Rege



Wann?

Einmal in der Woche, am Vormittag oder am Nachmittag. Ein Workshop dauert ungefähr 2 Stunden. Danach ist noch Zeit zum Austauschen.

Wo?

Solange wir in der Pandemie sind: Digital, von zu Hause. Wenn wir uns wieder treffen dürfen: In Ihrer Nähe.

Wichtig für Sie:

In Zeiten, in denen keine persönlichen Treffen möglich sind, können Sie über ein Handy und einen Internetzugang teilnehmen. Wir zeigen Ihnen, was alles möglich ist.

Bitte rufen Sie uns an und wir erklären Ihnen alles Weitere.

Wir freuen uns auf Sie!

Ihre Kontaktpersonen für weitere Informationen:

Hilal Cevik

0521 96 22 - 339 · hilal.cevik@rege-mbh.de

Louisa Jacobsen-Angelakis

0521 96 22 - 223 · louisa.jacobsen-angelakis@rege-mbh.de

Rebecca Reichhöfer

0521 96 22 - 191 · rebecca.reichhoefer@rege-mbh.de

Herforder Straße 73 · 33602 Bielefeld www.rege-mbh.de· www.facebook.com/REGEmbH

Dieses Projekt wird aus Mitteln des Asyl-, Migrations- und Integrationsfonds kofinanziert.





FIDA&FEDA





Regionale Personalentwicklungsgesellschaft mbH Herforder Straße 73 · 33602 Bielefeld · 0521 9622 – 0 service@rege-mbh.de · www.rege-mbh.de

Liebe Frauen, liebe Männer,

FIDA und FEDA unterstützt Frauen und Männer, die nicht aus einem EU-Land stammen und eine Aufenthaltserlaubnis von mindestens 12 Monaten haben.

Sie lernen, welche Rechte Sie in Deutschland haben und treffen auf Menschen mit einer ähnlichen Geschichte. Damit Sie sich in den Workshops konzentrieren können, übernehmen wir die Kinderbetreuung.

In kurzen Workshops lernen Sie viel zum Thema Chancengleichheit. Das heißt, dass wir uns gemeinsam mit Ihnen Wege und Möglichkeiten zum besseren Leben in Deutschland ansehen. Das Ziel ist, dass Sie möglichst einfach alle Ihre Fragen beantwortet bekommen, auch in Ihrer Muttersprache. Außerdem erhalten Sie bei Bedarf eine persönliche Beratung und Begleitung.



Hier sind einige Beispiele:

Wie organisiere ich mich selbst? **Selbstorganisation** als ein wichtiger Schlüssel zur (neuen) Gesellschaft Gesunde Ernährung

mit wenig Geld: Ernährung, die Spaß macht und gut für den Körper und den Geldbeutel ist

Alleine zu Hause? Wie und wohin kann ich mich bewegen. Neues Kennenlernen Eltern sein in Deutschland: Erziehung und Unterstützungen in Deutschland. Das Beste für meine Familie und meine Kinder



Knigge, Kultur, interkulturelles Wissen als wegweisende Kenntnisse für das Vorankommen im neuen Land: Alte Heimat, neue Heimat, Was sind die Unterschiede und Gemeinsamkeiten; Was ist (un)höflich und was hilft im neuen Land weiter. Was kann das neue Land/die deutsche Gesellschaft von MIR lernen?

Chancengleichheit:

Was ist das? Wissen als Türöffner für alle zu den Möglichkeiten in Deutschland Versicherungen in Deutschland: Welche und wieso ausgerechnet diese sind wichtig für mich und meine Familie?

Bildungswege in Deutschland: von KiTa über Ausbildung bis hin zu einer Beschäftigungsaufnahme Freizeitgestaltung in Bielefeld: Die Chance teilzuhaben an der Gesellschaft

Vereinbarkeit von Familie und Beruf in Deutschland Umweltschutz:

Was ist das? Über Plastik, Fleisch und die Ozeane Was bedeutet **Armut** und

wie kann ich
sie beenden?

