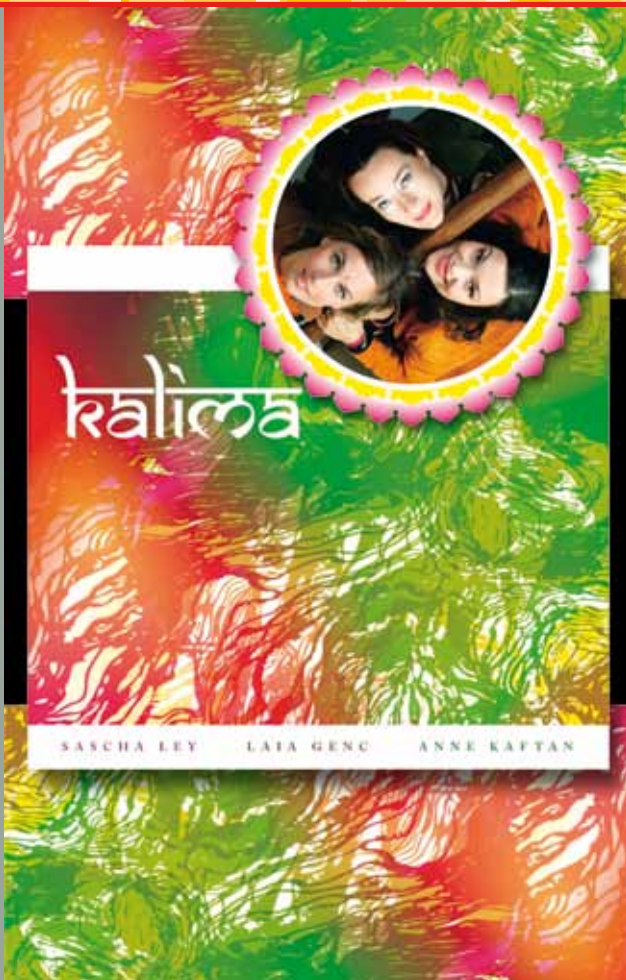


Aktivitéiten

Mee 2010 - Januar 2011

Collège échevinal et
Service à l'Égalité des chances entre femmes et hommes - Gemeng Suessem



Service à
l'Égalité
des
chances
entre femmes et hommes
COMMUNE DE SANEM



Commune de Sanem



VIRWUERT

Léif Matbiergerinnen a Matbierger,

2009 wuar e besonnescht Joer am Liewe vun eisem Service à l'Égalité des chances entre femmes et hommes. Mä hunn eisen **10. Anniversär** gefeiert an d'**Charte européenne pour l'égalité des femmes et des hommes dans la vie locale** ënnerzeechent. D'Ënnerschreiw vun der europäescher Charte ass fir eis eng logisch Konsequenz. Mä confirméieren domat eise permanenten Engagement am Beräich vun der Chancëgläichheet tëscht Fraen a Männer. Méi wéi 900 Gemengen an Europa hunn dës Charte bis elo ënnerschriwwen.

Mat Jazz a World Music vum **Sascha Ley** an dem **Trio «Kalima»** wäerte mä den **3. Mee 2010** am Kulturschapp zu Eilereng d'Ënnerschreiw vun der europäescher Charte feieren. Mä invitéieren lech ganz häerzlech op dësen aussergewöhnleche Concert, den ënnert dem **Patronage vum Chancëgläichheitsministär** steet.

D'**Liewensqualität** vun eise Biergerinnen a Bierger an d'**Präventioun** leit eis besonnesch um Häerz. Dowéinst wäerte măr an de nächste Joeren am Kader vun der Ëmsetzung vun der europäescher Charte de Schwéierpunkt op d'**Sensibiliséierung vu Meedercher a Jongen** resp. eisen innovativen a ganzheetleche Grundschool-Projet «**Zesumme si mir staark**» leeën.

D'Joer 2010 an eisem Chancëgläichheetsservice steet ënnert dem Thema **Selbstbewosstsinn**. Măr géifen lech găr drop opmierksam maachen, dass eis Chancëgläichheets-Aktivitéiten a Gebeieren stattfannen, déi **barrierefrei** sinn an dass măr bei dene meeschten Aktivitéiten eng **Kannerbetreuung** ubidden. An eisem neie Programm gött deelwees och Englesch als Konferenzsprooch benotzt fir d'**Integratioun** nach méi ze förderen.

Zesumme mat der **Chancëgläichheitskommissioun** invitieren măr lech nees op flott Aktivitéiten am Kader vum Weltmännerdag. A Kooperatioun mat der Eltereschoul Janusz Korczak an der Maison Relais organisieren măr en Elterenowend mam Thema «**Méi Bewegung fir eis Jongen a Meedecher!**». No dem Succès vum Virtrag & Workshop «Lernen fürs Leben», verspricht de Folge-Workshop «**Intelligenz - neu verstanden**» ganz interessant ze ginn.

Eng gutt Manéier, fir Äre Potential ze entwéckelen an Ären eegene Wäerter trei ze bleiwen, ass Coaching. Eng Konferenz «**Coaching & Gender Balance**» wäert lech nei Iddien an Inspiratioun ginn. «**Mech am Beruff entfalen & ech selwer bleiwen**» heescht en neie Workshop fir Fraen a Männer, déi sech de beruflechen Erausforderunge wëlle stellen, ouni hier Identitéit opzeginn. Nei ass och eise Workshop «**Die Seele baumeln lassen beim Tanzen**», den vielfältig Formen vun Danz ouni Leeschtungsdruck, méi Lichtekeet an e positivt Kierpergefill vermëttelt.

Am Kontext vun der **transversaler** an der **nohalteger Approche**, déi an der europäescher Charte festgueluecht ass, bidde măr **Velos-Reparaturkursen** un - an Zesummenaarbecht mam Ëmweltservice an der Ëmweltkommissioun an dem Jugendtreff Saba.

An natierlech läit eis d'Ëmsetzung vun «**Gender Mainstreaming**» um Häerz, dat heescht, dass măr schon am Viraus déi Interessien vu Männer a Fraen bei eise Projeten respektieren. Un der Gläichberechtigung tèscht Mann a Fra si măr alleguer bedeelegt. Jidferree ka säin Deel bäidroen. Măr géifen eis freeë, fir lech bei eisen Aktivitéite begrëssen ze dierfen.



Georges Engel
Bourgmestre



José Piscitelli
Échevin à l'Égalité
des chances



Carol Bragança-Kayser
Présidente de la
Commission à l'Égalité des chances



Ruth Marchewka
Chargée à l'Égalité
des chances

Programm 2010/ 2011 – Iwwersiicht:

Virwuert	2-3
Concert: Sascha Ley & Kalima 3. Mee 2010	5
Conference: «Coaching & Gender Balance» (E) 5 May 2010	6
Workshop: «Die Seele baumeln lassen beim Tanzen» ab 12. Mai 2010	7
Workshop: «Laisser flâner l'âme en dansant» (L, F) à partir du 12 mai 2010	8
Elterenowend: «Méi Bewegung fir eis Jongen a Meedecher» (L) 17. Mee 2010	9
Cours: «Vélos-Reparatur for girls only» (L, D, F) 5. Juni 2010 / 5 juin 2010	10
Konferenz: «Coaching & Gender Balance» (L) 9. Juni 2010	11
Cours: «Vélos-Reparatur fir Fraen a Männer» (L, D, F) 25 septembre 2010	12
Workshop: «Mech am Beruf entfalen & ech selwer bleiwen» (L) 2. Oktober 2010	13
Workshop: «Personal fulfillment at work & living my values» (E) 23 October 2010	14
Workshop: Intelligenz - neu verstanden. Eine Schatzsuche (D) 22. Januar 2011	15-16
Das Schulprojekt: «Zesumme si mir staark!»	17-20
Notre formation intensive „Babysitting“	21
Liste des babysitters (liste actualisée)	22-23

**Zéckt net
fir eis ze
kontaktéieren**

**Service à l'Egalité
des chances**

Ruth Marchewka

Administration communale
de la commune de Sanem
B.P. 74 - L-4401 Belvaux
Tel.: 59 30 75 48
Fax: 59 30 75 67
ruth.marchewka@sanem.lu

Concert mam Trio

Kalima

Sascha Ley - Gesang

Laia Genc - Piano

Anne Kaftan - Sopransaxophon
& Bassklarinette



World & Kammerjazz

Sascha Leys bezauberndes Trio, Gewinner des Publikumspreises beim Festival Tremplin JAZZ d'Avignon 2009, überrascht mit der Kühnheit, mit der es an einen unverklemmten und intimistischen Jazz herangeht. Ihre Musik ist eine subtile Mischung vielfältiger Inspirationen, die von modernem Jazz bis zur Tradition einen Raum warmer und klarer Klangsphären schafft.

Photos: Gérard Beckers & Marlene Soares. Graphikobjekte von M. Geimer

Döse Concert fënnt statt

**Méindes,
den 3. Mee 2010
um 20.00 Auer
am Kulturschapp
zu Éilereng**

am Kader vun der Ënnerschrëft
vun der

**"Charte Européenne
pour l'Égalité des femmes
et des hommes
dans la vie locale"**

Fräien Entrée





Serge Thill

COACHING & GENDER BALANCE

Organisation: Collège Échevinal et
Service à l'Égalité des chances
de la Commune de Sanem

CONFERENCE

"Coaching & Gender Balance"

Many women, and more generally many young people - women and men alike - feel disconnected from their jobs.

Many large organizations complain that they lose more than half of freshly recruited women within the first two years. Despite "doing nothing wrong" and "certainly not discriminating", they will assure you.

What is wrong, then? Is there "a problem" with women? Or should we rather take a critical look at the work climate in our organizations?

This conference puts the spotlight on our corporate culture and shows ways how young people, and especially women, can more easily cope with and, while remaining grounded in their own values, contribute to shaping a more empowering work climate, enhance the quality of communication and improve the relationships with their colleagues.

Not only can coaching provide precious support here, learning basic coaching skills will also help us improve the quality of our teamwork.



Speaker:

Serge Thill, MBA, Executive and Career Coach, father of two young adults who are both at the beginning of their career

Date: Wednesday, 5 May 2010, 7.30 pm

Location: Haus «A Gadder», 10 rue de France, Belvaux

Language: English

Workshop

"Die Seele baumeln lassen beim TANZEN"

Wir laden Sie herzlich ein zu einer neuen Form von Tanz-Workshop. Nein, kein Standard-Tanz. Kommen Sie mit uns, auf die Flügel der Leichtigkeit beim Tanzen!

Völlig ohne Leistungsdruck. Wir reisen über das Tanzen in den Orient, nach Afrika und freuen uns an der Gemeinschaft mit Kreistänzen. Einfach zu erlernende Basisbewegungen, insbesondere für Menschen, die noch nicht so oft in ihrem Leben getanzt haben und für jene, die noch mehr Vielfalt und Wellness in ihren Alltag bringen möchten!

Sie werden auch viel Gelegenheit zum freien Tanzen haben, neue Energie tanken können und die Schönheit und Stärke Ihres Körpers neu schätzen lernen!

Referentin:

Ruth Marchewka, M.A., Gleichstellungsbeauftragte der Gemeinde Sanem, Pädagogin, u.a. spezialisiert auf ganzheitliche Körperarbeit und Wohlfühl Tanz

Zielgruppe:

Frauen und Männer, Mädchen und Jungen

Maximale Teilnehmer/innenzahl: 10

Ort:

Kultur- und Geschichtshaus « A Gadder »,
10, rue de France in Beles

Termine:

Mittwoch, 12. Mai
Montag, 7. Juni
Mittwoch, 30. Juni
Montag, 6. September
Montag, 27. September
Montag, 18. Oktober 2010
jeweils von 18.30-20 Uhr

Anmeldung erforderlich beim:

Service à l'Égalité des chances de la Commune de Sanem,
Tél. 59 30 75 48, e-mail: ruth.marchewka@sanem.lu



Ruth Marchewka

DIE SEELE BAUMELN LASSEN BEIM TANZEN

Organisation: Collège Échevinal et
Service à l'Égalité des chances
de la Commune de Sanem





Workshop

Laisser flâner l'âme en DANSANT

Nous vous invitons très cordialement à un atelier de danse d'une forme nouvelle. Non, il ne s'agit pas de danse standard. Accompagnez-nous sur les ailes de la légèreté de la danse, libre de toute esprit de compétition.

A travers la danse, nous voyagerons en Orient, en Afrique et partagerons des danses en cercles. Les mouvements de base sont faciles à apprendre aussi bien pour les personnes qui n'ont pas encore pratiqué beaucoup la danse comme pour celles qui souhaitent apporter encore plus de diversité et de bien-être dans leur quotidien.

Vous aurez de nombreuses opportunités pour la danse libre, pour vous ressourcer et apprécier avec un regard nouveau votre beauté et votre force.

Formatrice:

Ruth Marchewka, M.A., chargée à l'Égalité des chances de la Commune de Sanem, pédagogue, spécialisée entre autre sur le travail corporel et danses de bien-être

Public cible:

femmes et hommes, filles et garçons

Nombre maximal de participant-e-s: 10

Lieu:

Maison «A Gadder», 10, rue de France à Belvaux

Dates:

mercredi, le 12 mai
lundi, le 7 juin
mercredi, le 30 juin
lundi, le 6 septembre
lundi, le 27 septembre
lundi, le 18 octobre 2010
de 18.30-20.00 hrs

Inscription réquise:

Service à l'Égalité des chances de la Commune de Sanem,
Tél. 59 30 75 48, e-mail: ruth.marchewka@sanem.lu

LAISSER FLÂNER L'ÂME EN DANSANT

Organisation: Collège Échevinal et
Service à l'Égalité des chances
de la Commune de Sanem

Elterenowend "Méi Bewegung fir eis Jongen a Meedecher"

Kinderwelt ist Bewegungswelt!

Kinder bewegen sich, weil sie Freude, Spaß und Lust dabei erfahren wollen.

Sie tun es, weil vielfältige Bewegungserfahrungen für Jungen und Mädchen unersetzlich für eine gesunde Entwicklung sind und die geistige, emotionale und soziale Persönlichkeitsentwicklung fördern.

Was haben die Eltern als Kind gespielt, wo haben sie gespielt, und wie sah ihre alltägliche Umwelt aus?

Wie sieht die Bewegungswelt der Kinder heute aus?

Wie können wir als Eltern auf die veränderten lebensweltlichen Bedingungen reagieren?

Referentin:

Carole Bouschet-Moris, Erzieherin,
Danz- a Rhythmikpädagogin

Datum: Méindes, de 17. Mee 2010 um 19.30 Auer

Wou: Schoul Scheierhaff, 1. Stack

Sprooch:

Den Owend ass op lëtzebuergesch an et soll och zu engem flotten Austausch tëschent den Elteren kommen.

Entrée: fräi



MÉI BEWEGUNG FIR EIS JONGEN A MEEDECHER

Organisation:

De Schäffen- a Gemengerot,
de Chancegläichheitsservice an
d'Maison Relais
vun der Gemeng Suessem
an Zesummenaarbecht mat der
Eltereschool Janusz Korczak
(Fondation Kannerschlass)





WORKSHOP Vëlos-Reparatur

"I want to ride my Bicycle"

Et ass erëm esou wäit, Deeg fi méi laang, d'Wieder gëtt besser..., wien huet do nët Loscht säi Vëlo aus dem Keller ze huelen an dermat ze fuehren.

Mee op wat muss ech no sou engem laange Wanter oppassen a virun allem, wéi kann ech mat wéineg Opwand a Geschéck mäi Vëlo erëm an d'Rei setzen?

Dëst an nach viles méi, gëss du bei eis am Cours gewuer. Schreif dech einfach an, bréng däi Vëlo mat a scho geet et lass. Mat e bësse Mutt a mat wéineg Handwierkssache kanns och du zur Spezialistin ginn.

Formateurs: Alex Feltz, Velo-Club „Le Guidon“ Bielese; Karsten Müller, ADFC Trier

Datum:
5. Juni 2010 vu 14.00-17.00 Auer

Bedeelungskäschten: 5 €
(mat abegraff ass d'Material fir de Vëlo ze flécken)

Wou: Jugendhaus Zolwer
75, rue de Belvaux, L-4418 Soleuvre

Umelle kanns du dech beim:

Jugendtreff Saba
Tél. 59 34 07
e-mail: saba@pt.lu

Chancegläichheetservice
Mme Ruth Marchewka
Tel. 59 30 75 48
e-mail: ruth.marchewka@sanem.lu

Ëmweltservice
Här Jos Mathieu
Tél. 59 30 75 55
e-mail: jos.mathieu@sanem.lu



VËLOS- REPARATUR

I want to ride my Bicycle

ENG NEI NOHALTEG INITIATIV
ORGANISÉIERT VUM
Schäfferot, Chancëgläichheetservice,
Ëmweltservice an Ëmweltkommissioun
vun der Gemeng Suessem
an Zesummenaarbecht mam
Jugendtreff Saba

KONFERENZ

"Coaching & Gender Balance"

Vill Fraen, an awer och vill jonk Leit - Fraen a Männer - fille sech onwuel an hirem Beruff.

Vill grouss Betriber bekloen sech, dass se iwwer d'Halschent vun de Fraen an deenen éischten zwee Joer verléieren. Obwuel se "näischt falsch maachen" a "bestëmmt net discriminéieren". "Éierewuert!"

Wou, also, läit d'Kromm an der Heck? Ass "e Problem" mat de Fraen? Oder ass villméi eppes falsch mat dem Aarbechtsklima?

Des Konferenz belicht eis Betribskultur a weist Méiglechekeiten, wéi een als jonke Mënsch a besonnesch als Fra, besser kann domat eens ginn an doduerch, dass ee senge Wäerter trei bleift, e positiven Afloss kann op d'Betribsklima, op d'Qualitéit vun der Zesummenaarbecht an op seng Kollegen hunn.

Coaching kann dobäi net nëmmen eng wäertvoll Hëllef sinn, et ass och sënnvoll di fundamental Coachingkompetenzen selwer ze léieren fir d'Aarbecht an der Équipe ze verbesseren.

Formateur:

De Serge Thill huet en MBA (Master of Business Administration), schafft als Executive- a Carrière-Coach, an ass Papp vun zwee jonke Leit di um Ufank vun hirem Carrière sinn.

Datum: Mëttwoch, den 9. Juni 2010, 19.30 Auer

Wou: Haus «A Gadder», 10 rue de France zu Bieles

Sprooch: Lëtzebuergesch



Serge Thill

COACHING & GENDER BALANCE

Organisation: Collège Échevinal et
Service à l'Égalité des chances
de la Commune de Sanem





VĚLOS- REPARATUR

ENG NEI NOHALTEG INITIATIV
ORGANISÉIERT VUM

Schäfferot, Chancëgläichheetsservice,
Ëmweltservice an Ëmweltkommissioun
vun der Gemeng Suessem
an Zesummenaarbecht mam
Jugendtreff Saba

COURS

"VĚlos-Reparatur"

I want to ride my BICYCLE

Sommer, Sonne, Luft & Freiheit ... all das und noch viel mehr lädt uns ein, Fahrrad zu fahren.

Um sich maximal frei zu fühlen, ist es allerdings furchtbar praktisch, Werkzeug dabei zu haben und – selbst ist die Frau, selbst ist der Mann – sein Fahrrad reparieren zu können. Unterwegs oder daheim!

Also, ran an den Reifen an diesem Tag – Praxis pur mit Spaß und Wonne.

Der Fahrradreparatur- Workshop, besonders für Mütter & Töchter, Väter & Söhne!

Formateurs:

Alex Feltz, Velo-Club «Le Guidon» Bieles
Karsten Müller, ADFC Trier

Public cible: Fraen a Männer

Datum: Samschdes, 25. September 2010, 14-17 Auer

Wou: am Gaart vum Schlass zu Suessem

Bedeelungskäschten: 5 €

Sprochen: Lëtzebuergesch, Däitsch a Franséich

Weider Informatiounen:

Chancëgläichheetsservice

Mme Marchewka Ruth
Tél. 59 30 75 48
e-mail: ruth.marchewka@sanem.lu

Ëmweltservice

Här Mathieu Jos
Tél. 59 30 75-55
e-mail: jos.mathieu@sanem.lu

WORKSHOP

"Mech am Beruf entfalen & ech selwer bleiwen"

Dëse Workshop belicht eist beruflecht Ëmfeld an eis selwer an eisem Berufsliewen. Dësen Dag soll eng Plaz si fir Iwwerleeung an Austausch an enger frëndschaflecher Atmosphär iwwer Froen wéi: Wat sinn d'Grondideeën, déi eis leeden? Gëtt et alternativ Modeller? Kënne mer un der Verännerung deelhuefen amplaz se ze erliden? Wéi kënne mir eis Wäerter an eist Berufsliewen erabrëngen? Wéi kënne Fraen a Männer zesummeschaffe fir eng Wäerterorientéiert Betribskultur ze schaafe?

Sujeeë sinn:

- E kritesche Bléck op eist "Rezept" fir Disaster: wat leeft falsch?
- En interaktivt Spill vu Gruppolitik
- Coachingkompetenze fir all Dag
- Den ongleeflechen Effet, deen eise Bléckwénkel op eis selwer an op eist Ëmfeld huet – eng Rees fir d'Aen
- "Déif Motivatioun" – en Exercice a klénge Gruppe fir ze verstoe wat deen eenzelne motivéiert
- Déi siwen Niveauën vu Bewosstsinn

Formatrice: Tessy Thill, MA (Industrial Psychology)

Formateur: Serge Thill, MBA, Executive- a Carrière-Coach, Certificat "Cultural Transformation Tools"® vum Richard Barrett.

Datum: Samschden, den 2. Oktober 2010
vun 9-12.30 a vun 13.30-16 Auer

Bedeelungskäschten: 15€

Wou: Haus «A Gadder», 10 rue de France zu Bieles

Sprooch: Lëtzebuergesch

Umeldung:

bis spéitstens den 15.09.2010

beim Service à l'Égalité des chances

Tel. 59 30 75 48

e-mail: ruth.marchewka@sanem.lu



Tessy Thill

MECH AM BERUF ENTFALEN & ECH SELWER BLEIWEN

Organisation: Collège Écheval et
Service à l'Égalité des chances
de la Commune de Sanem





Serge Thill

WORKSHOP

"Personal fulfillment at work & living my values"

This workshop looks at our professional environment and at ourselves in our professional lives. It provides a space for reflection and exchange in a friendly atmosphere about questions like: Which is the mindset that guides us? Are there alternative models? Can we be agents of change rather than victims of change? How can we apply our values to our professional lives? How can women and men work together to install a values based corporate culture?

Topics include:

- A critical look at our "recipe" for disaster: what's going wrong?
- An interactive game of group politics
- Coaching skills for everyday use
- The incredible effect that our perspective has on ourselves and on our environment – a visual journey
- "Core motivation" – an exercise in small groups to understand what makes us tick individually
- The Seven Levels of Consciousness

Trainers:

Tessy Thill, MA (Industrial Psychology)

Serge Thill, MBA, Executive and Career Coach, Certification in "Cultural Transformation Tools"® developed by Richard Barrett

Date: Saturday, 23 October 2010
9:00-12:30 and 1:30-4:00 pm

Fee: 15€

Location: Haus «A Gadder», 10 rue de France, Belvaux

Language: English

Please register at:

Service à l'Égalité des chances
Tel. 59 30 75 48

e-mail: ruth.marchewka@sanem.lu

(until 19 October 2010)

WORKSHOP

Intelligenz - neu verstanden Eine Schatzsuche

Der Folge-Workshop von:

Lernen fürs Leben:

Wie Ihre Kinder heil durch die Schule gehen

Liebe Eltern,
ich lade Sie herzlich ein zum Workshop „Intelligenz - neu verstanden: Eine Schatzsuche“.

Wenn Sie sich wünschen, dass Ihr Kind sein volles schöpferisches Potential entfalten dürfen Sie mit mir hinterfragen, was wir so landläufig unter Intelligenz verstehen. Die Schule hat uns diesbezüglich geprägt und eine enge Spur hinterlassen, die wir nun erweitern dürfen.

Wenn Ihr Verständnis von Intelligenz sich ausdehnt, werden Sie nicht nur sich selbst, sondern auch Ihr Kind mit ganz neuen Augen sehen und entsprechend unterstützen können. Begeben wir uns gemeinsam auf Schatzsuche und staunen Sie mit mir über die großartige Vielfalt des Lebens. Entwickeln Sie wieder Vertrauen und schenken Sie es an Ihre Kinder weiter.

Elterngesprächskreis am Nachmittag

Am Nachmittag findet dann ein kleiner Elterngesprächskreis statt, wo die individuelle Schulsituation Ihres Kindes Würdigung findet und eventuell Fragen vom Vormittag vertieft werden können. Dabei verstehe ich uns alle als Teil einer Gruppe Erfahrener, die einander unterstützen, damit es leichter wird, mit Schulthemen umzugehen. Auch wenn Sie keine konkreten Fragen haben, sind Sie willkommen.

Die Teilnahme am Vormittag ist für den Workshop Voraussetzung.

Referentin: Anette Kappes, Gestaltpädagogin, langjährige Realschullehrerin, heute Lehrkraft für Lehrerbildung an der Universität Trier, Elternberaterin in Schulfragen, Mentorin für junge Menschen in Schul- und Berufsfragen



Anette Kappes

INTELLIGENZ – NEU VERSTANDEN EINE SCHATZSUCHE

Organisation: Schöfferrat,
Chancengleichheitsdienststelle und
Chancengleichheitskommission der
Gemeinde Sanem in Kooperation mit
der Eltern-Schule Janusz Korczak



Datum: Samstag, 22.01.2011, 9-12.30 und 14-17 Uhr

Kostenbeitrag: 10 € pro Person oder Paar

Veranstaltungsort:

Kultur- und Geschichtshaus «A Gadder»,
10, rue de France in Beles

Veranstaltungssprache: Deutsch

Anmeldung:

bis spätestens 17.01.2011
beim Service à l'Égalité des chances
Tel. 59 30 75 48
e-mail: ruth.marchewka@sanem.lu



WORKSHOP

„Spieglein, Spieglein an der Wand ... Workshop zur kritischen Auseinandersetzung mit Schönheitsidealen“

Dieser Workshop verfolgt folgende Lernziele:

Die Schüler/innen sollen

- verschiedene Schönheitsideale kennen lernen und erfahren, dass Schönheitsideale sich im Laufe der Zeit ändern und demnach nicht absolut sind
- ihre eigenen Vorstellungen von Schönheit (bezogen auf sich selbst und ihre Mitmenschen) erkunden
- sich als Mädchen und Jungen kritisch mit Schönheitsidealen auseinandersetzen, die sie ständig umgeben (Werbung)
- sich mit dem eigenen Körper auseinandersetzen, die individuellen Eigenschaften kennen und schätzen lernen und in der Auseinandersetzung mit den Mitschülern/ Mitschülerinnen erlernen, diese individuellen Eigenschaften über Fremdzuschreibungen zu stellen
- den Blick von den Äußerlichkeiten weglenken
- entdecken, dass äußerliche Schönheitsideale das Körpergefühl stark beeinflussen können
- erfahren, dass ein gutes Körpergefühl wichtig für das Selbstvertrauen ist und mit geeigneten Mitteln erproben, wie sie ihrem Körper Gutes tun können



Kampagne der
Gemeinde Sanem

**DAS
SCHULPROJEKT:
«ZESUMME SI MIR
STAARK!»**

**GLEICHBERECHTIGUNG
LEBENDIG IN DEN
SCHULALLTAG BRINGEN**

WORKSHOP

„Kommunikation - Sich selbst behaupten und fair miteinander umgehen“



Dieser Workshop verfolgt folgende Lernziele:

- Selbstbehauptung (Wer bin ich und wie kann ich mich selbst durchsetzen und behaupten?)
- Kommunikation (Wie kann ich mich ausdrücken und meine Meinung sagen ohne andere zu verletzen?)
- Sensibilisierung der Geschlechterrollen (Warum es gut und wichtig ist, das eigene und das andere Geschlecht zu verstehen.)
- die Ich – und Sozialkompetenz von Schülerinnen und Schülern zu stärken und ihnen vermitteln, dass „stark sein und sich selbst behaupten“ und „fair miteinander umgehen“ kein Widerspruch sein muss
- dass jeder einzelne seine Stärken und Schwächen besitzt und dass gerade diese Vielfalt der Eigenschaften und Fähigkeiten wichtig für eine Gruppe, eine Klassengemeinschaft sind
- dass beide Geschlechter spezifische Stärken und Schwächen haben und dass alle Eigenschaften und Fähigkeiten wichtig und gut für eine Gruppe, eine Klassengemeinschaft sind
- dass es zwar viele Unterschiede zwischen den Geschlechtern gibt, die jedoch nicht pauschal verallgemeinert werden können



WORKSHOP

„Körperarbeit“

Ziel des Workshops ist, eine individuelle Bewegung in Beziehung zu sich selbst und zur Gruppe zu finden und kreativ damit umzugehen, damit sich der Mensch als eine Persönlichkeit entwickeln kann. Die Körperlichkeit der Bewegung ohne Wettstreit bringt den Kindern ihren Körper näher und gibt ihnen durch die schöpferische Arbeit mehr Selbstvertrauen und Selbstwertgefühl.

Wir möchten, dass die Kinder die wunderbaren Fähigkeiten und Möglichkeiten des eigenen Körpers als Mädchen oder als Junge vielfältig erfahren und noch bewusster wahrnehmen und schätzen lernen. So kann die eigene seelische und körperliche Gesundheit gefördert werden. Gleichzeitig sind dies wichtige Schritte auf dem Weg zur Überwindung der Stereotype „Typisch Mädchen“, „Typisch Junge“.

Der Workshop ist unterteilt in zwei Teile, die vom Inhalt und Konzept her unterschiedlich sind und sich gut ergänzen.

Teil 1:

Die vier Basisübungen:

- Körpererfahrungen sammeln
- Raum auf andere Weise nutzen
- Körperkontakt entstehen lassen
- Rhythmische Übungen kennenlernen

Tanz ist Ausdruckssprache und gibt uns die Möglichkeit etwas was uns bewegt, nach aussen mitzuteilen. So können die Kinder die Möglichkeit nutzen, körperlich zu vermitteln, was sie innerlich bewegt.

Das Konzept knüpft an das natürliche Bewegungsverhalten der Kinder an. Bewegung während der Schulzeit passiert z.B. auch im Schulhof. Oben genannte Basisübungen und ihre Zielsetzungen werden in Raum-Kraft- und Zeitübungen umgewandelt. Bewegungsgeschichten entstehen und werden gemeinsam gestaltet und umgesetzt.

Teil 2:

Im zweiten Teil ist das Ziel (zusätzlich zu den o.g. Zielen), Bewegungsmuster aus anderen Kulturen, insbesondere aus dem afrikanischen und orientalischen Tanz kennenzulernen. Auch Atem- und Entspannungsübungen sowie einfache





Fußmassage-Techniken, z.B. aus Indien, werden teilweise mit einbezogen. Es geht darum, andere Welten, neue Bewegungs- und Entspannungsformen kennenzulernen, um das eigene Bewegungsrepertoire und die eigene Persönlichkeit zu erweitern. Ebenso sollen diese anderen Welten dazu dienen, neue, kreative Formen von Selbstausdruck beim freien Tanzen zu entwickeln. Den eigenen Tanz tanzen, bekanntes und neues mischen, völlig neues erfinden und spüren– das stärkt das Selbst und das Gefühl „Ich-bin-gut-so-wie ich bin“, egal ob dick oder dünn, egal was ich sonst so an Leistungen bringe oder nicht bringe.

- Aufwärmübung – Sensibilisierung für die Anatomie und u.a. Mobilisierung des Beckens, welches eine zentrale Rolle in afrikanischen und orientalischen Tanzformen einnimmt
- Schwerpunkt auf den orientalischen Schleier: Freier Tanz, Tänze mit dem Schleier erfinden, das Gefühl unglaublicher Leichtigkeit
- Grundzüge des Orientalischen Tanzes (inklusive: Wie funktionieren eine wirklich „aufrechte“ Haltung, Beckenkreise, Kicks?) sowie Kennenlernen der orientalischen Münz-Hüfttücher, welche wir, ebenso wie die Schleier, den Kindern zur Verfügung stellen
- Atem- und Entspannungsübungen
- Grundzüge des Afrikanischen Tanzes (inklusive: Wie drücken Menschen, z.B. in Westafrika, ihre Alltagstätigkeiten wie Kochen, Ernten oder das Miteinander-Teilen in ihren Tanzformen aus? Wie drücken sie Dankbarkeit oder Freude in ihren Tänzen aus?). Dabei genießen die Kinder besonders die Schnelligkeit, die Sprünge, das „Powern“.
- Fußmassage aus Indien als Abschluss
- Feedback-Runde

Sämtliche Workshops des Schulprojektes sind so angelegt, dass verschiedene altersspezifische Methoden zum Einsatz kommen. Ein besonderes Augenmerk liegt z.B. auf der Arbeit in geschlechtshomogenen Gruppen. Jungen und Mädchen sollen die Möglichkeit erhalten, jenseits der üblichen Rollen neues kennenzulernen und auszuprobieren. So können wir langfristig zur körperlichen und seelischen Gesundheit beitragen.

Wie alle Projekte des Chancengleichheitsdienstes wird auch dieses Projekt evaluiert.

Babysitting

Les personnes retenues sur la liste ont participé à une formation intensive de 32 heures avec le contenu suivant:

- Développement de l'enfant
- Styles d'éducation
- Techniques de loisirs
- Les gestes qui sauvent
- Communication avec les petits enfants
- Soins du bébé/ Notions d'hygiène et d'alimentation
- Visite de la Maison Relais
- Présentation et planification d'une séance de babysitting
- Les droits de l'enfant
- Alternatives aux jeux «traditionnels»: jouer sans jouets

Vous êtes priés de contacter vous-mêmes les babysitters et d'arranger les détails tels que horaire, tarif, trajet, etc.

La commune ne peut pas être tenue responsable de la qualité des services offerts par les babysitters.

Pour tout renseignement supplémentaire, veuillez contacter le Service à l'Égalité des chances entre femmes et hommes au 59 30 75-48 ou par courriel (ruth.marchewka@sanem.lu)



Kampagne der
Gemeinde Sanem

**TIME FOR
YOURSELF**

HIRE A BABYSITTER!

**ENGAGÉIERT IECH
E BABYSITTER!**





Liste Babysitters

Allegrini Linda	Sanem	59 42 38	L, D, F, I
Bettendorff Jana	Sanem	59 49 50 621-66 22 77	L, D, F, E
Birukoff Mona	Belvaux	691-80 80 74	L, D, F, E
Boes Laetitia	Sanem	59 64 31 621-45 93 95	L, D, F, E, I
Bosic Stana	Esch	661-84 41 90	L, D, F, E, S
Bricoccoli Anne	Sanem	621-28 38 92	L, D, F, E
Carneiro Sara	Belvaux	621-72 82 66	L, D, F, P, E
Conter Lindsay	Sanem	59 37 16 691-58 95 42	L, D, F
Dias Silva Catarina	Sanem	59 08 20 691-68 84 03	L, D, F, P, E
Dias Silva Elisabete	Sanem	59 08 20 691-83 76 45	L, D, F, P, E
Dumont Nathalie	Soleuvre	59 36 14 691-63 99 12	L, D, F
Ewen Raïssa	Belvaux	59 54 98 661-22 93 01	L, D
Fecchi Mélissa	Soleuvre	59 00 55 621-51 49 49	L, D, F, E, I
Goergen Annick	Soleuvre	59 10 06 691-84 18 65	L, D, E
Heimanns Tamara	Belvaux	621-37 62 89	L, D
Hilger Vera	Ehlerange	57 43 14 621-69 55 71	L, D, F
Hoeser Jil	Sanem	59 04 71 621-47 88 77	L, D, F
Holcher Rachel	Soleuvre	26 59 14 27	L, D, F
Horsmans Andy	Soleuvre	59 53 68 691-30 10 90	L, D, E
Jakobi Lisa	Soleuvre	621-48 58 95	L, D, F
Jung Lisa	Soleuvre	59 06 56 691-70 92 04	L, D, F

Kaufmann Sabrina	Belvaux	26 59 13 08	L, D, F
Kihn Nina	Belvaux	59 47 60 661-59 47 60	L, D, F
Krack David	Belvaux	26 59 17 86 691-86 37 17	L, D, F, I
Kripler Nadia	Soleuvre	59 53 67 661-59 53 67	L, D, F, E
Marta Sara	Soleuvre	691-94 39 21	L, D, F, P
Mausen Jessica	Soleuvre	59 38 48 691-67 32 29	L, D, F
Militello Elisa	Belvaux	59 40 41 691-71 19 07	L, D, F, E, I
Offermann Cheryl	Sanem	661-81 90 03	L, D, F
Paoletti Tiziana	Soleuvre	59 17 94 691-81 34 71	L, D, F, E, I
Raspado Laetitia	Belvaux	59 53 94 691-96 80 58	L, D, F, E
Reiffer Lynn	Belvaux	691-78 64 27	L, D, F
Saeul Nathalie	Ehlerange	55 70 02	L, D
Schlim Alexander	Soleuvre	59 33 42 691-82 03 92	L, D, F, E
Schlim Andrea	Soleuvre	59 33 42 691-79 26 23	L, D, F, E
Schneider Fabienne	Soleuvre	59 25 86 691-31 47 39	L, D, F
Schong Terry	Soleuvre	661-96 48 87	L, D, F, E
Schott Aline	Soleuvre	59 31 94	L, D, F
Schuh Aileen	Sanem	661-22 07 92	L, D, F
Spautz Elena	Sanem	59 05 51 661-90 13 71	L, D, F
Tadjine Ophélie	Belvaux	59 64 68 621-66 24 05	L, D, F
Tarpani Claudia	Soleuvre	55 27 56 691-89 79 44	L, D
Zabot Sandra	Soleuvre	59 30 96	L, D, F, E, I
Zanon Lydia	Sanem	661-77 16 47	L, D, F



Les langues:

L= Lëtzebuergesch
F= Français
D= Deutsch
P= Português
I= Italiano
S= -Srpsko-Hrvatski
E=English

**Date de dernière mise à jour:
07.04.2010**

