

Übersicht unserer Angebote



Gewaltprävention an Schulen



Trainings für gewaltbereite Mädchen



Kultur · Freizeit · Bildung



Gewaltprävention an Schulen

Mädchen und junge Frauen erleben in ihrem Alltag unterschiedliche Formen von Gewalt und Grenzverletzungen. Dazu zählen körperliche oder sexuelle Gewalt ebenso wie Ausgrenzungen, Beleidigungen oder rassistische Beschimpfungen. Wir wollen Mädchen zeigen, wie sie ihre eigenen Grenzen kennen lernen und schützen können.

Mit unseren Schulprojekten setzen wir im Bereich der Primärprävention an, um Gewalt vorbeugend entgegenzuwirken. Dabei haben wir zwei unterschiedliche Blickwinkel. Denn Mädchen werden Opfer von Gewalttaten, zeigen sich jedoch auch zunehmend selbst gewaltbereit.

Für Mädchen, die von Gewalterfahrungen betroffen sind, ermöglichen unsere Schulprojekte eine behutsame Annäherung an weiterführende Hilfsangebote und vermindern die häufig vorhandene Hemmschwelle gegenüber Hilfseinrichtungen.

Eine intensive Zusammenarbeit mit den Mädchenbeauftragten, den Lehrkräften, der Schulsozialarbeit und KooperationspartnerInnen an der Schule ist uns wichtig, um die gewaltpräventive Arbeit möglichst nachhaltig im Rahmen des Schulalltags zu verankern.

Rahmenbedingungen

- **Zielgruppe:** Mädchen und junge Frauen von 12 bis 25 Jahren
- **Teilnehmerinnenzahl:** mindestens 5, maximal 15 Teilnehmerinnen
- **Auftraggeber:** Schulsozialarbeit, LehrerInnen aller Schultypen
- **Durchführung:** Die Projekte werden jeweils von zwei Sozialpädagoginnen durchgeführt.
- **Vor-/Nachgespräche:** Vor und nach den Schulprojekten finden Gespräche mit den jeweiligen Kooperationspartnerinnen und Fachkräften an der Schule statt
- **Jungenarbeit:** Wenn möglich arbeiten wir parallel zu unseren Projekten mit Kooperationspartnern aus der Jungenarbeit.
- **Auswählen und Kombinieren:** Die Projekte können aus kombinierbaren Bausteinen ausgewählt und zusammengestellt werden.

Zora

Rufen sie uns an oder mailen sie uns:

Telefon: 089 / 238891-40 / 43

zora-gruppen@imma.de



Die Einzelbausteine

First Step: Was ist Gewalt?

First Step bietet die Möglichkeit für eine erste Auseinandersetzung mit dem Thema Gewalt und dient als Grundlage für alle folgenden Projekte.

Unsere Inhalte und Ziele sind:

- Einführung in mögliche Formen und Folgen von Gewalt
- bewusste Auseinandersetzung mit Gewaltverhältnissen und Gewalterfahrungen
- Wahrnehmen und Artikulieren eigener Grenzen
- Entwicklung möglicher gewaltfreier Lösungswege
- Kennen lernen professioneller sowie persönlicher Hilfsmöglichkeiten und Ressourcen

Die angewandten Methoden bestehen aus: Rollenspielen, spielerischen Methoden, Diskussion, Körperübungen

Zeitraumen: ein Schulvormittag Ort: Schule oder Trainingsraum bei Zora in der Jahnstraße. 38

Kosten: 4,00 Euro pro angemeldete Teilnehmerin

Das Theaterprojekt: Spielend die eigene Stärke erleben

Aufbauend auf **First Step** stellt das **Theaterprojekt** ein „spielerisches Übungsfeld“ für die intensivere Arbeit mit den Themen Gewalt, Konflikt und Selbstbehauptung dar.

Unsere Inhalte und Ziele sind:

- Beschäftigung mit den Begriffen Macht, Stärke, Toleranz und Verantwortung
- Erarbeitung gemeinsamer Spielszenen zum Thema Gewalt
- Üben von Lösungsmöglichkeiten und deren Übertragung auf alltagsbezogene Problemstellungen
- Erleben eigener Handlungsfähigkeit und Stärke im Zusammenhang mit Konflikten
- Erfahrung von Freude, gegenseitiger Stärkung und Unterstützung durch die Gruppe im Prozess des gemeinsamen Spiels

Die angewandten Methoden bestehen aus: Statuen und Forumtheaterarbeit nach Augusto Boal, theaterpädagogischen Übungen und Spielen

Zeitraumen: ein Schulvormittag Ort: Schule oder Trainingsraum bei Zora in der Jahnstraße 38

Kosten: 4,00 Euro pro angemeldete Teilnehmerin



Die Einzelbausteine

Das Pferdeprojekt: Mädchen übernehmen die Führung

Aufbauend auf **First Step** bieten wir den Mädchen die Möglichkeit, sich mit den Themen Führungskompetenz, Kommunikation und Durchsetzungsfähigkeit zu beschäftigen. Im Kontakt mit den Pferden entdecken sie eigene Fähigkeiten und Ressourcen.

Unsere Inhalte und Ziele sind:

- Verstärkung von Durchsetzungskraft, Klarheit und konsequentem Verhalten
- Erleben von Selbstwirksamkeit in der Arbeit mit dem Pferd
- Auseinandersetzung mit der Wirkung des eigenen Verhaltens durch das „Pferd als Spiegel“
- Abbau von Angst durch Kennenlernen und Verstehen des Verhaltens der Tiere sowie durch die Vermittlung von Wissen über den Umgang mit den Tieren
- Vermittlung positiver Beziehungserlebnisse
- Entwicklung von Vertrauen in sich und Andere

Die angewandten Methoden bestehen aus: erlebnisorientiertem Lernen, reitpädagogischen und therapeutischen Ansätzen in Verbindung mit Elementen aus Selbstbehauptungstrainings und sozialer Gruppenarbeit

Zeitraumen: 8.00 - 16.00 Uhr · **Ort:** Pferdehof „Alte Mühle Bruck“ bei Grafing

Kosten: 10,00 Euro pro angemeldete Teilnehmerin

Das Kunstprojekt: Selbstbild und Präsenz in fremden Räumen

Aufbauend auf den Themen Körpersprache und Präsenz aus First Step, haben die Mädchen im Kunstprojekt die Möglichkeit einer kreativen Auseinandersetzung mit diesen Themen. In Kooperation mit PINK, dem Kunstvermittlungsprogramm der Pinakothek der Moderne erkunden die Mädchen auf kreative Weise ihr Selbstbild mit Hilfe des Mediums Fotografie in den Räumen der Pinakothek.

Unsere Inhalte und Ziele sind:

- Schulung der Selbst- und Fremdwahrnehmung
- Spielerisches Erforschen und Hinterfragen der eigenen Positionierung im Raum und in der Gruppe
- Auseinandersetzung mit eigenen und zugeschriebenen Mädchen- und Frauenbildern und Rollen
- Förderung der emotionalen und schöpferischen Ausdrucksfähigkeit
- Erfahren von bildender Kunst als Möglichkeit zur Auseinandersetzung mit Unterdrückung und Gewalt

Zeitraumen: 8.00 - 13.00 Uhr · **Ort:** Pinakothek der Moderne

Kosten: 4,00 Euro pro angemeldete Teilnehmerin



Die Projektreihen

Die Förderschulprojektreihe Im Gespräch mit Jasmine und Elena

Diese Projektreihe haben wir basierend auf unseren langjährigen Erfahrungen mit der Arbeit an Förderschulen entwickelt.

Das Spiel mit zwei Handpuppen (Jasmine und Elena) führt dabei als roter Faden durch die sechs aufeinander aufbauenden Einheiten dieses Projekts. Die gespielten Szenen haben die Thema Konflikte und Gewalt zum Inhalt und orientieren sich an der Lebenswirklichkeit der Mädchen. Die alltagsnahen Szenen aber auch andere spielerische und handlungsorientierte Methoden, sowie ein häufiges Wiederholen der Inhalte bewirken eine intensive und nachhaltige Auseinandersetzung der Mädchen mit dem Thema Gewalt.

Hinzu kommt, dass zwei Einheiten, ein Pferde- und ein Kunstprojekt, außerhalb der Schule stattfinden. Dadurch wird den Mädchen in einem für sie neuen Umfeld erlebnis- und erfahrungsbezogenes Lernen in der Gruppe ermöglicht. Der intensive, längerfristige Beziehungskontakt von zwei Zora-Mitarbeiterinnen mit den Mädchen stellt eine vertrauensvolle Basis für die Arbeit mit dem sensiblen Thema her.

Unsere Ziele sind:

- Auseinandersetzung mit Gewaltverhältnissen und -erfahrungen
- Vergrößerung des Spektrums an Handlungsstrategien
- Steigerung der Durchsetzungsfähigkeit ohne Aggression
- Kenntnisse über Hilfsmöglichkeiten
- Eroberung neuer Räume
- Förderung des Selbstbewusstseins und der eigenen Wertschätzung

Inhalte:

- Einführung in das Thema Gewalt
- Entdecken und Einüben von Lösungsmöglichkeiten und deren Übertragung auf alltagsbezogene Problemstellungen
- Sicherheit im öffentlichen Raum
- Erlernen und Üben klarer und eindeutiger Körpersprache
- Auseinandersetzung mit Selbst- und Fremdwahrnehmung

Methoden: spielerische Methoden mit Einsatz von Handpuppen und theaterpädagogischen Elementen, Szenen- und Rollenspiel, Arbeit mit Video und Foto, Elemente aus Selbstbehauptungs- und Coolnesstrainings

Zeitraumen: 5 Schulvormittage und einmal ganztägig (Pferdeprojekt), Abstand der Einheiten 1-2 Wochen

Teilnehmerinnenzahl: 5-12 Teilnehmerinnen

Unkostenbeitrag: pauschal für die gesamte Projektreihe 300,00 Euro pro Gruppe



Die Projektreihen

Die Pferdeprojektreihe Selbstvertrauen braucht Zeit

Pferde „sprechen“ Körpersprache. Die Beherrschung der deutschen Sprache ist für die Arbeit mit Pferden nicht ausschlaggebend. Deshalb eignet sich diese Projektreihe sehr gut für Mädchen, die über geringe Kenntnisse der deutschen Sprache verfügen.

Unsere Pferdeprojektreihe umfasst drei Einheiten auf dem Pferdehof und eine nachbereitende Einheit in der Schule.

Durch die wiederholte Anwesenheit auf dem Hof entwickeln die Mädchen zunehmend Vertrauen zur Umgebung und den Tieren. Beziehungen intensivieren sich und Gefühle der Zuneigung können wachsen. Die Entwicklung eines selbstbewussten Umgangs mit den Pferden fördert die Selbstsicherheit und das Selbstbewusstsein der Mädchen auch in anderen Bereichen.

In der nachbereitenden Einheit wird das Erlernte bewusst gemacht und auf den Lebensalltag der Mädchen übertragen.

Unsere Ziele sind:

- > Abbau von Ängsten
- > Zugewinn an Vertrauen in sich und die Anderen
- > Positives, stabilisierendes Gruppenerlebnis in der Natur
- > Erleben eines geschützten, von Respekt getragenen Rahmens
- > Erfolgserlebnisse in der Kommunikation über Körpersprache

Inhalte:

- > Übungen zu Selbst- und Fremdwahrnehmung
- > Aufeinander aufbauende Übungen in der Arbeit mit den Pferden, die den Mädchen wachsende Kompetenz vermitteln
- > Verstärkung von Durchsetzung, Klarheit und konsequentem Verhalten
- > Auseinandersetzung mit der Wirkung des eigenen Verhaltens durch das Pferd als Spiegel

Methoden: erlebnisorientiertes Lernen, reitpädagogische und -therapeutische Ansätze, Elemente der Selbstbehauptungstrainings und der sozialen Gruppenarbeit

Zeitraumen: Drei Donnerstage ganztägig und Vor- und Nachbereitung jeweils an einem Schulvormittag nach Wahl.

Anfahrt: Die Anfahrt erfolgt mit der S-Bahn und einem Kleinbus von IMMA.

Teilnehmerinnenzahl: 5-12 Teilnehmerinnen

Unkostenbeitrag: pauschal für die gesamte Projektreihe 350,00 Euro pro Gruppe



Mut zur Veränderung

Unsere Trainings richten sich an Mädchen, die durch physisches und/oder verbal aggressives Verhalten z.B. durch Beleidigungen, Drohungen, Schikanieren, Schlägern oder Erpressen auffallen. Ziel ist die Verhaltensänderung in Richtung Abbau des gewalttätigen Handelns.

Durch das Training sollen die Mädchen ein prosoziales und gewaltfreies Verhalten erlernen und in die Praxis umsetzen können. Der Kurs beinhaltet Methoden aus dem Sozialkompetenztraining und dem Antiaggressivitäts - und Coolnesstraining. Die Trainings laufen über einen Zeitraum von ca. 6 Monaten.

Grundvoraussetzung ist die kontinuierliche und aktive Teilnahme am Kurs.

Unsere Ziele sind:

- Erlernen einer realistischen Selbsteinschätzung
- Erlernen eines konstruktiven Umgangs mit Aggressivität vor dem Hintergrund der Reflexion der eigenen Geschlechterrolle
- Erhöhung des Selbstbewusstseins und der eigenen Wertschätzung
- Verminderung gewaltverherrlichender Denkmuster
- Abbau von Feindbildern
- Verbesserung der Chancen an formalen Bildungsprozessen teilzunehmen
- Vermittlung zu weiteren Hilfsangeboten

Der Kurs ist prozessorientiert, daher variieren Themen und Methoden je nach Bedarf, Dynamik und Möglichkeit der Gruppe und der einzelnen Teilnehmerinnen.

Das Training ist modulartig aufgebaut, Themen sind:

- Kommunikation und Körpersprache
- Einfühlungsvermögen und Mitgefühl entwickeln
- Selbstbewusstsein/Selbstsicherheit
- Darstellen von geschlechtsspezifischen Formen von Gewalt
- Umgang mit Provokation
- Konfliktlösungsstrategien
- Konkurrenz unter Mädchen
- Auseinandersetzung mit eigener Gewalterfahrung
- Lebensplanung, Beruf und Zukunft, Freizeit
- Umgang mit Lob und Kritik

Wir verwenden ganzheitliche Methoden, wie spielerische Elemente, Rollenspiele, Videoarbeit, Entspannungstechniken, theoretische Inputs und Diskussion, erlebnispädagogische Einheiten, Elemente aus dem AAT und Coolnesstraining und Gestaltungstechniken.



Rahmenbedingungen:

- **Zielgruppe:** Einzelne Mädchen und junge Frauen von 12 - 21 Jahren
- **Teilnehmerinnenzahl:** 5 bis 10 Teilnehmerinnen
- **Auftraggeber:** Vermittelnde Einrichtungen, Schulen, AEH-Träger, Jugendamt und andere soziale Einrichtungen
- **Zeitrahmen:** Einmal pro Woche, 3 Stunden über einen Zeitraum von ca. 6 Monaten.
Die Trainings finden nachmittags statt. Teile des Trainings bestehen aus erlebnispädagogischen und theaterpädagogischen Maßnahmen, die den Zeitrahmen von 3 Stunden übersteigen können.
- **Durchführung:** Trainings werden von zwei Diplom Sozialpädagoginnen angeleitet. Beide Mitarbeiterinnen haben eine AAT[®] (Anti-Aggressivitäts-Training) oder eine AGT/KRT (Anti-Gewalt/Konfrontatives Ressourcentraining) Ausbildung. Eine Mitarbeiterin hat eine erlebnispädagogische Zusatzausbildung.
- **Ort:** Der Kurs findet in den Räumen von IMMA e. V. statt, erlebnispädagogische Maßnahmen auch außerhalb.
- **Vor-/Nachgespräche:** Vor, während und nach dem gesamten Training finden Gespräche mit dem Auftraggeber statt.
- **Einzelgespräche:** Es finden Einzelgespräche mit den teilnehmenden Mädchen statt.
- **Teilnahmebedingungen:** Voraussetzung zur Kursteilnahme ist ein Interview mit den einzelnen Mädchen. In diesem wird auch die schriftliche Vereinbarung über die Teilnahme und die Entbindung von der Schweigepflicht gegenüber der AuftraggeberIn vereinbart. Wir behalten uns vor, einzelne Mädchen nicht am Training teilnehmen zu lassen.
- **Ausschlusskriterien:** Fehlende Motivation, manifeste Drogenabhängigkeit, akute psychiatrische Erkrankung.
- **Kosten:** 120,- Euro pro angemeldeter Teilnehmerin.
Die Kosten sind vor dem Workshop zu entrichten, eine Rückerstattung bei Nicht-Erscheinen oder frühzeitigem Abbruch ist nicht möglich.

Zora

Rufen sie uns an oder mailen sie uns:

Telefon: 089 / 238891-40 / 43

zora-gruppen@imma.de



Zora – Workshop „school Zora“

Der Workshop „school Zora“ ist ein geschlechtsspezifisches Angebot für einzelne Mädchen einer Schule, die durch physisches und/oder verbal-aggressives Verhalten, z.B. durch Beleidigungen, Drohungen, Schikanieren, Schlägern oder Erpressen auffallen.

Ziel ist die Verhaltensänderung in Richtung Abbau des gewalttätigen Handelns. Mit dem Workshop sollen die Mädchen ein prosoziales und gewaltfreies Verhalten erlernen und in die Praxis umsetzen können. Der Kurs beinhaltet Elemente aus dem Sozialkompetenz-, Antiaggressivitäts- und Coolnesstraining.

Grundvoraussetzung ist die kontinuierliche und aktive Teilnahme am Kurs.

Unsere Ziele sind:

- Erweiterung der Sozialkompetenzen, wie Kommunikation und Körpersprache, Gefühle und Einfühlungsvermögen
- Konfrontation mit der Tat und damit Verantwortungsübernahme für das eigene gewalttätige Verhalten
- Steigerung der Bereitschaft am eigenen Gewaltverhalten zu arbeiten und es zu verändern z.B. durch Erarbeiten der eigenen Gewaltspirale und des Wutbarometers
- Einüben von neuen, gewaltfreien und prosozialen Verhaltensweisen durch Rollenspiele
- Aikido als Hilfsmittel um das Selbstbewusstsein und die eigene Wertschätzung zu erhöhen, ohne das Gegenüber zu verletzen
- Wachstum emotionaler, kognitiver und sozialer Ressourcen durch die Arbeit in der Gruppe

Wir verwenden ganzheitliche Methoden aus dem AAT-, Coolness- und Sozialkompetenztraining. Weitere Methoden sind spielerische Elemente, Rollenspiele, Videoarbeit, Entspannungstechniken, theoretische Inputs und Diskussion, erlebnispädagogische Einheiten und Gestaltungstechniken.

Rahmenbedingungen:

- **Zielgruppe:** Einzelne Mädchen einer Klasse oder Schule, die durch physisches und/oder verbal-aggressives Verhalten auffallen. Die Mädchen müssen motiviert sein, an ihrem Verhalten zu arbeiten. Alter: 12-21 Jahre, 6.-9. Jahrgangsstufe. Die Gruppen werden altersspezifisch zusammengefasst.
- **Teilnehmerinnenzahl:** Wir bitten die AuftraggeberIn um eine Sammelanmeldung von mindestens 5 Mädchen. Die maximale Gruppengröße beträgt 8 -10 Mädchen.
- **AuftraggeberInnen:** Schulen, Lehrkräfte, Schulsozialarbeit



Rahmenbedingungen:

- **Zeitrahmen:** Der Workshop findet in einem Zeitraum von 6 Wochen, einmal wöchentlich, statt. Es sind 3 Schulstunden bzw. 2 Zeitstunden während des Unterrichts vorgesehen. Es ist möglich, dass die Mädchen im Anschluss an einem fortführenden, längeren Training teilnehmen.
- **Teilnahmebedingungen:** Voraussetzung zur Kursteilnahme ist ein kurzes Interview mit den einzelnen Mädchen. In diesem wird auch die schriftliche Vereinbarung über die Teilnahme und die Entbindung von der Schweigepflicht gegenüber der AuftraggeberIn vereinbart. Wir behalten uns vor, einzelne Mädchen nicht am Workshop teilnehmen zu lassen.
- **Durchführung:** Die Workshops werden von zwei Dipl. Sozialpädagoginnen angeleitet. Beide Mitarbeiterinnen befinden sich in der Ausbildung zur AAT bzw. AGT – Trainerin
- **Ort:** Der Kurs findet nach Absprache in den Räumen der Schule oder bei IMMA e.V. statt. Ein Klassenzimmer in der Größe von ca. 30 qm mit verschiebbaren Stühlen und Bänken ist zweckmäßig.
- **Vor-/Nachgespräche:** Vor, während und nach dem gesamten Workshops finden kurze Rückmeldungen mit den AuftraggeberInnen statt
- **Ausschlusskriterien:** Fehlende Motivation, manifeste Drogenabhängigkeit, akute psychiatrische Erkrankung.
- **Kosten:** pauschal 300,- Euro pro Workshop. Eine Rückerstattung ist nicht möglich.

Zora

Rufen sie uns an oder mailen sie uns:

Telefon: 089 / 238891-40 / 43

zora-gruppen@imma.de



Zora – Workshop „Cool for life“

Unsere Workshops richten sich an Mädchen, die durch physisches und/oder verbal aggressives Verhalten z.B. durch Beleidigungen, Drohungen, Schikanieren, Schlägern oder Erpressen auffallen. Ziel ist die Verhaltensänderung in Richtung Abbau des gewalttätigen Handelns.

Mit dem Workshop sollen die Mädchen ein prosoziales und gewaltfreies Verhalten erlernen und in die Praxis umsetzen können.

Der Kurs beinhaltet Elemente aus dem Sozialkompetenz-, Antiaggressivitäts- und Coolnesstraining.

Grundvoraussetzung ist die kontinuierliche und aktive Teilnahme am Kurs.

Unsere Ziele sind:

- Erweiterung der Sozialkompetenzen, wie Kommunikation und Körpersprache, Gefühle und Einfühlungsvermögen
- Konfrontation mit der Tat und damit Verantwortungsübernahme für das eigene gewalttätige Verhalten
- Steigerung der Bereitschaft am eigenen Gewaltverhalten zu arbeiten und es zu verändern z.B. durch Erarbeiten der eigenen Gewaltspirale und des Wutbarometers
- Einüben von neuen, gewaltfreien und prosozialen Verhaltensweisen durch Rollenspiele
- Aikido als Hilfsmittel um das Selbstbewusstsein und die eigene Wertschätzung zu erhöhen, ohne das Gegenüber zu verletzen
- Wachstum emotionaler, kognitiver und sozialer Ressourcen durch die Arbeit in der Gruppe

Wir verwenden ganzheitliche Methoden aus dem AAT-, Coolness- und Sozialkompetenztraining. Weitere Methoden sind spielerische Elemente, Rollenspiele, Videoarbeit, Entspannungstechniken, theoretische Inputs und Diskussion, erlebnispädagogische Einheiten und Gestaltungstechniken.

Rahmenbedingungen: Workshop „Cool for life“ für Mädchen die sich in sozialpädagogischer Betreuung befinden

- **Zielgruppe:** Einzelne Mädchen, die sich in einer sozialpädagogischen Betreuung befinden und durch physisches und/oder verbal-aggressives Verhalten auffallen. Die Mädchen müssen motiviert sein, an ihrem Verhalten zu arbeiten.
Alter: von 12-21 Jahren
- **Teilnehmerinnenzahl:** 5-10 Teilnehmerinnen
- **Auftraggeber:** Vermittelnde Einrichtungen, Schulen, AEH-Träger, Jugendamt und andere soziale Einrichtungen



Rahmenbedingungen:

- **Zeitrahmen:** Der Workshop findet in einem Zeitraum von 6 Wochen, einmal wöchentlich, statt. Es sind jeweils 2 Zeitstunden vorgesehen. Die aktuellen Termine für die Workshops sind der Website zu entnehmen oder können telefonisch bei uns angefragt werden. Zora bietet auch ein ca. 6-monatiges Training „Mut zur Veränderung“ für interessierte Mädchen zur Vertiefung an.
- **Teilnahmebedingungen:** Voraussetzung zur Kursteilnahme ist ein Interview mit den einzelnen Mädchen. In diesem wird auch die schriftliche Vereinbarung über die Teilnahme und die Entbindung von der Schweigepflicht gegenüber der AuftraggeberIn vereinbart. Wir behalten uns vor, einzelne Mädchen nicht am Workshop teilnehmen zu lassen.
- **Durchführung:** Die Workshops werden von zwei Diplom Sozialpädagoginnen angeleitet. Beide Mitarbeiterinnen haben eine AAT® (Anti-Aggressivitäts-Training) oder eine AGT/KRT (Anti-Gewalt/Konfrontatives Ressourcentraining) Ausbildung. Eine Mitarbeiterin hat eine erlebnispädagogische Zusatzausbildung.
- **Ort:** Der Kurs findet in den Räumen von IMMA e.V. statt.
- **Vor-/Nachgespräche:** Vor, während und nach dem gesamten Workshops finden kurze Rückmeldungen mit den AuftraggeberInnen statt
- **Ausschlusskriterien:** Fehlende Motivation, manifeste Drogenabhängigkeit, akute psychiatrische Erkrankung.
- **Kosten:** 80,- Euro pro angemeldete Teilnehmerin. Die Kosten sind vor dem Workshop zu entrichten, eine Rückerstattung bei Nicht-erscheinen oder frühzeitigem Abbruch ist nicht möglich.

Zora

Rufen sie uns an oder mailen sie uns:

Telefon: 089 / 238891-40 / 43

zora-gruppen@imma.de



Ein breit gefächertes Angebot

Zora bietet im Rahmen von Kultur, Freizeit und Bildung ein breit gefächertes Angebot für unterschiedliche Zielgruppen:

JuLeZ

Der offene Treff für lesbische und bisexuelle Mädchen und junge Frauen

Freiraum und Treffpunkt für junge lesbische und bisexuelle Frauen von 15 bis 25 Jahren. Wir bieten professionelle Begleitung durch 2 Sozialpädagoginnen.

Unsere Ziele sind:

- Entwicklung einer positiven lesbischen oder bisexuellen Identität
- Aufbau eines sozialen Netzwerks

Inhalte:

- Sozialpädagogische Begleitung bei Coming-Out Prozessen
- Unterstützung bei der sexuellen Orientierung und Identität
- Hilfestellung bei einer Doppeldiskriminierung (wie etwa Migration oder Behinderung und Homosexualität)
- Vermittlung von Sozialkompetenz (Konfliktfähigkeit, Eigeninitiative)
- alltagspraktische Hilfestellung

Methoden: Gruppenarbeit im Rahmen der offenen Jugendarbeit, themenbezogene Workshops, kultur- und erlebnispädagogische Elemente

Zeitrahmen: immer donnerstags zwischen 18:00 und 22:30 Uhr (außer in den Schulferien)

Ort: in den Räumlichkeiten von IMMA e.V., Jahnstraße 38/Erdgeschoß.

Diese sind:

- auch für Rollifahrerinnen gut zugänglich (Erdgeschoß, Rampe, rolligerechte Toilette im Haus)
- jugendgerecht eingerichtet (kostenloses Internet, Kicker, aktuelle Zeitschriften, Kochmöglichkeiten, Playstation)
- mit einer umfangreichen themenspezifischen Bibliothek ausgestattet (Romane, Sachbücher und DVDs)

Kosten: ggf. 3 Euro für warmes Abendessen

Weitere Infos: auf der Website www.julez-muenchen.de ist das aktuelle Programm veröffentlicht

Zora

Rufen sie uns an oder mailen sie uns:

Telefon: 089 / 238891-40 / 43
zora-gruppen@imma.de



Mädchengruppen mit dem Schwerpunkt soziales Lernen

Zora bietet im Rahmen von Schulkooperationen Mädchen-Freizeitgruppen an.

Die Mädchen sind zwischen 11 - 15 Jahren und unterschiedlicher kultureller Herkunft.

Die Gruppe trifft sich einmal wöchentlich und wird von einer Sozialpädagogin begleitet.

Ein gemeinsames Mittagessen ist fester Bestandteil des Angebots.

Unsere Ziele sind:

Vermittlung von Sozialen Kompetenzen, Selbständigkeit, Aufbau einer eigenen Identität, Umgang mit Medien, sich in einer Gruppe zurechtfinden, Angebote unabhängig von kultureller und ethnischer Zugehörigkeit nutzen, Freizeitmöglichkeiten außerhalb von Familie und Schule für sich entdecken

Inhalte:

- Einhalten von Gruppenregeln
- respektvoller Umgang unter Gleichaltrigen
- sinnvolle Freizeitgestaltung
- Workshops zu bestimmten Themen
- Stadterkundung
- Umgang mit Computer und Internet
- Sexualpädagogik
- Vermittlung von alltagspraktischen Fähigkeiten und Fertigkeiten

Methoden: Gruppenarbeit im Freizeitpädagogischen Rahmen, themenbezogene Workshops, Kultur- und erlebnispädagogische Elemente, Medienarbeit

Zeitrahmen: einmal wöchentlich nachmittags von 13 - 17 Uhr (außer in den Schulferien)

Ort: Zora IMMA e.V., Jahnstr.38, 80469 München

Die Räume sind jugendgerecht (kostenloses Internet, Kicker, aktuelle Zeitschriften, Kochmöglichkeiten, Playstation) und barrierefrei ausgestattet.

Kosten: ggf. 3,00 Euro für warmes Abendessen

Zora

Rufen sie uns an oder mailen sie uns:

Telefon: 089 / 238891-40 / 43

zora-gruppen@imma.de



Themenbezogene Workshops

Punktuell werden Workshops, wie z.B. Selbstverteidigung **WenDo** und Reiten angeboten. Diese stehen grundsätzlich allen Mädchen offen. Genauere Infos und Termine entnehmen Sie bitte unserer Website: www.zora-gruppen.de

WenDo ist eine für Mädchen und junge Frauen entwickelte Form der geistigen und körperlichen Selbstbehauptung und Selbstverteidigung. Ziel ist, die Mädchen und jungen Frauen so in ihrer Persönlichkeit zu stärken, dass sie sich schützen und ihre Grenzen wahren können – bei Belästigungen im Alltag und auch in bedrohlichen oder gefährlichen Situationen. **WenDo** stärkt die Mädchen und jungen Frauen in ihrer Selbstbestimmung und Widerstandskraft.

Im Mittelpunkt der **Pferde-Workshops** steht das Zusammensein und die Kommunikation mit den Pferden. Das gemeinsame Gruppenerlebnis in der Natur und mit den Tieren gibt den Mädchen und jungen Frauen die Möglichkeit, mit Lust und Freude eigene Ressourcen zu entdecken und zu stärken. Ziel ist es den Mädchen durch die Arbeit mit dem Pferd ein Bewusstsein ihrer Körpersprache, ihrer Grenzen und Befindlichkeiten zu vermitteln. Die Mädchen gewinnen durch den Umgang mit Tieren Selbstvertrauen und stärken ihr Selbstbewusstsein.

Die Workshops stehen grundsätzlich allen Mädchen offen.

Genauere Infos und Termine entnehmen Sie bitte unserer Website:
www.zora-gruppen.de

Zora

Rufen sie uns an oder mailen sie uns:

Telefon: 089 / 238891-40 / 43

zora-gruppen@imma.de