen wir über die Hintergründe, die zur Entstehung der Geschichte führten, und über Besonderheiten im Buch. Danach sehen wir uns die Verfilmung des Buches an.

Wupper-Exkursionen

Michael Maus

Wir leben und arbeiten in Wuppertal. Doch unsere Stadt kennen wir nicht. Damit sich das ändert, bieten wir Exkursionen in Einrichtungen und Institutionen an. So lernen wie unsere Stadt besser kennen. Wir besuchen Betriebe, die für Wuppertaler Industriekultur stehen, Kunden von proviel und Museen sowie kulturelle Einrichtungen unserer schönen Stadt.

Melba Bewertungssystem

Michael Maus

Mit dem System Melba bewertet proviel verschiedene Fähigkeiten. In diesem Kurs erfahren Sie, welche Fähigkeiten in die Bewertung einfließen und was für einen Einfluss das auf den Lohn hat.

Sprachen

Englisch 1 (Beginner)

Michael Maus

Sie wollen neu Englisch lernen? Dann sind Sie hier richtig! In diesem Kurs lernen Sie die Grundlagen von Englisch.

Englisch 2 (Anfänger)

Michael Maus

Sie haben schon einmal Englisch gelernt, aber viel wieder vergessen und möchten die vorhandenen Kenntnisse auffrischen und verbessern? Wir arbeiten mit einem Lehrbuch, das kontinuierlich und fortgesetzt in den Lektionen voranschreitet.

Englisch 3 (Fortgeschrittene)

Michael Maus

Dieser Kurs ist für Anfänger*innen mit fortgeschrittenen Englischkenntnissen. Sie möchten erworbenes Wissen erweitern und wünschen sich einen Aufbaukurs? Wir arbeiten mit einem Lehrbuch, können aber auch auf leichte englischsprachige Lektüre zurückgreifen.

Spanisch 1 (Beginner)

Michael Maus

Sie haben Interesse an einer neuen Sprache und möchten Spanisch lernen? Warum nicht gleich bei uns? In diesem Kurs gehen wir auf Ihr Lerntempo ein. Die Anforderungen sind auf Ihre Bedürfnisse zugeschnitten. Wir schauen uns typische Situationen des Alltags an und lernen ohne Zeitdruck und spielerisch, den jeweiligen Umständen gerecht zu werden. Gemeinsam üben wir typische Gespräche auf Spanisch.

Spanisch 2 (Fortgeschrittene)

Michael Maus

Sie haben Spanisch schon mal in der Schule gehabt oder hier den Beginner-Kurs besucht und möchten nun noch mehr lernen? Dann lassen Sie uns gemeinsam noch mehr Spanisch trainieren. Mit Alltagssituationen oder kleinen Texten üben wir die Sprache.

Französisch (Beginner)

Michael Maus

Parlez vous français? Sie möchten endlich einmal Französisch lernen? Kommen Sie in unseren Kurs. Gemeinsam lernen wir eine der schönsten und wohlklingendsten Sprachen, die die Menschen geschaffen haben.



Lebenspraktisches Wissen

Gesund & nachhaltig kochen, auch wenn die Haushaltskasse knapp wird?!

Wibke Borggreve-Jaroui

Haben Sie Lust, einfache & preiswerte Rezepte zu finden und mit uns Nachhaltigkeit zu leben? Was ist „Foodsharing“? Wie funktioniert das mit der Wuppertaler Tafel? All diese Themen wollen wir gemeinsam erforschen. Zum Abschluss gestalten wir ein Kochbuch und kochen gemeinsam ausgesuchte Rezepte. Sie sind eingeladen, sich aktiv zu beteiligen und Fotos, Rezepte und Ideen einfließen zu lassen.

Gewaltfreies Miteinander

Michael Maus

Was können wir tun, um ein gewaltfreies, friedliches Miteinander zu begünstigen?

Gemeinsam sehen wir uns verschiedene Situationen an, wie Gewalt entstehen kann. Außerdem erarbeiten wir, wie ein gewaltfreier Umgang miteinander möglich gemacht werden kann. Und schließlich: Wie schaffen wir gemeinsam Sicherheit im Arbeitsalltag für alle Beteiligten?

Gesund ernähren

Michael Maus

Die Ernährung spielt eine große Rolle. Sie ist wichtig für unser tägliches Wohlbefinden und langfristig wesentlich, damit wir gesund bleiben. Wir schauen uns verschiedene Aspekte an, wie die Ernährung auf unsere Gesundheit unmittelbaren Einfluss hat.

Tagesaktuelle politische Weltlage

Michael Maus

Dieser Kurs ist für Mitarbeiter*innen, die an Ereignissen interessiert sind, die uns tagtäglich in den Medien begegnen. Viele Menschen haben Meinungen dazu, ohne dass diese auf einem Informationshintergrund basieren oder jemals hinterfragt worden sind. Zu schnell verlassen wir uns auf Ansichten, die jemand in den Raum stellt. In diesem Kurs wollen wir diese Äußerungen hinterfragen und schauen, wie man an fundiertere Informationen kommt.

Das kriegen wir gebacken

Martin Appelmann

Ja, das kriegen wir gebacken! Von einfachen bis zu raffinierten Kuchen und Desserts - wir rühren, backen und probieren. Am Ende gibt es eine ausführliche Rezeptmappe und wertvolle Tipps zum Thema Backen. Ich freue mich auf Sie!

Jahreszeitliche Koch-Workshops

André Wieberg

In verschiedenen Kursen mit saisonalen Schwerpunkten lernen Sie mit André Wieberg Tricks und Kniffe der kreativen Küche. Spannend, überraschend, unterhaltsam und vor allem lecker wird es sein und zum Abschluss erhalten Sie eine gemeinsam erarbeitete Rezeptmappe. Wir freuen uns auf das gemeinsame Kochen mit Ihnen!

Fit & Fix gekocht – Clever sparen, besser essen

Schritt für Schritt zum Wohlfühlgericht

Projektteam TalWerkStadt

Du willst lecker kochen, dich gut fühlen - und dabei nicht viel Geld ausgeben? Dann mach mit bei Fit & Fix gekocht! Gemeinsam probieren wir einfache, alltagstaugliche Rezepte aus, tauschen Ideen aus und entdecken, wie günstiger Einkauf und gesunde Ernährung richtig Spaß machen. Komm vorbei, bring deine Lieblingsideen mit und nimm jede Woche neue Inspirationen für zu Hause mit.

Was erwartet Dich?

- Gemeinsames Kochen nach eigenen Rezepten und Ideen
- Anregungen und Ideen für die eigenen Küchenausstattung
- Wissenswertes über Ernährung
- Tipps für günstigen Einkauf
- Jede Menge Spaß mit netten Menschen

Gesundheit / Wohlbefinden / Entwicklung

Gruppentraining Sozialer Kompetenzen (Beginner)

Sandra Bädle

Wer gut darin ist, soziale Beziehungen zu gestalten, hat eine höhere Lebensqualität und psychische Gesundheit. Deshalb trainieren wir den Aufbau guter Beziehungen in Rollenspielen und lernen die Grundlagen für eine gelingende Kommunikation. Das hilft auch im Arbeitsalltag. Teilnehmen können maximal 6 Personen.

Gruppentraining Sozialer Kompetenzen (Fortgeschrittene)

Sandra Bädle

Für alle, die das Gruppentraining Sozialer Kompetenzen bereits besucht haben, bieten wir eine Vertiefung des Themas an mit Video-Feedback und Analyse. Soziale Beziehungen gestalten, Lebensqualität und psychische Gesundheit verbessern - Teil 2. Teilnehmen können maximal 6 Personen.

Mehr Selbstsicherheit für Ihr Auftreten

Michael Maus

Der Kurs richtet sich an alle, die über ihre Stimme mehr Sicherheit im Gespräch gewinnen wollen. Thematisiert werden insbesondere:

- Wie sprechen wir das aus, was uns wichtig erscheint?
- Auf welchen Ebenen findet Kommunikation statt?
- Kann ich mich klar verständlich machen?
- Wie drücke ich mich aus, ohne dass mir die Stimme versagt?
- Wie gehe ich mit Lampenfieber um?
- und vieles mehr.

Work-Life-Balance

Michael Maus

Work-Life-Balance steht für ein ausgewogenes Verhältnis von Beruf und Privatleben. Ziel ist es, die privaten Interessen mit den Anforderungen der Arbeitswelt in ein ausgewogenes und gesundes Gleichgewicht zu bringen. Denn den persönlichen Einsatz auf nur jeweils einen Bereich zu konzentrieren, heißt auch, die eigene Lebensqualität einzuschränken. In diesem Kurs interessiert uns das Zusammenspiel von Beruf und Familienleben.

Training meiner Konzentrationsfähigkeit

Heike Binner

Konzentration kann man ebenso trainieren wie sportliche Ausdauer. Entdecken Sie ungeahntes Potenzial Ihres Gehirns! Und mit Konzentration fallen viele Tätigkeiten leichter. Außerdem hilft ein Konzentrationstraining dabei, gesund älter zu werden.

Selbstbehauptung für Frauen | Workshop

Wibke Borggreve-Jaroui

Wir erarbeiten gemeinsam Themenbereiche rund um den Begriff „Selbstbehauptung“. Dabei sind alle herzlich eingeladen, sich zu beteiligen, Ideen und Erfahrungen einzubringen und kreativ zu gestalten. Ziel ist es, dass wir uns mit uns selbst auseinandersetzen. Wir entdecken unsere Kompetenzen und stärken so unser Selbstbewusstsein. Dabei lernen wir auch die Frauenberatungs- und Unterstützungsnetzwerke in Wuppertal kennen. Gemeinsam machen wir unsere Stärken sichtbar: Frauenpower!

Stress lass nach! | Workshop

Andrea Völkel

Wie funktioniert unser Gehirn in stressigen Situationen? Wie wirkt sich das auf unser Denken, Fühlen und Handeln aus? Wie kann ich mich selbst in solchen Situationen beruhigen? Gemeinsam erlernen wir einfache Übungen. Wenn wir regelmäßig üben und das Gelernte in unseren Alltag einbauen, genügen schon ein kleiner Impuls, um uns wieder zu entspannen. Das macht uns resilienter. Vorausgesetzt, wir bauen die Übungen in unseren Alltag ein.

Wie Veränderung gelingen kann | Workshop

Andrea Völkel

Berufliche Veränderung gelingt nicht allein mit Disziplin, sie braucht auch wie jeder Veränderungsweg einen freundlichen Blick auf sich selbst. Dieser Kurs unterstützt Sie dabei, eine entsprechend innere Haltung zu entwickeln, hinderliche Gewohnheiten loszulassen und neue, stärkende Gewohnheiten aufzubauen, die Sie Ihren Zielen näherbringen. Im Mittelpunkt stehen innere Einstellung, Motivation und Zielerreichung. Sie erarbeiten im Kurs an einem selbst gewählten beruflichen oder privaten Ziel und verfolgen es in Ihrem eigenen Tempo. Der wertschätzende Austausch mit den anderen Teilnehmer*innen hilft Ihnen, Ihre Fortschritte zu reflektieren und zu erkennen, was Sie auf Ihrem Weg weiter unterstützt.

Selbstbewusst – mutig – stark:

Selbstbehauptung für Männer | Workshop

Wibke Borggreve-Jaroui / Carsten Knapp

Im Kurs werden gemeinsam Themen erarbeitet, um selbstbewusster aufzutreten und dies auch angemessen zu zeigen. Seien Sie mutig, sagen Sie“ nein“ und vertreten Sie Ihren Standpunkt selbstsicher.



Gesundheit / Wohlbefinden / Entwicklung

Motivation – was ist das?! | Workshop

Katharina Haubner

Es fällt mir schwer, mich aufzuraffen – wodurch entsteht Motivation überhaupt? Und was beeinflusst sie? Was hilft mir dabei, meine Motivation zu steigern? Was ist der innere Schweinehund und mit welchen Methoden kann ich ihn wirklich überwinden? Antworten zu diesen Fragen erarbeiten wir gemeinsam im Kurs.

Mein Selbstbewusstsein verbessern und meine Selbstbehauptung stärken | Workshop

Wibke Borggreve-Jaroui

Wir stärken unser Selbstbewusstsein. Welche Strategien helfen mir, meine Meinung oder Stimmung zum Ausdruck zu bringen? Wie kann ich meine Bedürfnisse formulieren? Wir verbessern unser Selbstwertgefühl und die Wahrnehmung unserer Körpersprache. Gemeinsam finden wir Formulierungen, wie ich z. B. freundlich, aber bestimmt „Nein“ sagen kann.

Leben im Hier und Jetzt:

Achtsam mit mir selbst umgehen | Workshop

Wibke Borggreve-Jaroui

Wir beschäftigen uns mit dem Thema Selbstwahrnehmung. Wie erkenne ich meine Gefühle und Bedürfnisse und kann sie benennen? Wir schärfen unsere Sinne für einen achtsamen Umgang mit uns selbst, auch in besonders anspruchsvollen Situationen.

Gelassenheit entwickeln, gelassen sein und bleiben | Workshop

Wibke Borggreve-Jaroui

Wie finde ich innere Ruhe und gehe gelassen mit herausfordernden Situationen um? Wie können wir akzeptieren, was wir nicht ändern können? Wir beschäftigen uns mit hilfreichen Sofortmaßnahmen wie „Nein“ sagen, Prioritäten setzen, Wasser trinken, bewusst Atmen und vieles mehr.

Erste Hilfe Kurs | Workshop

med1plus

Handlungssicherheit in Erster Hilfe bei Notfällen in Freizeit und Beruf. Vom Absichern einer Unfallstelle über die stabile Seitenlage bis hin zur Erstversorgung von Verbrennungen. Hier werden Sie zum Ersthelfer/ zur Ersthelferin ausgebildet. Nach erfolgreicher Teilnahme erhalten Sie eine entsprechende Bescheinigung.

Vom Loslassen | Bewegungsangebot

Michael Maus / Matthias Kiefer

Unser Leben verändert sich stetig. Sind Sie daran interessiert, diesen Vorgang aktiv mitzugestalten? Wir unterstützen Sie mit unserem Angebot. Wir bieten Ihnen einen Kurs an, in dem Übungen zur Entspannung trainiert werden. In diesem Kurs geht es um das geistige und körperliche Gleichgewicht, um die Beseitigung von geistiger und körperlicher Anspannung. Wir gewinnen Klarheit durch Loslassen. Außerdem trainieren wir bei den Übungen unser Gehirn gleich mit.

Progressive Muskelentspannung nach Jacobson

Bewegungsangebot

Torsten Tretschok

Wie nehme ich meinen Körper wahr? Wie gehe ich mit Stress um? Bin ich dann angespannt? Kann ich auch wieder entspannen? Und wenn nicht, wie kann ich mich entspannen? Entspannung und Anspannung, ein wichtiger Teil in unserem Bewegungsablauf. Dr. Edmund Jacobsen hat verschiedene Bereiche des Körpers in Muskelgruppen eingeteilt. Wir beschäftigen uns in ruhiger Atmosphäre damit und versuchen, durch verschiedene Übungen Spannungen abzubauen und für Entspannung zu sorgen.

Meditation am Morgen | Bewegungsangebot

Michael Maus

Mit einer Meditation frisch in den Tag: Wir beginnen den Morgen mit einer Meditation von 7:45 Uhr bis 8:15 Uhr. Danach können Sie entspannt in den Arbeitsalltag starten. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Alle sind herzlich willkommen. Wir gewinnen Klarheit durch Übungen zur Entspannung.

Yoga | Bewegungsangebot

Michaela Kahl

Yoga ist für ALLE da – und deshalb bieten wir Ihnen in unserem Yoga-Kurs eine Kombination aus drei Yogastilen an, die Yoga für ALLE möglich macht. In ganzheitlichen Stunden machen wir Atemübungen, Aufwärmübungen, halten Yoga-Positionen, meditieren und entspannen uns. Sie haben noch nie Yoga gemacht? Na, dann wird es ja höchste Zeit!

Pranayama & Meditation | Bewegungsangebot

Michaela Kahl

Wir verabschieden die Arbeitswoche mit verschiedenen Atemübungen und Meditationen, um ganz entspannt ins Wochenende zu starten. Bei gutem Wetter gehen wir auch gerne mal in die Natur. Ein Angebot für Mitarbeiter*innen aus Produktion, t2be und BBB.

Gewaltfreie Kommunikation – Einführung

Kommunikation & Dialog

Andrea Völkel

Gewaltfreie Kommunikation zeigt Ihnen, wie Sie in herausfordernden Gesprächssituationen gelassener bleiben können. Sie lernen in diesem Workshop, Gesagtes nicht persönlich zu nehmen und sich auf das eigentliche Anliegen der anderen Person zu konzentrieren. Es ermöglicht Ihnen zugleich, Ihre eigenen Bedürfnisse und Wünsche so auszudrücken, dass der oder die andere sie besser hören kann. Auf diese Weise kommen Sie leichter zu Lösungen, mit denen beide Seiten einverstanden sind.

Gewaltfreie Kommunikation – Vertiefungskurs

Kommunikation & Dialog

Andrea Völkel

Sie setzen sich noch intensiver mit der gewaltfreien Kommunikation auseinander und üben die Anwendung anhand von Beispielen aus Ihrem Alltag.

Gruppentraining | Bewegungsangebot

Franziska Lichtenberg

Auf Sie warten interessante und abwechslungsreiche Trainingseinheiten aus Gymnastik, Yoga und anderen Übungen. So bleiben wir fit und tun etwas für unsere Gesundheit.

Fußball | Bewegungsangebot

Erik Fentrohs / Stefan Sigl / Torsten Tretschok

Im Kurs treffen sich interessierte Menschen zum gemeinsamen Fußballspielen. Die Adresse der Sporthalle wird jeweils an den Monitoren bekanntgegeben.

Wir wandern! | Bewegungsangebot

Michael Maus

Wandern Sie mit dem Maus über Stock und Stein. Sprechen Sie Herrn Maus gerne an, wenn Sie Fragen haben. Der Treffpunkt ist am Eingang der Milchstraße.

Fahrradtreff – proviel fährt Rad | Bewegungsangebot

Michael Maus

Mit den proviel-Fahrrädern erkunden wir die wunderschöne Nordbahntrasse. Wer Fahrradfahren kann und Freude dabei empfindet, sich die Luft frisch um die Nase wehen zu lassen, der ist herzlich zu diesem Kurs eingeladen.

Lauftreff | Bewegungsangebot

Michael Maus

Wir bringen uns wieder in Bewegung. In Gemeinschaft macht es mehr Spaß und so freuen wir uns, die Pfunde schwinden zu sehen und träges Fett in Muskelmasse umzuwandeln. Die Gelenke werden wieder locker und das Herz blüht in der Natur auf.

Sportliche Erlebnisse mit proviel | Bewegungsangebot

Inklusion

Wir möchten Sie herzlich einladen, sich gemeinsam mit anderen zu bewegen, Neues auszuprobieren und Freude an Aktivität zu erleben. Unser inklusives Angebot bietet verschiedene Möglichkeiten – von Boccia über Volleyball bis hin zum Schwimmen oder Nordic Walking.

So entstehen nicht nur sportliche Erlebnisse, sondern auch Begegnungen, Austausch und Gemeinschaft.

Was erwartet Sie?

- Spaßige, leicht zugängliche Bewegungsangebote
- Übungen, die individuell gesteigert werden können
- Gemeinsames Training in einer freundlichen Gruppe
- Stärkung von Gesundheit, Teamgeist und Selbstbewusstsein

proviel youngsters | Workshop

Katharina Haubner / Elisabeth Bracht

Wie geht es Ihnen bei proviel? Sind wir „jung und fit“ genug für Sie? Was läuft aus Ihrer Sicht für jüngere Menschen gut bei uns im Haus? Was ist aus Ihrer Sicht verbesserungsfähig bzw. welche Angebote fehlen? Ihre beruflichen Wünsche und Bedürfnisse nehmen wir gemeinsam in den Blick. Eingeladen werden alle provieler*innen unter 30 Jahren.



Kultur und Kreativkurse

Von Drachen und Droiden – Lesetreff

Katharina Haubner

Komm vorbei zu einer gemütlichen Leserunde für Science-Fiction- und Fantasy-Fans! Gemeinsam wählen wir interessante Bücher aus, lesen sie in unserem eigenen Tempo und tauschen uns ganz zwanglos über Geschichten, Charaktere und Ideen aus. Egal ob Klassiker oder aktuelle Neuerscheinungen – Hauptsache, es entführt uns in andere Welten.

Spielenachmittag

Anette Felgenträger / Farina Gießmann

Liebe Freunde von Gesellschaftsspielen, seien Sie dabei und erleben Sie eine entspannte Zeit mit alten Klassikern wie activity, Ligretto, Rummikub, Skip-Bo, Tabu, uno ... oder neueren Spiele wie Azul, Dodelido, Ramba Zamba Scout, Skyjo oder Spice.

Egal, ob sie erfahren sind oder nur neugierig, jeder und jede ist herzlich willkommen.

Wir freuen uns auf Sie!

Graffiti Workshop

Martin Heuwold

Gemeinsam lernen wir Sprühtechniken in allen Facetten kennen. In Verbindung mit einem konkreten Projekt lassen wir unseren kreativen Ideen bei der Gestaltung freien Lauf.

Musikkurs

Jan Röttger

Im Musikkurs singen und spielen wir Lieder, die uns gefallen, und haben Spaß dabei.

Alle bringen das ein, was ihnen gefällt. Jede Idee wird gehört und ausprobiert. So erleben wir eine große Vielfalt von Musik. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bei uns geht es nur um die Freude am Singen.

Wir machen Zeitung!

Tatjana Schoeneweiß-Cecic

Haben Sie Lust, an unserer Werkstattzeitschrift „provieler“ mitzuwirken?

Gemeinsam erarbeiten wir die Inhalte der neuen Ausgabe. Entsprechend Ihrer Interessen übernehmen Sie sodann journalistische Aufgaben. An den wöchentlichen Terminen werden wir die unterschiedlichen Artikel im gemeinsamen Austausch fertigstellen.

Kreatives Gestalten

Sylke Markus

Zusammen lassen wir unserer Kreativität freien Lauf. Malen mit Acryl, Bildermosaik erstellen oder Basteln. Für jeden ist etwas dabei.

Kunstkurs

Jürgen Grölle

Sie sind eingeladen, Ihrer Kreativität in der Galerie pass:projects freien Lauf zu lassen. Sie können sich an Papier und Farbe versuchen, aber auch mit anderen Materialien und Techniken experimentieren.

Portraitfotografie – Bildbearbeitung

Matthias Kiefer

In diesem Kurs geht es um die Grundlagen der Bildbearbeitung von Portraits. Wir bearbeiten Unebenheiten mit Reparaturpinsel, Dodge and Burn oder Frequenztrennung. Außerdem geben wir dem Portrait noch den letzten Schliff. Dieser Kurs ist ausdrücklich für all diejenigen, die in der Bildbearbeitung noch keine Erfahrungen haben. PC-Kenntnisse und Ausdauer sollten vorhanden sein. Fragen zum Kurs beantwortet gerne Herr Kiefer.

Kreatives Schreiben

Michael Maus

Schreiben ist ein kreativer sprachlicher Prozess, der sich während des Schreibens selbst gestaltet. Indem Sie schreiben, sammeln Sie praktische Schreiberfahrungen. Sie lernen sich auszudrücken, in Worte zu fassen und Ihre eigenen Ideen schriftlich umzusetzen. Dabei sind Ihnen so gut wie keine Grenzen gesetzt. Wir erleben die Entstehung einer aufregenden Geschichte, abseits von vorformulierten Phrasen. Es ist eine tolle Erfahrung, zu sehen, wie lebendige Figuren sich vom Papier erheben. Wenn Sie den Anspruch haben, eigene Gestalten auf den Weg zu bringen und sich einmal weit hinaus in offene Weiten zu begeben, dann sind Sie hier genau richtig.

Theater

Nicola Genenger

Theaterspielen ist Begegnung mit anderen, mit einem aktuellen Thema, der Kunst und vor allem mit sich selbst. Der Theaterkurs bietet Ihnen die Möglichkeit, sich gemeinsam mit anderen frei und kreativ szenisch verschiedenen Themen zu widmen. Sie können in verschiedene Rollen hineinschlüpfen, ungewohnte Perspektiven einnehmen und Unbekanntes erforschen. Sie stehen nicht gerne im Rampenlicht und möchten sich dennoch künstlerisch beteiligen? Kein Problem! Vielleicht schreiben Sie gerne kleinere Texte, Geschichten oder Gedichte und wollten diese schon immer einmal auf einer Bühne dargestellt sehen? Vielleicht wollen Sie ein Bühnenbild gestalten oder in die Rolle eines Regisseurs schlüpfen? Gemeinsam werden wir uns durch Ihre Ideen einer Vorlage und/oder durch Improvisation mit Spaß und Kreativität einem Thema nähern und ein Stück zur Aufführung bringen.

Grußkarten mit Topping

 **Martina Topp**

Sie haben Freude an der Erstellung von Glückwunsch- oder Grußkarten? Aus Papier und Karton gestalten wir gemeinsam individuelle Kunstwerke. Neben unserer Kreativität kommt auch eine Hand-Stanzmaschine zum Einsatz.

Diamond Painting

 **Martin Stein**

Diamond Painting verbindet Kreativität, Entspannung und gezielte Förderung feinmotorischer Fähigkeiten. In ruhiger und motivierender Atmosphäre gestalten die Teilnehmenden Schritt für Schritt funkelnde Motive mit kleinen Mosaiksteinchen. Die Tätigkeit unterstützt Konzentration, Ausdauer und Hand-Augen-Koordination.

Ein Angebot zum Abschalten, Krafttanken und Erfolgserlebnisse sammeln - ganz ohne Vorkenntnisse.

Stricken

 **Birte Wommelsdorf**

Egal, ob du bereits stricken kannst, es neu lernen möchtest oder nach einer Pause wieder einsteigen willst – bei uns bist du genau richtig. In entspannter Atmosphäre stricken wir gemeinsam, lernen voneinander und haben Freude an kreativer Handarbeit.

Für Anfänger*innen, Fortgeschrittene und

Wiedereinsteiger*innen.

.

Tanz/Musik/Theaterworkshop des „Pour-Ensemble“ | Workshop

Heike Müller

Erhalten Sie einmal ganz anders Einblicke in ein Theaterstück.

Begeben Sie sich in diesem Workshop für zwei Stunden auf eine Entdeckungsreise, die Bewegung, Sprache und Musik verbindet.

Durch gemeinsame Körperarbeit, Stimmübungen und musikalische Improvisation können Sie sich ausprobieren und mit viel Spaß die eigene Bühnenpräsenz erfahren.

Sie brauchen dafür keine Bühnen- oder Theatererfahrung. Das Theaterstück des „Pour Ensemble“ kann Ende Januar 2027 besucht werden. Karten wird proviel im Vorfeld für Sie reservieren.

Hallo provieler,
 unser neues digitales Angebot ist da!
 Spannende, abwechslungsreiche Kurse und Workshops erwarten euch.

Besucht uns auch im „Offenen Labor“ während der Öffnungszeiten.



**Kostenfreie
 Beratung**



**Technik zum
 entdecken und
 kennenlernen**



PIKSL Labor Wuppertal
 Hofaue 21
 42103 Wuppertal
 info@piksl-wuppertal.net
 proviel.de/piksl

PIKSL im Aufbruch
 Fröbelstraße 1a
 42117 Wuppertal
 pia@piksl-wuppertal.de
 proviel.de/piksl

Offenes Labor:
 Dienstag 14-18 Uhr
 Mittwoch 9-13 Uhr
 Donnerstag 14-18 Uhr

Offenes Labor:
 Montag 10-14 Uhr
 Mittwoch 14-18 Uhr

Ansprechpartnerin:
 Elisabeth Bracht
 Laborleitung PIKSL Wuppertal
 e.bracht@forum-ev.eu



#PIKSLmachteseinfach

Digitale Schulungen

Fit für die digitale Arbeitswelt

PIKSL Labor

Ob im Alltag oder im Beruf: Digitale Kompetenzen öffnen Türen und werden immer mehr zur Voraussetzung für die Arbeitswelt. In unseren Angeboten entdecken Sie Schritt für Schritt, wie Sie verschiedene Programme und Techniken praktisch einsetzen können. Gemeinsam üben wir, Texte zu gestalten, Tabellen zu erstellen, sicher mit digitalen Anwendungen umzugehen und sogar erste eigene Programme oder Spiele zu entwickeln.

Beispielthemen:

- Bewerbungstraining
- Excel
- Word
- Programmieren
- KI in der Arbeitswelt
- Zehn-Finger-Schreiben

Kreativität

PIKSL Labor

Sie haben Ideen und möchten diese sichtbar, hörbar oder erlebbar machen?

Wir zeigen Ihnen, wie Sie mit kostenlosen Programmen Bilder, Videos und Audios erstellen und bearbeiten. Lernen Sie einfache Programme kennen, mit denen Sie Ihre eigenen Projekte kreativ umsetzen können.

Beispielthemen:

- Audioschnitt
- Videoschnitt
- Programmieren
- KI in der Arbeitswelt

Umgang mit digitalen Geräten

PIKSL Labor

Sie möchten Ihr Smartphone, den PC und andere neuen Technologien besser verstehen? In diesem Kursblock lernen Sie, wie digitale Geräte funktionieren und wie Sie sie sicher im Alltag nutzen können.

Gemeinsam schauen wir uns die wichtigsten Grundlagen an, probieren zentrale Funktionen aus und werfen einen Blick auf neue technische Entwicklungen. So gewinnen Sie mehr Sicherheit, Orientierung und Selbstvertrauen im Umgang mit digitalen Geräten.

Beispielthemen:

- Smartphone-Grundlagen
- PC-Grundlagen
- 3D-Druck
- VR-Brillen

Medienkompetenz | Workshop

PIKSL Labor

Das Internet selbstbewusst und sicher nutzen: In diesem Kursblock erfahren Sie, worauf Sie beim Datenschutz, bei sozialen Medien und beim täglichen Surfen achten sollten. Anhand praktischer Beispiele erfahren Sie, wie Sie persönliche Daten schützen, verdächtige Inhalte einschätzen und sich in sozialen Medien verantwortungsvoll bewegen. So entwickeln Sie ein gutes Gespür dafür, was im Netz wichtig ist – und wie Sie sich sicher und souverän verhalten.

Beispielthemen:

- Datenschutz
- Cybermobbing
- Risiken im Internet
- Soziale Medien

Digitale Woche | pro Abteilung | Workshop an den Standorten wechselnd

Die Digitale Woche ist ein Kursangebot, dass jeden Monat für eine Abteilung exklusiv durchgeführt wird. Hier können Sie gemeinsam mit Ihren Abteilungskolleg*innen aus verschiedenen Modulen drei Themen auswählen.

Die Module sind u. a.:

- Alles mit KI
- Risiken im Internet
- Memes
- Bildbearbeitung mit Snapseed
- Soziale Medien

Berufliche Qualifizierung

Umfassende Qualifizierung
und Bildung für interessante
Berufsfelder und verschiede-
ne Arbeitsbereiche



Berufliche Bildung, lebenslanges Lernen, kontinuierliche Weiterentwicklung und stetige Qualifizierung sind wichtige Grundlagen der Arbeit bei proviel und forum. Unsere Angebote zur beruflichen Qualifizierung umfassen neben den bewährten Qualifizierungsmodulen in 11 Berufsfeldern die ergänzenden und praxisorientierten proviel Spezial-Kurse und die tolle Möglichkeit, über die Qualifizierungsbausteine in drei Berufsfeldern ein anerkanntes Zertifikat der Industrie- und Handelskammer Wuppertal-Solingen-Remscheid zu erreichen.

Hier setzen wir weiterhin an und werden in Kürze weitere sogenannte ausbildungsnahe Qualifizierungen in Bausteinform anbieten. Wenn Sie es wollen, können Sie nach erfolgreichem Abschluss aller Bausteine eines Ausbildungsberufs zur externen Abschluss-Prüfung zugelassen werden und einen anerkannten Ausbildungsabschluss erwerben.

Wir freuen uns auf Sie!



Kurse für Ihre berufliche Qualifizierung

Elektro-Checker – Prüfer ortsveränderlicher Betriebsmittel

Matthias Kiefer

Jährlich müssen bei proviel ortsveränderliche Betriebsmittel (Geräte mit Stromanschluss durch Stecker) geprüft werden. Diese Prüfung setzt Wissen über einen kleinen Bereich der Elektrotechnik voraus. Wir bieten Ihnen einen zweiwöchigen Workshop an. Nach erfolgreicher Teilnahme können Sie im Team die Elektroprüfungen bei proviel durchführen. Wir beschäftigen uns mit Fragen zur Sicherheit der Geräte, was, wieso und wie überhaupt geprüft wird. Natürlich darf die Einweisung in die Prüfgeräte nicht fehlen. Der Workshop endet mit einer Kompetenzfeststellung. Einmal im Monat frischen wir das Gelernte in praktischen Übungen auf.

SPS Kurs

Matthias Kiefer

Kennen Sie die große automatische Straße für Coroplast-Aufträge in der Elektromontage? Diese Straße wird durch eine SPS gesteuert. Diese Speicherprogrammierbaren Steuerungen wollen wir in dem Workshop erlernen. Wir fangen bei den Basics an und arbeiten uns bis zur Ampelsteuerung vor.

Grundqualifizierungskurs Lagerlogistik

Giuseppe Di Prima

Sie erwerben Grundkenntnisse über Lagerhaltung, Lagertechnik und Lagerarten. Gemeinsam üben wir den Umgang mit Lagergeräten sowie Lade- und Transportmitteln.

Ausbildungskurs zum/zur QS'ler*in

Sebastian Rum

Haben Sie Interesse an einem „besonderen Arbeitsplatz“? Ist Qualität für Sie kein Fremdwort? Haben Sie Spaß am Umgang mit Menschen und verfügen Sie über gute soziale Kompetenz? Dann wäre dieser Kurs eine gute Wahl, um etwas Neues kennenzulernen. Sie erlernen in diesem Kurs den Umgang mit der Qualitätssicherung am Arbeitsplatz. Durch die Teilnahme am Kurs ergibt sich kein Anspruch auf einen Arbeitsplatz als QS'ler. Diese werden immer in Absprache mit den Produktionsabteilungen vergeben. Besonders interessant ist dieser Kurs auch für Teilnehmer*innen, die einen Weg auf den Allgemeinen Arbeitsmarkt anstreben, da das Thema QS insbesondere in Produktionsbereichen einen hohen Stellenwert besitzt. Dieser Kurs ist wählbar für Produktionsmitarbeiter*innen und BB-Teilnehmer*innen, die den Einsteigerkurs erfolgreich besucht haben.

Qualitätssicherung für Einsteiger*innen / Fortgeschrittene

Sebastian Rum

Warum QS? Was ist QS? Wer hat mit QS zu tun? Wenn Sie diese Fragen beantwortet haben möchten, ist dieser Kurs genau richtig für Sie. Sie erlernen, wo an Ihrem Arbeitsplatz Qualitätssicherung anfällt und warum wir alle damit zu tun haben. Sie erhalten Einblicke in den QS-Alltag, werden mit verschiedenen Messmitteln vertraut gemacht und erfahren, wie wichtig die Qualitätssicherung in allen Bereichen ist. Dieser Kurs ist wählbar für Produktionsmitarbeiter*innen und BB-Teilnehmer*innen ab dem 2. Berufsbildungsjahr.

Schulung zur/zum Gabelstaplerfahrer*in

Giuseppe Di Prima

In diesem Spezialkurs können Sie bei Vorliegen der Voraussetzungen die Fahrerlaubnis für das Fahren mit dem Stapler erwerben.

Qualifizierung von Auslieferungsfahrer*innen und Beifahrer*innen

Giuseppe Di Prima

Die Schulung „Qualifizierung von Auslieferungsfahrer*innen und Beifahrer*innen“ vermittelt praxisnahe Kenntnisse und Kompetenzen für den Arbeitsalltag im Lieferdienst, insbesondere in den Bereichen Sicherheit, Fahrzeugtechnik, Ladungssicherung, Verkehrsrecht sowie Kundenkommunikation. Die Qualifizierung umfasst 12 - 14 Theorieeinheiten. Während des Kurses arbeiten wir mit einer Fahrschule zusammen: Für Teilnehmende mit längerer Fahrpause werden kostenfreie Fahrstunden angeboten. Im Anschluss an die Qualifizierung absolvieren Fahrer*innen zusätzlich ein Fahr-sicherheitstraining beim ADAC. Teilnahmevoraussetzungen sind körperliche Fitness, Flexibilität, ein verantwortungsvoller und freundlicher Umgang; für Fahrer*innen wird zudem ein gültiger PKW-Führerschein benötigt. Nach erfolgreicher Teilnahme wird ein Teilnahmezertifikat erworben.

Austausch für kursgebende Mitarbeiter*innen

Andrea Völkel

Der Kurs dient den Teilnehmenden dazu, zu reflektieren, wie sie ihre Rolle als Kursleitung ausfüllen wollen und wie sie mit möglichen Herausforderungen umgehen können. Sie erhalten Handwerkszeug für die Gestaltung von Schlüsselsituationen wie dem ersten Kennenlernen und auch sich wiederholenden Abläufen wie Beginn und Ende einer Kurseinheit. Gemeinsam mit den anderen Teilnehmenden tauschen Sie sich darüber aus, was Sie in Ihrem Kurs erleben.

IHK geprüfte Qualifizierungsmaßnahme mit Teilnahmebescheinigung Praxiskraft im Büro

Carina Liepach / Franziska Lichtenberg

In diesem zwölfmonatigen Lehrgang lernen Sie, einfache Aufgaben im Büroalltag zu übernehmen, und machen sich Schritt für Schritt mit typischen Arbeitsabläufen im Betrieb vertraut. Sie wechseln in diesem Zeitraum an einen Arbeitsplatz in der Verwaltung. Dort üben Sie den sicheren und fachgerechten Umgang mit dem Computer und erlernen verschiedene Verwaltungstätigkeiten bei proviel. Über den gesamten Lehrgangszeitraum findet ein Unterricht statt, der theoretische Inhalte mit praktischen Übungen an Ihrem Arbeitsplatz verbindet. Dabei werden Sie kontinuierlich unterstützt und Schritt für Schritt an die Aufgaben im Büroalltag herangeführt. Am Ende des Lehrgangs erhalten Sie (nach der Ablegung einer internen Prüfung) eine IHK-Teilnahmebescheinigung.

IHK geprüfte Qualifizierungsmaßnahme mit Teilnahmebescheinigung Praxiskraft in der Kindertagesstätte

Andrea Völkel

Werden Sie zur helfenden Hand für die Kleinsten! Wir bieten die Qualifizierung zur Praxiskraft in der Kindertagesstätte an. In diesem Kurs lernen Sie alles Wichtige, um pädagogische Fachkräfte im Alltag professionell zu unterstützen - von den Entwicklungsphasen der Kinder bis hin zur kreativen Spielgestaltung. Das Angebot ist ideal für Quereinsteiger und alle, die eine sinnvolle Aufgabe suchen.

Wassergewöhnung Kinder | Wasserwelten

Frau Bartrina / Herr Haßel

In diesem Kurs begleiten Sie Kinder spielerisch beim ersten Kontakt mit Wasser. Sie lernen, wie Sie die Kinder einfühlsam und mit Freude unterstützen können.

Aquajogging & Wassergymnastik | Wasserwelten

Frau Bartrina / Herr Haßel

In diesem Kurs unterstützen Sie Bewegungsangebote im Wasser für verschiedene Altersgruppen. Sie fördern Gesundheit und Bewegung im Wasser.

Sauna-Anwärter*in | Wasserwelten

Frau Bartrina / Herr Haßel

Sie lernen die Grundlagen des Saunabetriebs kennen: Hygiene, Technik und der richtige Umgang mit Gästen stehen im Mittelpunkt.

Rettungsschwimmer*in | Wasserwelten

Frau Bartrina / Herr Haßel

Sie absolvieren eine praxisnahe Rettungsschwimmer-Ausbildung. Der Kurs ist körperlich fordernd und bietet Ihnen eine verantwortungsvolle Aufgabe.



Teilqualifizierungsbausteine

Fachlagerist*in

Giuseppe Di Prima

Die Teilqualifizierungen sind Einheiten innerhalb der Gesamtstruktur des anerkannten Ausbildungsberufes Fachlagerist*in. Bei uns können Sie an diesen Bausteinen teilnehmen. Nach Abschluss jedes Bausteins haben Sie die Möglichkeit, eine IHK-Kompetenzfeststellung zu absolvieren und ein anerkanntes IHK-Zertifikat zu erwerben. Nach Abschluss aller Teilqualifizierungen sind die vorgeschriebenen Inhalte des Ausbildungsberufes Fachlagerist abgedeckt. Stück für Stück hin zu einer erfolgreichen Ausbildung bei uns im Bereich Lagerlogistik.

Teilqualifizierung 1: Wareneingang

Der Baustein 1 behandelt die Hauptgrundsätze der Warenannahme und das Thema Lagertechnik. Sie haben die Möglichkeit, nach Abschluss des Bausteins eine IHK-Kompetenzfeststellung zu absolvieren und ein anerkanntes IHK-Zertifikat zu erwerben.

Dieser Baustein kann in beliebiger Reihenfolge absolviert werden.

Teilqualifizierung 2: Innerbetrieblicher Transport

Der Baustein 2 vermittelt Ihnen das Wissen um den innerbetrieblichen Materialfluss und den organisierten und geplanten Transport von Gütern. Gütereigenschaften und die entsprechenden Förder- und Hilfsmittel sind hier das Thema. Sie haben die Möglichkeit, nach Abschluss des Bausteins eine IHK-Kompetenzfeststellung zu absolvieren und ein anerkanntes IHK-Zertifikat zu erwerben.

Dieser Baustein kann in beliebiger Reihenfolge absolviert werden.

Teilqualifizierung 3: Lagerhaltung

Der Baustein Lagerlogistik 3 behandelt die Grundsätze der Lagerung von Gütern. Sie haben die Möglichkeit, nach Abschluss des Bausteins eine IHK-Kompetenzfeststellung zu absolvieren und ein anerkanntes IHK-Zertifikat zu erwerben. **Dieser Baustein kann in beliebiger Reihenfolge absolviert werden.**

Verkäufer*in im Einzelhandel

Team CAP / Wilhelm van der Sanden

Der CAP-Frischemarkt bietet Ihnen die Möglichkeit, an der anerkannten Berufsausbildung zum/zur Verkäufer*in teilzunehmen. Diese setzt sich aus kleinschrittigen Teil-Qualifizierungen zusammen, welche themengebunden in enger Begleitung erlernt werden. Jede erlernte Teilqualifizierung wird durch eine IHK-Kompetenzfeststellung geprüft und es wird ein anerkanntes IHK-Zertifikat ausgehändigt. Sobald Sie alle Prüfungen der Teil-Qualifizierungen erfolgreich absolviert haben, sind die vorgeschriebenen Inhalte der Ausbildung abgedeckt und Sie halten eine abgeschlossene Berufsausbildung in den Händen. CAP-Frischemarkt - Schritt für zu Ihrer erfolgreichen Ausbildung.

Teilqualifizierung 1: Kassiertätigkeit und Warensortiment

Der Baustein 1 vermittelt Kenntnisse und Fertigkeiten rund um die Serviceleistungen im Kassensbereich sowie den Verkauf von Waren und Dienstleistungen.

Teilqualifizierung 2: Service und Kundeninformation

Der Baustein 2 vermittelt Wissen und Fertigkeiten zu Waren und Produktkenntnissen sowie Grundlagenwissen rund um die Kommunikation mit Kunden.

Teilqualifizierung 3: Warenbewegung und Preiskalkulation

Der Baustein 3 vermittelt Kenntnisse und Fertigkeiten von der Warenannahme über die Lagerung von Waren bis hin zur Warenbestandskontrolle.

Teilqualifizierung 4: Beratung und Verkauf

Der Baustein 4 vermittelt Kenntnisse und Fertigkeiten zu den Themenbereichen Beratung von Kunden und Anwenden von Kommunikationstechniken. Das können z. B. Verkaufsgespräche oder Situationen im Beschwerdemanagement sein.

Teilqualifizierung 5: Warenpräsentation und Verkaufsförderung

Der Baustein 5 vermittelt Kenntnisse und Fertigkeiten zur verkaufsfördernden Warenpräsentation. Das beinhaltet die Vorbereitung, Organisation und Durchführung von verkaufsfördernden Maßnahmen.

Fachkraft für Metalltechnik

Team Metall

Die Teilqualifizierungen sind Einheiten innerhalb der Gesamtstruktur des anerkannten Ausbildungsberufes Fachkraft für Metalltechnik. Bei uns können Sie an diesen Bausteinen teilnehmen. Nach Abschluss jedes Bausteins haben Sie die Möglichkeit, eine IHK-Kompetenzfeststellung zu absolvieren und ein anerkanntes IHK-Zertifikat zu erwerben. Nach Abschluss aller vier Blöcke der Teilqualifizierungen sind die vorgeschriebenen Inhalte des Ausbildungsberufes Fachkraft für Metalltechnik abgedeckt. Damit sind Sie berechtigt, an der Abschlussprüfung zur Fachkraft für Metalltechnik bei der IHK teilzunehmen und das Abschlusszeugnis zur Fachkraft für Metalltechnik zu erwerben. Stück für Stück hin zu einer erfolgreichen Ausbildung bei uns in der Metallabteilung. Während der Teilnahme ist der Einsatz in der Metallabteilung notwendig, um fachpraktische Inhalte zu erlernen.

Teilqualifizierung 1:

Einfache Bauteile manuell und maschinell herstellen und Fügen

Der Baustein 1 vermittelt das Herstellen von Bauelementen mit Handwerkzeugen und Maschinen. Sie lernen das Planen und Vorbereiten von Arbeitsabläufen sowie das Steuern des Materialflusses und das Durchführen von qualitätssichernden Maßnahmen. Sie haben die Möglichkeit, nach Abschluss des Bausteins eine IHK-Kompetenzfeststellung zu absolvieren und ein anerkanntes IHK-Zertifikat zu erwerben.

Teilqualifizierung 2:

Bauteile und Baugruppen sowie technische Systeme industriell herstellen

Der Baustein 2 vermittelt das Herstellen von Bauteilen und Baugruppen mit steuerungstechnischer Funktion. Sie lernen das Warten von Betriebsmitteln und Anlagen sowie die Montage und Demontage von Bauteilen und Baugruppen. Sie haben die Möglichkeit, nach Abschluss des Bausteins eine IHK-Kompetenzfeststellung zu absolvieren und ein anerkanntes IHK-Zertifikat zu erwerben.

Teilqualifizierung 3:

Fachstufe I; Fachrichtung Zerspanungstechnik, Bauelemente durch spanende Fertigungsverfahren herstellen

Der Baustein 3 vermittelt die Planung und Herstellung von Bauteilen in der Einzelfertigung unter Berücksichtigung der Fertigungsverfahren. Sie lernen die Durchführung von Zerspanungsarbeiten sowie die Bedienung von Steuerungs- und Regelungstechnik. Sie haben die Möglichkeit, nach Abschluss des Bausteins eine IHK-Kompetenzfeststellung zu absolvieren und ein anerkanntes IHK-Zertifikat zu erwerben.

Teilqualifizierung 4:

Fachstufe II; Fachrichtung Zerspanungstechnik, Wartung, Steuerungstechnik, Programmierung

Der Baustein 4 vermittelt die Planung, Programmierung und Herstellung von Bauteilen in der Serienfertigung. Sie lernen die Erfassung und Dokumentation von Fertigungs- und Prüfdaten sowie die Optimierung der verschiedenen Arbeiten. Sie haben die Möglichkeit, nach Abschluss des Bausteins eine IHK-Kompetenzfeststellung zu absolvieren und ein anerkanntes IHK-Zertifikat zu erwerben.



Berufswegeplanung oder: Der Weg zum Allgemeinen Arbeitsmarkt

Hospitation/externe Praktika

Sie haben die Möglichkeit, in einem geschützten Rahmen in Betriebe des Allgemeinen Arbeitsmarktes hineinzuschnuppern. Dabei begleiten und unterstützen wir Sie. Hier können Sie sich ausprobieren und Erfahrungen sammeln.

BiAp (Betriebsintegrierte Arbeitsplätze)

Ein Betriebsintegrierter Arbeitsplatz bietet Ihnen die Möglichkeit, Ihre Fähigkeiten und Kompetenzen unter den Rahmenbedingungen und Anforderungen eines Betriebes des Allgemeinen Arbeitsmarktes über einen längerfristigen Zeitraum in der Praxis anzuwenden und zu erproben.

Vermittlung

Wir unterstützen und fördern aktiv den Übergang von proviel-Mitarbeiter*innen in ein Unternehmen. Wenn Sie Ihren Festvertrag unterschrieben haben, bleiben wir als Ansprechpartner*in an Ihrer Seite. Regelmäßige Besuche sowie telefonische Erreichbarkeit geben Ihnen weiter Sicherheit.

Werde Experte im PIKSL Labor – Ein erster Einblick in den Aufgabenbereich

PIKSL Labor

Du bist bereits affin und sicher im digitalen Bereich und kannst Dir vorstellen, das Projekt aktiv mitzugestalten? Dieser Workshop vermittelt dir einen ersten Einblick in den Aufgabenbereich unserer Experten vor Ort.

Inklusion Inklusive

Heike Binner

Ein Angebot direkt in Ihrer Abteilung
Wie kann Inklusion konkret im Arbeitsalltag aussehen? Mit „Inklusion Inklusive“ kommt das Thema direkt zu Ihnen in die Abteilung. In enger Kooperation mit den Fachkräften Ihrer Abteilung informieren wir praxisnah über Inklusion und die Möglichkeiten unserer Außenarbeitsangebote. Gemeinsam mit einer Fachkraft besuchen Sie einen oder mehrere Gruppenarbeitsplätze und erhalten so einen direkten, realistischen Eindruck. Außerdem gibt es einen Aktionstag, der von den Fachkräften begleitet wird und Raum für praktische Erfahrungen, Austausch und Fragen bietet.
Im Anschluss finden Gespräche mit der Mitarbeiterentwicklung der Inklusion statt - sowohl in der Gruppe als auch im Einzelkontakt. Bei weiterem Interesse unterstützen wir Sie dabei, den konkreten Weg einer möglichen Außenorientierung gemeinsam zu planen.
Neugierig geworden?
Wir freuen uns auf den Austausch direkt vor Ort in Ihrer Abteilung.

Basiskurs Persönliche Perspektive

Berufsorientierung & Coaching

Heike Binner

Im Basiskurs setzen wir uns mit internen und externen beruflichen Entwicklungsmöglichkeiten auseinander, die Ihnen die Werkstatt bietet. Wir beschäftigen uns mit den Anforderungen des Allgemeinen Arbeitsmarktes und beginnen, auf Grundlage Ihrer Fähigkeiten und Interessen eine berufliche Perspektive zu entwickeln.

Aktionstag im CAP-Markt

Der CAP-Frischemarkt ist DER Nahversorger am Eckbusch. Gemeinsam verbinden wir die Vorteile einer Werkstatt mit den Ansprüchen des Allgemeinen Arbeitsmarktes und ermöglichen Ihnen realistische berufliche Teilhabe.
Am Aktionstag selbst bieten wir Ihnen einen kleinen Einblick in die vielfältigen Tätigkeiten des Einzelhandels. Zusammen tasten wir uns an die ersten wichtigen Aspekte der einzelnen Aufgaben heran. Indem wir Häppchen an die Kund*innen verteilen, kommen wir mühelos in den Kundenkontakt. Uns, dem CAP-Markt-Team, ist es besonders wichtig, dass wir Ihre offenen Fragen gemeinsam klären können und Sie neugierig machen, den CAP-Markt während einer Hospitation oder eines Praktikums weiter kennenzulernen.



Inklusive Berufswegeplanung mit der TalWerkStadt

Gemeinsam berufliche Perspektiven gestalten

Die Talwerkstatt ist ein Ort, an dem Inklusion gelebt und individuelle Entwicklung gefördert wird. Hier entstehen neue berufliche Perspektiven, die auf die Fähigkeiten, Wünsche und Lebenslagen der teilnehmenden abgestimmt sind. Mit einem vielfältigen Angebot an Kursen, Projekten und Weiterbildungsformaten schaffen wir Raum für Wachstum, Selbstbestimmung und Teilhabe.

Unsere Angebote sind praxisnah, abwechslungsreich und inklusiv gestaltet. Sie richten sich an alle Mitarbeitenden, die Lust haben, Neues zu lernen, sich auszuprobieren und beruflich weiterzukommen. Wir entwickeln neue Berufsziele mit unterschiedlichsten Perspektiven, ob im Wasser, in der digitalen Welt, der Interaktion und Kommunikation, der Arbeit mit Menschen sei es in der Pflege oder als Kunden im Handel und vielem mehr.

Damit jede*r sich informieren kann, stellen wir unsere Angebote regelmäßig in den Abteilungen vor. Wer darüber hinaus Interesse an einer individuellen Weiterentwicklung hat, kann jederzeit Kontakt zur Mitarbeiterentwicklung aufnehmen. In einem persönlichen Beratungsgespräch werden gemeinsam Ziele entwickelt, neue Möglichkeiten entdeckt und konkrete Schritte geplant.

In dieser Kursübersicht finden Sie alle aktuellen Qualifizierungs- und Bildungsangebote der TalWerkStadt. Diese Liste wird fortlaufend aktualisiert und ergänzt. Wir laden Sie herzlich ein reinzuschauen, mitzumachen und Ihren eigenen Weg aktiv mitzugestalten. Viel Freude beim Entdecken wünscht Ihnen das Team der TalWerkStadt!

Berufswegeplanung oder: Der Weg zum Allgemeinen Arbeitsmarkt

Alle Mitarbeiter*innen, die Interesse an einer beruflichen Weiterentwicklung haben, können Kontakt zur internen Mitarbeiterentwicklung oder zum Integrationsbeauftragten aufnehmen und ein individuelles Beratungsgespräch führen. Um sich über berufliche Entwicklungsmöglichkeiten zu informieren, können Sie am Basiskurs teilnehmen. Haben Sie Interesse an einem externen Praktikum, bieten wir Ihnen nach dem Basiskurs zur Vorbereitung eines solchen Praktikums den Orientierungskurs an.

Basiskurs:

Im Basiskurs setzen wir uns mit internen und externen beruflichen Entwicklungsmöglichkeiten auseinander, die Ihnen die Werkstatt bietet. Einen besonderen Schwerpunkt stellt das Thema „Allgemeiner Arbeitsmarkt“ dar. Hierzu beschäftigen wir uns mit den Anforderungen des Allgemeinen Arbeitsmarktes und beginnen, auf Grundlage Ihrer Fähigkeiten und Interessen eine realistische berufliche Perspektive zu entwickeln. Am Ende des Basiskurses wird eine Empfehlung für weitere Maßnahmen abgegeben.

Orientierungskurs:

Wenn Sie ein externes Praktikum absolvieren möchten und die Voraussetzungen hierfür vorliegen, können Sie am aufbauenden Orientierungskurs teilnehmen. Hier gehen wir in die konkrete Planung eines externen Praktikums. Gemeinsam finden wir Perspektiven, entwickeln Möglichkeiten und arbeiten intensiv an Ihrer beruflichen Zukunft. Anschließend stimmen wir uns in individuellen Beratungsgesprächen über den weiteren Verlauf Ihrer Außenorientierung ab. Hier erfolgt eine Übergabe an die Job Coaches, die Sie von nun an auf Ihrem externen Weg individuell begleiten.

BME – Berufliche Möglichkeiten entdecken

Speziell für die Berufsbildung bieten wir ein Kennenlernen und Ausprobieren der externen Berufswegemöglichkeiten bei proviel an.

Hospitation/externe Praktika:

Sie haben die Möglichkeit, in einem geschützten Rahmen in Betriebe des Allgemeinen Arbeitsmarktes hinein zu schnuppern. Dabei begleiten und unterstützen wir Sie. Hier gilt es auszuprobieren und Erfahrungen zu sammeln.

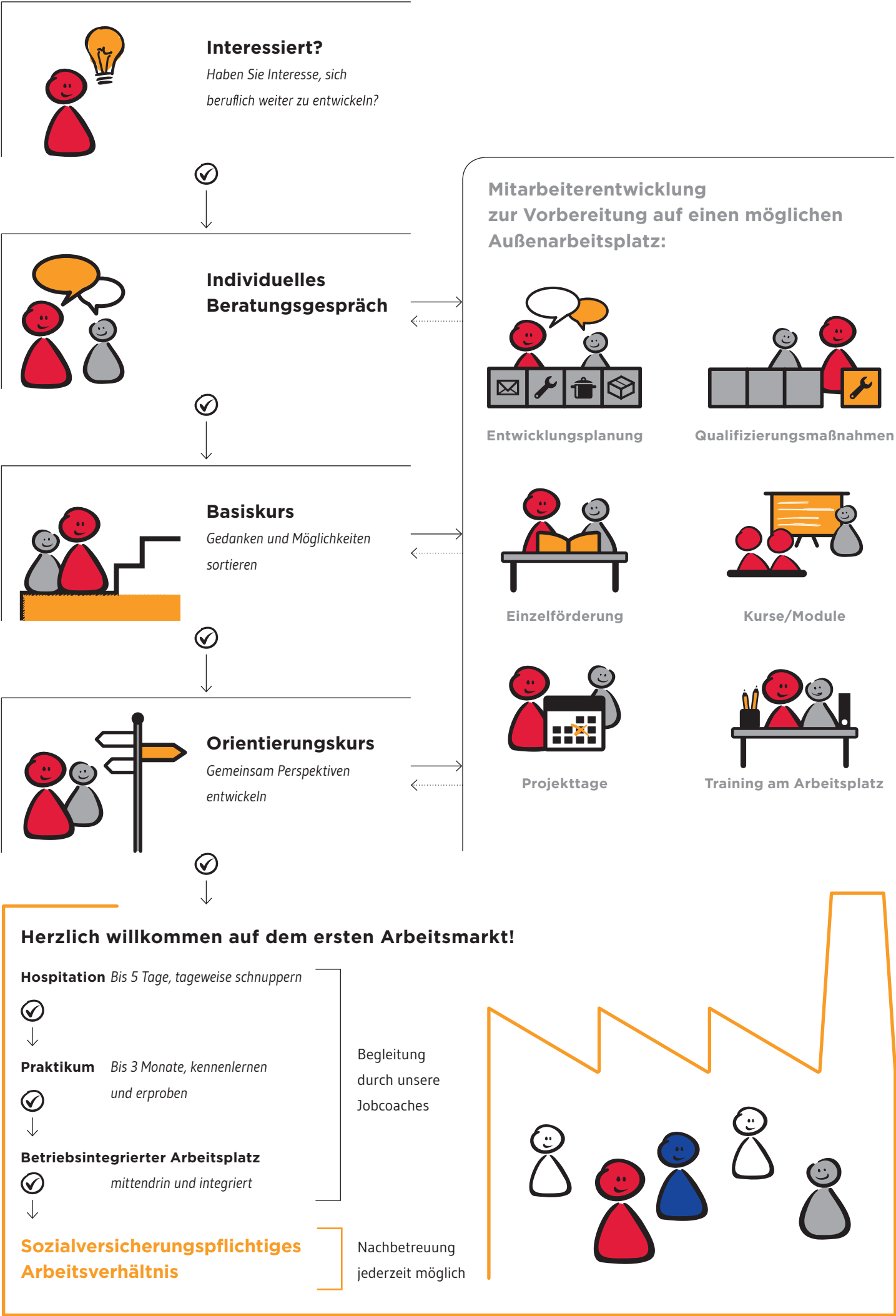
BiAp (Betriebsintegrierte Arbeitsplätze):

Ein betriebsintegrierter Arbeitsplatz bietet Ihnen die Möglichkeit, Ihre Fähigkeiten und Kompetenzen unter den Rahmenbedingungen und Anforderungen eines Betriebes des Allgemeinen Arbeitsmarktes über einen längerfristigen Zeitraum in der Praxis anzuwenden und zu erproben.

Vermittlung:

Wir unterstützen und fördern aktiv den Übergang von proviel-Mitarbeiter*innen in ein Unternehmen. Wenn Sie Ihren Festvertrag unterschrieben haben, bleiben wir als Ansprechpartner*in an Ihrer Seite. Regelmäßige Besuche sowie telefonische Erreichbarkeit geben Ihnen weiter Sicherheit.

Sollten nach einem der Kurse noch nicht alle Voraussetzungen für ein externes Praktikum vorliegen, vereinbaren wir gemeinsam geeignete Maßnahmen, damit Sie sich passgenau auf ein externes Praktikum vorbereiten können.





proviel.de

Ihr Bildungspartner!

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