



Migrant women's life improvement through body oriented approach



Willkommen zum ersten Newsletter des EU-Projektes Mind4body, einer zweijährigen Partnerschaft in der Erwachsenenbildung mit Organisationen aus Deutschland, den Niederlanden, Italien und der Türkei. Das Projekt will zum Wohlbefinden und Selbstvertrauen von Frauen mit Migrationsgeschichte beitragen und damit auch ihre beruflichen Perspektiven verbessern. Für diese Zielgruppen wird von den Partner ein innovatives Trainingsprogramm entwickelt und angeboten, welches Körper und Verstand miteinander verbindet.

Das Konsortium

Im November 2015 startete das Projekt in Rotterdam mit einem ersten Treffen aller beteiligten Organisationen. Jede Partnereinrichtung wurde von zwei ExpertInnen repräsentiert: Pädagoginnen, Trainerinnen, Führungskräfte, die gemeinsam ihre Angebote für Frauen mit Migrationsgeschichte qualifizierten wollen. Sie alle sind überzeugt und begeistert vom körperorientierten Ansatz. Die Diversität unter den Partnern (Bildungsträger, öffentliche Verwaltung, Migrantenselbsthilfeorganisationen) macht die Kooperation äußerst lebendig und inspirierend.

Der körperorientierte Ansatz

Mind4body ist ein subjektorientierter pädagogischer Ansatz und zugleich eine Lebensweise: • Verbindung von Körper und Intellekt • Achtsamkeit für Körper und Gefühl • Aktivieren von körperliche Energie und Stärke • Balance zwischen An- und Entspannung • Lernen mit Hilfe von körperbezogenen Erfahrungen • Sein, die du wirklich bist.

„Wenn wir annehmen, dass Menschen nicht nur einen Körper haben, sondern dass dieser Körper Teil des menschlichen Daseins ist, wird die Bedeutung von körperbezogener Arbeit und dem Körper als Feld von Lernen und Erkenntnis offensichtlich.“ (Oda Roznowski)

Train-the-Trainer

Die Trainerinnen der beteiligten Einrichtungen müssen sich zunächst selbst mit dem körperbezogenem Ansatz vertraut machen, bevor sie ihn in die Praxis vor Ort übertragen. Dafür nehmen die 16 Trainerinnen (viele von ihnen selbst mit einer Migrationsgeschichte) an einer Ausbildung teil, welches durch zwei versierter Erwachsenenbildnerinnen (Mitglieder des Projektkoordinator EUBIKUS) geleitet wird. Die Ausbildung hat im April 2016 mit einem 7-tägigen Seminar begonnen, bei dem die Trainerinnen sich in die 7 Schritte des mind4body –Ansatzes eingearbeitet haben. Sie werden im Oktober erneut zusammenkommen, um ihre ersten Erfahrungen aus den lokalen Trainings zu reflektieren.



Kontakt zu unseren Partnern:



DE: Eubikus EEIG
(Coordinator)
www.eubikus.eu



IT: ARES
Campobasso
www.ares.cb.it



TR: Izmir Governorship
Department for foreign affairs
www.izmirab.gov.tr



DE: Interkulturelles
Forum Fulda e. V
www.ikf-fulda.de



NL: Stichting TOUR
Rotterdam
www.stichtingtour.nl