

# Migrant women's life improvement through body oriented approach

Mehr Lebensqualität für Frauen mit Migrationsgeschichte  
durch einen körperbezogenen Bildungsansatz

Internationale Fachtagung  
International symposium  
20. Oktober 2017

Fulda

9:00 – 16:00



# Information



Datum: Freitag 20.10.2017, 9:00 – 16:00 Uhr  
Adresse: Office Factory Fulda, Am Rosengarten 20, 36037 Fulda  
[www.office-factory.net](http://www.office-factory.net)  
Teilnahmegebühr: 15,- € (inklusive Tagungsgetränke und Mittagsimbiss)  
Anmeldung: via [online Anmeldeformular](#)  
Kontakt: Interkulturelles Forum Fulda e.V. [www.ikf-fulda.de](http://www.ikf-fulda.de)  
Email: [kontakt@ikf-fulda.de](mailto:kontakt@ikf-fulda.de)

Die Tagung findet zweisprachig in deutscher und englischer Sprache statt.  
*The symposium takes place in German and English language.*

Interkulturelles Forum Fulda



In Kooperation mit Eubikus,  
Europäische Vereinigung für Bildung,  
Kultur und Soziales ewiv



Und Partnern aus  
Italien (ARES, Campobasso)  
der Türkei (Izmir Governorship)  
den Niederlanden (Stichting Tour, Rotterdam)



Kofinanziert durch das Programm Erasmus+ der Europäischen Union

Projektnummer: 2015-1-DE02-KA204-002354

„Diese Veröffentlichung wurde mit Unterstützung der Europäischen Kommission finanziert. Die Verantwortung für den Inhalt dieser Veröffentlichung tragen alleine die Verfasserinnen und Verfasser; die Kommission haftet nicht für die weitere Verwendung der darin enthaltenen Angaben.“

---

Migrant women's life improvement through body oriented approach

Internationale Fachtagung - International symposium - 20. oktober 2017 - Fulda

# Einladung



Herzliche Einladung zur Fachtagung des internationalen Projektes mind4body!

Mit dieser Fachtagung sprechen wir Multiplikatorinnen und Multiplikatoren aus den Bereichen Bildung, Gesundheit, Arbeitsmarktpolitik, Gleichstellung und Migration an, um sie für unser Seminarkonzept mind4body zu begeistern, ihnen den Nutzen von mind4body zu erläutern und zukünftige Zusammenarbeit anzuregen.

Mind4body ist ein körperorientiertes Seminarkonzept für Frauen mit unterschiedlichen kulturellen Hintergründen und Migrationserfahrungen. Durch die Verbindung und Ausgewogenheit von Bewusstsein (mind) und Körper (body) trägt mind4body zu einer besseren Lebensqualität und beruflichen Entwicklung der Frauen, sowie zu ihrem Wohlbefinden und Selbstvertrauen bei.

Mind4body ist das Ergebnis einer europäischen Partnerschaft in der Erwachsenenbildung zwischen fünf Organisationen aus Deutschland, Italien, der Türkei und den Niederlanden (2015-2017).

Während der Fachtagung erfahren Sie:

- was der körperorientierte Ansatz bedeutet und wieso er mehr Effekt hat als herkömmliche Bildungsansätze.
- inwiefern Rassismus nach wie vor in unserer Gesellschaft eine Rolle spielt, auch bei mind4body und anderen Bildungsansätzen für Menschen mit Migrationsgeschichten .
- wie das Seminarprogramm mind4body praktisch aussieht und welche Methoden darin angewendet werden.
- Welche Organisationen, Personen und Trainerinnen hinter mind4body stehen und was sie Ihnen zu bieten haben



---

Migrant women´s life improvement through body oriented approach

Internationale Fachtagung - International symposium - 20. oktober 2017 - Fulda

# Invitation



*Kind invitation for the symposium of the international project mind4body!*

*With this symposium we want to address multipliers from the area of education, health care, employment-politics, gender-equality and migration, to make you enthusiast about the mind4body-training, to explain the effect of mind4body and to stimulate future cooperation.*

*Mind4body is a body-oriented training for women with different cultural backgrounds and migration experience. By connecting and balancing mind and body the training contributes to the improvement of (migrant) women's lives, their career, well-being and self-esteem*

*The mind4body training results from a European partnership in adult education which lasted from 2015 until 2017 among five organisations from Germany, Italy, Turkey and The Netherlands.*

*During the symposium you get to know:*

- *what implies the body-oriented approach and why it is more efficient than conventional methods.*
- *in how far racism still plays a role in our society, how it also affects mind4body and other educational access for people with migration background.*
- *how the mind4body training looks like in practise and what kind of tools are used.*
- *who are the organisation, people and trainers who stand behind mind4body and what they may offer you.*



---

**Migrant women's life improvement through body oriented approach**

Internationale Fachtagung - International symposium - 20. oktober 2017 - Fulda

# Programm—Program



- Ab 9.00 Ankommen, Anmeldung, Anschauen (*arrive, enrol, look around*)
- 9.30 Begrüßung und Einführung (*welcome and introduction*)  
- Martina Möller-Öncü, Vorstand IKF  
- Katharina Roßbach, Frauen- und Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Fulda  
- Regina Rauw, Projektleiterin mind4body, Eubikus ewiv
- 10.00 Warming up: Einblicke in mind4body  
(*impressions of mind4body*)
- 10.15 mind4body:  
der körperorientierte Ansatz als Innovation in der Erwachsenenbildung  
(*the body-oriented approach as innovation in adult education*)  
Regina Rauw und Wilma Groeneveld, Ausbilderinnen im Projekt mind4body,  
Eubikus ewiv
- 11.15 Kaffeepause (*coffee-break*)
- 11.30 Spurensuche Rassismus: Über unser Einbindung in rassistische Praktiken  
(*tracking racism: about our embeddedness in racistic practice*)  
Tahera Ameer, Amadeu Antonio Stiftung,  
Initiativen für Zivilgesellschaft und demokratische Kulturen, Berlin
- 12.30 Nutzen und Resultate von mind4body für Frauen mit Migrationsgeschichten  
(*Benefit and results of mind4body for women with migration background*)  
Martina Möller-Öncü, Evaluatorin im Projekt mind4body, IKF e.V.
- 13.00 Pause mit Imbiss und *Vernetzung* (*lunch-break with snacks and networking*)
- 14.00 mind4body praktisch: 7 Schritte zur Lebendigkeit mit Körper und Bewusstsein  
(*mind4body in practice: 7 steps to improve your live with body and mind*)  
- Workshop in deutscher Sprache mit Trainerinnen des IKF Fulda e.V.  
(*workshop in German language with trainers from IKF Fulda*)  
- Workshop in englischer Sprache mit Trainerinnen von verschiedenen Partnerorganisationen  
(*workshop in English language with trainers from different partner organisations*)
- 15.15 Perspektiven und Möglichkeiten der Kooperation  
(*perspectives and possibilities to cooperate*)  
(mind4body-Seminare, Ausbildung zur Mind4body-Trainerin, Vernetzung)
- 15.40 Mind4body Projektabschluss mit Zertifizierung der qualifizierten Trainerinnen aus Deutschland, Italien, Türkei und den Niederlanden  
*Mind4body graduation of qualified trainers form Germany, Italy, Turkey and the Netherlands*
- Ca. 16.00 Abschluss der Veranstaltung (*ending*)

---

Migrant women´s life improvement through body oriented approach

Internationale Fachtagung - International symposium - 20. oktober 2017 - Fulda