

KULTUR, KREATIVITÄT, KUNST UND MUSIK

Stark im Körper, frei im Kopf - Selbstwert, Kreativität und Teilhabe für junge Frauen

Das Projekt richtet sich an junge Frauen im Alter von 16 bis 27 Jahren mit und ohne Beeinträchtigung sowie unterschiedlichen kulturellen Hintergründen. In einem geschützten Raum setzen sie sich mit Erfahrungen von Ausgrenzung, Diskriminierung und gesellschaftlichen Rollenbildern auseinander. Ziel ist es, Selbstwert, soziale und mediale Kompetenzen sowie gesellschaftliche Teilhabe zu stärken und ein respektvolles, vielfältiges Miteinander zu fördern. Dabei werden diskriminierende Strukturen erkannt, reflektiert und Handlungsstrategien für den Alltag entwickelt. Das von Aktion Mensch finanzierte Projekt findet in einem barrierefreien Bildungszentrum des IBs statt, in dem u. a. Sprachkurse angeboten werden und der Jugendmigrationsdienst als Beratungsstelle vertreten ist. Es ist eng mit lokalen Netzwerken und Akteur*innen verknüpft. Partizipative und erfahrungsorientierte Methoden wie kreative Gruppenarbeiten, Storytelling, Rollenspiele und medienbezogene Übungen schaffen niedrigschwellige Zugänge zu Themen wie Kommunikation, Vielfalt und Demokratieförderung. Die Teilnehmerinnen gestalten Inhalte aktiv mit, bringen ihre Erfahrungen ein und werden in ihrer Rolle als Expertinnen in eigener Sache gestärkt. Pädagogische Fachkräfte und Ehrenamtliche begleiten den Prozess und fördern Selbstwirksamkeit sowie den Transfer in den Alltag. Barrierefreiheit wird durch einfache Sprache, visuelle Unterstützung, klare Strukturen sowie eine wertschätzende, reizreduzierte Lernumgebung mit individueller Begleitung gewährleistet.

Weitere Informationen

Kosten

keine Kosten

Zugang

Offen (ohne Mitgliedschaft)

Barrierefrei

Ja

Termin/e

01.07.2026 - 30.06.2027 wöchentlich:

Freitag, 15:00 - 17:00 Uhr

Veranstaltungsort/e

Kaiser-Friedrich-Ring 88, 65185 Wiesbaden

Wer führt das Angebot durch?

IB Südwest gGmbH, Jugendmigrationsdienst

Kaiser-Friedrich-Ring 88

65185

Wiesbaden

Ansprechperson

Alina Khan

Jugendmigrationsdienst/IB

0611 4090811

alina.khan@ib.de

jmd-wiesbaden@ib.de

<http://www.ib.de/jmd-wiesbaden>

Rechtliche Hinweise

Das Impressum finden Sie im Anbieterprofil.