MUT
SEID MUTIG MACHT MIT

EINLADUNG

Wir laden herzlich ein zum

Reiki- Workshop

Referentin: Frau Shereen Fok Aladah

Datum: 2 Mal im Monat (insgesamt finden 6 Sitzungen im Zeitrahmen September-November statt)

Uhrzeit: 14 Uhr

Ort: Büro Mut-Projekt Erfurt, Leipziger Straße 2, 99085 Erfurt

Wir laden herzlich im Rahmen des Mut-Projektes Frauen* mit Migrations-/Fluchtgeschichte zum Reiki- Workshop ein!
Vor allem Frauen* mit Migrations-/Fluchtgeschichte brauchen aufgrund der verschiedenen Probleme und schlechten Erfahrungen richtige Hilfe. Die beste Hilfe bekommen sie aber von sich selbst. Im Reiki-Workshop erhalten sie das nötige Wissen, das ihren Geist und Körper stärker macht.

Themen der Sitzungen **im November:**

- **Bewusst- und Unbewusstsein (14.11.2017)**
- **Meditation – Vertiefung (28.11.2017)**

Die Referentin ist eine zertifizierte Reiki-Trainerin. Frau Fok Aladah bietet im Workshop unterschiedliche meditative Übungen an.

Sprachen: Arabisch/ Deutsch.
Für Kaffee/Snacks ist gesorgt.

Die Teilnehmerinnenzahl ist auf maximal 12 begrenzt! Wir bitten daher um eine verbindliche Anmeldung!

Über das Mut-Projekt:

Das MUT-Projekt organisiert bundesweit Veranstaltungen sowie Beratungs- und Empowermentprojekte, die Frauen* mit Migrationsgeschichte als „Mutmacherinnen und Brückenbauerinnen“ für geflüchtete Frauen* durchführen. Ziel ist es, Frauen* mit Flucht- und Migrationsgeschichte in die Lage zu versetzen, in ihrem neuen Umfeld ein selbstbestimmtes Leben führen zu können. Mehr noch arbeitet das Projekt darauf hin, dass diese Frauen* schließlich selbst zu „Mutmacherinnen und Brückenbauerinnen“ werden und Angebote für geflüchtete Frauen* entwickeln und durchführen.

ANMELDUNGEN WERDEN ERBETEN AN:

Korshnyakova, Victoria (Projektkoordinatorin)
Mayassah, Yara (Projektmitarbeiterin)
-
MUT-Projekt | Erfurt
DaMigra e.V.
-
Tel 0361-34199443
Mail Erfurt@damigra.de
Web http://www.damigra.de/mut-projekt

EIN PROJEKT VON:

DaMigra
Dachverband der Migrantinnenorganisationen

GEFÖRDERT DURCH:

Die Beauftragte der Bundesregierung für Migration, Flüchtlinge und Integration