

# Haben wir Ihr Interesse geweckt?

Sie haben Fragen vorab? Gerne können Sie sich jederzeit an uns wenden.

## Unser Standort:

**Projekt INGE** in Bamberg  
Pöldorferstraße 146, 96050 Bamberg  
Tel: 09 51 / 99 39 80 60  
E-Mail: [ingebamberg@ggsd.de](mailto:ingebamberg@ggsd.de)  
[www.instagram.com/projektinge\\_ggsd/](http://www.instagram.com/projektinge_ggsd/)

## Projektleitung:

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

**MEHR UNTER:  
[WWW.GGSD.DE/BAMBERG](http://WWW.GGSD.DE/BAMBERG)**

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

AZAV (Anerkennungs- und Zulassungsordnung Arbeitsverwaltung)

**Dieses Projekt wird gefördert und unterstützt durch:**

**Jobcenter Bamberg Stadt und Land**



© GGSD 06/2024

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

## INGE 1:1

**Individualität - Nachhaltigkeit -  
Gesundheitsfürsorge - Erwerbsfähigkeitssteigerung**



Gemeinnützige  
Gesellschaft für  
soziale Dienste

# Zum Projekt

## Auf Augenhöhe

Sie möchten Ihr Leben zum Positiven verändern? Lassen Sie sich bei Ihrer beruflichen und privaten Perspektivenbildung begleiten. Bei INGE 1:1 kommen Sie eins zu eins mit Menschen ins Gespräch, die zuhören können. Unser Team besteht aus wertschätzenden und humorvollen Experten aus den Bereichen Pädagogik, Psychologie und Ergotherapie. Mit uns an Ihrer Seite finden Sie einen gesunden und sinnvollen Weg und lernen diesen selbstbewusst zu gehen. In den vergangenen Jahren haben wir umfangreiche Erfahrungen in der Beratung gesammelt und stehen Ihnen gezielt zur Seite, um Sie genau da zu unterstützen, wo Sie es brauchen und sich wünschen.

## Sie passen zu uns, wenn Sie...

- Bürgergeld beziehen.
- sich professionelle Begleitung auf dem Weg in ein gesundes Arbeitsleben wünschen.
- sich durch verschiedene Umstände dem Arbeitsmarkt derzeit noch nicht gewachsen fühlen.
- durch Berufscoaching eigene Stärken und Ressourcen kennenlernen wollen.
- unterschiedliche Belastungen oder auch Erkrankungen haben.
- ihr Wohlbefinden und ihre Gesundheit langfristig positiv beeinflussen möchten.
- neue Perspektiven entwickeln wollen.
- Begleitung bei der Vernetzung mit Fachärzt/innen, Beratungsstellen oder Psychotherapeut/innen wünschen.
- Unterstützung bei der Bearbeitung bürokratischer Abläufe und Anträge (z.B. GdB, Wohnungssuche etc.) möchten.

## Praktische Hinweise

- Sie erhalten angepasste Einzelcoachings durch ein professionelles Beratungsteam.
- Wöchentlich und/oder bei Bedarf.
- Am Berliner Ring in Bamberg, aufsuchend oder digital.
- Begleitung zu externen Terminen bei Bedarf.
- Erreichbar mit Auto oder Bus & Bahn - Fahrtkosten können erstattet werden.

# Informationen im Detail

## Damit helfen wir Ihnen

- Auf Ihre Bedürfnisse abgestimmte Einzelgespräche (z.B. Perspektivenbildung, Arbeit & Bewerbung, persönliche Krisen, Gesundheit, bürokratische Prozesse...).
- Engmaschige Begleitung bei der Entwicklung einer gesundheitsförderlichen Perspektive.
- Gemeinsame Suche nach passenden Praktika und/oder Stellen, die zu Ihnen, Ihren Stärken und Einschränkungen passen.
- Unterstützung bei der Anbindung an Ärzt/innen oder Psychotherapeut/innen.

## Das bekommen Sie

- Sie entdecken und entwickeln Ihre Stärken.
- Sie steigern Ihr Wohlbefinden.
- Sie knüpfen Kontakte zu potenziellen Arbeitgebern.
- Sie lernen Strategien zur Krankheitsbewältigung.
- Sie entwickeln eine nachhaltige berufliche und gesundheitliche Perspektive.
- Sie erreichen Ihre Ziele.

