



Inhouse-Workshops für Menschen mit Beeinträchtigungen in Werkstätten und Einrichtungen

*Empowerment
Selbstbestimmung
Teilhabe*

Selbstbestimmt Leben –
das Original



Die im Duo arbeitenden Trainerinnen, Kerstin Wöbbeking und Ines Spilker, sind ausgebildete Empowerment-Trainerinnen (ISL) und führen seit einigen Jahren bundesweit Empowerment-Schulungen durch.

Als weiterhin ausgebildete Resilienz-Coaches (Institut für Bildungscoaching) bringen sie dieses Thema ebenfalls in die Arbeit mit Menschen mit Behinderung ein.

Beide Trainerinnen vertreten die Philosophie der Selbstbestimmt-Leben-Bewegung und leben selbst mit einer Behinderung/chronischen Erkrankung.



Kerstin Wöbbeking



Ines Spilker

Zertifizierte Empowerment-
Trainerinnen ISL



Haben wir Ihr Interesse geweckt?
Sie haben Fragen?

Sie erreichen uns per Mail:
empowerment@bifos.de

Ansprechpartnerinnen:

Kerstin Wöbbeking 0170/3214744
Ines Spilker 0151/18339100



Bildungs- und Forschungsinstitut zum selbstbestimmten Leben Behinderter e.V.
Salvador-Allende-Platz 11
07747 Jena

Workshop „Empowerment“

Dieser Workshop soll den Teilnehmenden ein verändertes Selbstbild ermöglichen. Wir möchten diese darin unterstützen, ihre Fähigkeiten zu erkennen, zu erhalten und weiterzuentwickeln sowie Wege einer selbstbestimmten Lebensgestaltung und Stärkung von Selbstvertretungs- und Selbsthilferessourcen aufzeigen.

Inhalte

- Grundverständnis des Empowerments
- Einschätzung der individuellen Situation
- Bedarfe (eigene und andere erkennen und wahrnehmen)
- Stärken entdecken
- Grenzen erkennen und setzen
- Stärkung des Selbstwertgefühls und Selbstbewusstseins

Dauer: 6 UStd. á 45 Minuten zzgl. Pausen

Mit unseren individuellen, ganz auf die Bedürfnisse der teilnehmenden Menschen mit Beeinträchtigungen ausgerichteten Workshops möchten wir diese mit einer ressourcenorientierten Arbeitsweise unterstützen, ihre Stärken zu entdecken, diese zu nutzen und das Leben selbstbestimmt zu gestalten.

Empowerment versteht sich neben der Gesundheitsförderung auch als Maßnahme zur Umsetzung der UN-Behindertenrechtskonvention nach Inklusion und Mitbestimmung.

Anzahl der Teilnehmenden
max. 12 TN pro Workshop

Kosten

für einen Workshop 1.250,- €
für zwei Workshops 2.250,- €

zzgl. Reise- und Übernachtungskosten für die Trainerinnen



Workshop „Von der Fürsorge zur Selbstbestimmung“

In diesem Workshop werden die unterschiedlichen Sichten auf Behinderung aufgezeigt.

Im Austausch und durch praktische Übungen werden die Teilnehmenden mit den Inhalten der UN-BRK vertraut gemacht. Dieses ermöglicht es, die eigene Selbstbestimmung und Teilhabe einzufordern.

Inhalte

- UN-BRK
- Inklusion
- Barrierefreiheit
- Menschenrechte
- Klärung der unterschiedlichen Sichten auf Behinderung
- Selbstbestimmung und Teilhabe

Dauer: 6 UStd. á 45 Minuten zzgl. Pausen