

Umsetzung: 01.12.2020 - 31.12.2021

Das Projekt beginnt mit einem Vorbereitungsworkshop und einem Interkulturellen Training für die Patinnen*.

Regelmäßig treffen sich die Teilnehmerinnen* in Kleingruppen mit ihren Patinnen* und besprechen aktuelle Themen und tauschen sich darüber aus.

An festgelegten Terminen kommen alle Frauen* von **Mit Rückenwind** mit der Projektleiterin* zusammen, um den bisherigen Verlauf zu reflektieren und weitere Schritte zu planen.

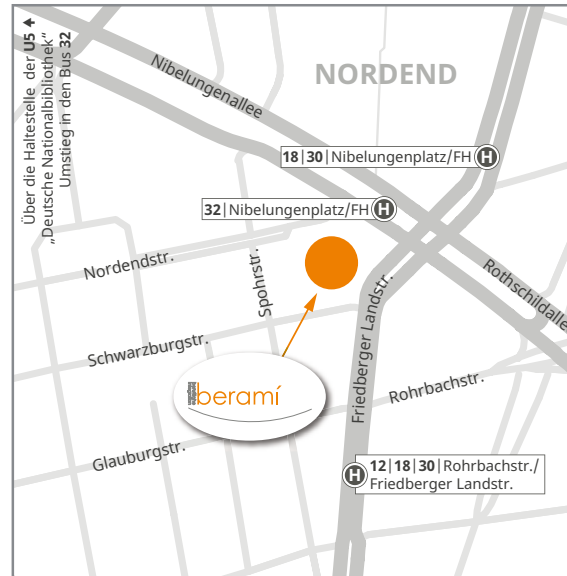
Ansprechpartnerin:

Inga Krüger
Projektleiterin
E-Mail: krueger@berami.de
Telefon 069 91 30 10 - 42

Adresse und Standort:

berami berufliche Integration e.V.
Nibelungenplatz 3 / City Gate
60318 Frankfurt/M.
kontakt@berami.de
www.berami.de

Wegbeschreibung:



Öffentliche Verkehrsmittel ab Konstablerwache:

Straßenbahn Linie 18, Station Nibelungenplatz/FH
Straßenbahn Linie 12, Station Rohrbachstraße
Buslinien 30 und 32, Station Nibelungenplatz/FH



Mit Rückenwind
Empowerment für gesellschaftliche
Teilhabe



Das Projekt wird gefördert durch das Hessische Ministerium für Soziales und Integration im Rahmen des WIR-Programms mit Kofinanzierung des Frauenreferates der Stadt Frankfurt.



- Sie suchen Kontakt zu Frauen* aus verschiedenen Kulturen?
- Sie möchten Ihr Netzwerk aufbauen und erweitern?
- Sie möchten Informationen bekommen zu Themen, die Sie interessieren?
- Sie möchten mehr am gesellschaftlichen Leben teilnehmen und aktiv mitgestalten?

Dann nehmen Sie an dem Projekt teil:

Mit Rückenwind hat das Ziel, Frauen* miteinander zu vernetzen, miteinander ins Gespräch zu bringen und darin zu unterstützen, am gesellschaftlichen Leben aktiv teilzunehmen.



Mit Rückenwind Empowerment für gesellschaftliche Teilhabe



In **Mit Rückenwind** treffen Sie auf gleichgesinnte Frauen*, mit denen Sie sich gemeinsam in kleinen Gruppen austauschen. Sie können selber Themen einbringen und Fragen stellen, Informationen zusammentragen und sich gegenseitig stärken.

Ehrenamtlich tätige Patinnen* begleiten Sie in Ihren Kleingruppen. Sie leben schon lange in Frankfurt und kommen zum Teil aus der Aufnahmegesellschaft. Zu Beginn des Projektes nehmen sie an einem Interkulturellen Training teil und begleiten und fördern so den gegenseitigen Austausch und helfen Ihnen dabei, sich zu vernetzen.

Ihre Patinnen* sind „Türöffnerinnen*“ für Ihre Anbindung im Stadtteil z. B. bei der Realisierung von Ideen, bei Recherchen und bei Fragen und Problemen, die sich im Alltag stellen. Sie haben wichtige Kenntnisse und Erfahrungen, die sie mit Ihnen teilen wollen.

In **Mit Rückenwind** profitieren Sie von einem vielfältigen Programm aus Trainings und Workshops, das Sie neben der Unterstützung durch Ihre Patinnen* bei der Entwicklung und Erprobung von Aktivitäten sowie der Reflexion ihrer Erfahrungen inspiriert.

- Interkulturelle Trainings
- Kommunikationstrainings
- Auftreten und Selbstpräsentation
- Zeit- und Ressourcenmanagement
- Stressbewältigung
- Umgang mit Konflikten
- Stadterkundungen (Kennenlernen von Behörden, öffentlichen Einrichtungen, Kulturellen Institutionen etc.)

