

## METHODEN

Bei uns lernst Du so, wie es zu Dir passt - praxisnah, abwechslungsreich und mitten im Leben.

### DU KANNST:

- **In der Gruppe lernen** - gemeinsam mit anderen Neues entdecken und voneinander profitieren
- **Alleine lernen** - in deinem Tempo und nach deinen Interessen
- **Betriebe besuchen** - Einblicke in den Arbeitsalltag und neue Perspektiven gewinnen
- **Im Garten lernen** - draußen aktiv sein, Neues ausprobieren und ins Gespräch kommen
- **Beim Einkaufen lernen** - Lesen, Rechnen und Planen im echten Alltag

## KOMM EINFACH VORBEI!

### MitEinAnder

Lessingstraße 24  
26180 Rastede

**Die Teilnahme ist kostenlos und freiwillig!**

## UNSER TEAM

Rufe uns gerne an:

**04488 56-5165**

oder schreib eine Mail an:

**f.ritterhoff@kvhs-ammerland.de**



**Barbara Arndt**

Sozialpädagogische Fachkraft



**Frank Ritterhoff**

Projektleitung

Nähere Informationen  
zum Projekt findest Du  
hier!



Grundbildung ist Teilhabe  
im Dichterviertel



Kofinanziert von der  
Europäischen Union



**Niedersachsen**

November 2025

Grundbildung ist Teilhabe  
im Dichterviertel

DU MÖCHTEST DEINE KENNTNISSE  
AUFFRISCHEN, NEUES LERNEN ODER EINFACH  
WIEDER MEHR SICHERHEIT IM ALLTAG  
GEWINNEN?

Dann bist Du bei uns genau richtig!

Im Projekt „Grundbildung ist Teilhabe im Dichterviertel“ kannst Du Deine Fähigkeiten in vielen Lebensbereichen erweitern - ganz ohne Druck und mit viel Freude am gemeinsamen Lernen.

Hier zählt nicht, was Du schon kannst, sondern dass Du neugierig bist und Lust hast, dazuzulernen.

Gemeinsam in einer netten Lernrunde lernst Du, was Dir im Leben weiterhilft - ganz praktisch und persönlich.



## ZIELGRUPPE

Unser Angebot richtet sich an Frauen aller Altersgruppen und Nationalitäten, die ihre Grundkenntnisse erweitern, sich weiterentwickeln oder einfach wieder Freude am Lernen entdecken möchten. Egal, ob Du beruflich wieder einsteigen willst, Deinen Alltag besser meistern möchtest oder einfach neugierig bist - Du bist herzlich willkommen!

## WAS DU BEI UNS IM MITEINANDER LERNEN KANNST:

Wir unterstützen Dich dabei Deine Kenntnisse in vielen Lebensbereichen zu stärken:

- **Allgemeinwissen** - Zusammenhänge verstehen und sicher mitreden
- **Digitale Kompetenzen** - Smartphone, Tablet und Internet souverän nutzen
- **Gesundheit und Ernährung** - Dich stärken, wohlfühlen und achtsam leben
- **Soziale Kompetenzen** - Dich ausdrücken, zuhören und mit anderen in den Kontakt kommen
- **Arbeit und Familie** - den Überblick behalten, planen und selbstbewusst handeln
- **Recht und Politik** - wissen, was wichtig ist, und Deine Rechte kennen
- **Selbstvertrauen und Motivation** - Neues wagen, Ziele setzen und an dich glauben



UNSERE LERNAGEBOTE SIND ALLTAGSNAH,  
PRAKTISCH UND SO GESTALTET, DASS DU SIE  
GUT IN DEIN LEBEN EINBAUEN KANNST.

## GEMEINSAM STATT ALLEIN

Bei uns lernst Du in einer freundlichen, offenen Gruppe mit Menschen, die ähnliche Ziele haben wie Du.

Wir schaffen Raum für Austausch, gegenseitige Unterstützung und neue Perspektiven.

Du lernst in angenehmer Atmosphäre - in Deinem eigenen Lerntempo - ohne Druck, aber mit ganz viel Unterstützung.