

با حمایت Aktion Mensch و با همکاری Coach e.V. و مشاوره در سطح شهر برای معلولان مهاجر از Diakonie Michaelshoven e.V.، یک پروژه توانمندسازی برای زنان و مادران جوان ایجاد شده است. Shine!

با Shine! ما زنان جوانی را در منطقه کلن بین 17 تا 27 سال با سابقه فرار یا مهاجرت و/یا نقصی که نژادپرستی و تبعیض را تجربه کرده‌اند، مورد خطاب قرار می‌دهیم. تمرکز پروژه ما حمایت از زنان در مواجهه با این تجربیات، تقویت رشد شخصیتی آنها، حمایت از آنها در دستیابی به راهبردهای محافظت از خود و توانمندسازی آنها در تعیین سرنوشت خود است. ما می‌خواهیم شرکت کنندگان خود را تشویق کنیم تا خودشان فعال شوند. ما می‌خواهیم مشارکت اجتماعی آنها را ارتقا دهیم و به زنان این فرصت را بدهیم تا از طریق این پروژه مسیرها و چشم اندازهای جدیدی را برای آینده ترسیم کنند. با تمرکز فزاینده ما بر تقویت اعتماد به نفس زنان و توسعه شخصی آنها، ما در حال پی ریزی پایه های جدیدی برای توسعه، استقلال و تعیین سرنوشت خود هستیم.

در کافه‌ها و کارگاه‌های هفتگی زنان، فضایی باز ایجاد می‌کنیم که در آن زنان جوان می‌توانند به تبادل نظر و شبکه‌سازی بپردازند. اینجا فضای کافی برای صحبت کردن، داستان گفتن و دوست یابی وجود دارد. علاوه بر این، بحث های فردی نیز می‌تواند برگزار شود، نیازها روشن شود و راه حل هایی پیدا شود. فضایی آرام و در عین حال شخصی فضای لازم را برای این کار ایجاد می‌کند. علاوه بر این، می‌توان از طریق تبادل هفتگی ایده های جدیدی را توسعه داد، علاوه بر طراحی برنامه های خود برای آینده، باید به زنان بیش از هر چیز این فرصت داده شود تا خودشان فعال شوند و فعالیت های مشترک را برنامه ریزی و انجام دهند. در اینجا می‌توان منابع، علایق و توانایی های مختلف زنان را شناخت، در نظر گرفت و تقویت کرد. از بعدازظهرهای آشنایی با دستور العمل های مورد علاقه گرفته تا مدیتیشن و یوگا، بعد از ظهر تعویض لباس تا مبارزات سیاسی و بسیاری موارد دیگر، فعالیت ها و امکانات مختلفی وجود دارد.

در سایر کارگاه های کوچک، و خود طراحی شده، می‌توان به موضوعات توانمندسازی خاص پرداخت: کاهش استرس و ورزش سالم از طریق یوگا و مدیتیشن، دفاع شخصی یا آموزش هنر. در اینجا باید به آرامش در زندگی روزمره دست یافت و به ترس ها، مشکلات یا آسیب های فردی پرداخت.

این موضوعات توانمندسازی نیز در یک سفر شخصیتی سه روزه به طور عمیق پرداخته می‌شود. از طریق سفر به یک مکان خنثی به دور از محیط های روزمره، ما به زنان این فرصت را می‌دهیم که به طور کامل بر روی خود، رفاه و اهداف خود تمرکز کنند. گزینه های طراحی باز فضایی را برای آموزش شادی، طراحی یک برنامه زندگی و انعکاس و تثبیت آموخته ها، محتوا و دوستی ها ارائه می‌دهند. خانم ها باید با قدرت و اعتماد به نفس زیادی از سفر برگردند.

پروژه ما با رویدادی در نوامبر امسال به پایان می‌رسد که در آن به طور مشترک موفقیت های خود را ارائه خواهیم کرد. برای مثال، در اینجا می‌توان دستور العمل های تازه آموخته شده را نشان داد یا محصولات را که با هم ساخته شده اند ارائه کرد.

ما در مورد Shine! بسیار خوشحالیم! ایجاد فرصت هایی برای توانمندسازی زنان و تقویت اعتماد به نفس آنها و در نتیجه ایجاد دیدگاه ها و دیدگاه های جدید. ما می‌خواهیم از Aktion Mensch تشکر کنیم!

آیا شما علاقه مند هستید و می‌خواهید شرکت کنید؟ یا کارگاهی را ارائه دهید؟ سپس در صورت تمایل با ما تماس بگیرید! ما مشتاقانه منتظر دیدار شما و شما هستیم!