



SEPTEMBER 2022

IBZ NEWSLETTER

Internationales Begegnungszentrum Friedenshaus e.V.

Liebe:r Leser:in,

Der Herbst naht und das IBZ Friedenshaus e.V. bietet neue Angebote, die uns in dieser Winterzeit begleiten werden, wie z.B. unser Workshop zum Stressmanagement & Entspannung im beruflichen Alltag oder Pilates für Frauen. Wer sich mit Rhythmus und Tanz aufwärmen möchte, kann sich für unsere Salsa oder Balkan Tanzkurse anmelden. Auch in unserem Weiterbildungsbereich wird es spannende Themen geben: Im November und im Dezember bieten wir eine Fortbildung für Lehrkräfte mit dem Titel „Trauma & Kinder: Umgang mit traumatisierten Kindern und Jugendlichen im System Schule“ an sowie eine Ausbildung zur Konfliktlotsin/zum Konfliktlotsen.

Von weiteren Angeboten erfährst du in dieser Ausgabe. Viel Spaß beim Lesen!

Dein IBZ Friedenshaus e.V.

Wo sind wir?

 Teutoburger Str. 106
33607 Bielefeld

Mühlenstrasse 54,
33607 Bielefeld

 0521-521-9030

 info@ibz-bielefeld.de

 www.ibz-bielefeld.de

 @ibzbielefeld

 # IBZ Friedenshaus e.V.

Geschäftsführung

Johanna Al Shumali
0521-521 9042
leitung@ibz-bielefeld.de

Integrationskurse & Allgemeine Weiterbildung

Yammen Al Shumali
0521-5219037 oder 0521-5219042
weiterbildung@ibz-bielefeld.de

Migrationsberatung

Jana Snitko & Philipp Schniederkötter
0521-5219032/ 0176-55067564
sozialberatung@ibz-bielefeld.de

IBF: Politische Bildung

Sarah Adameh
0521-5219034 oder 38
politische.bildung@ibz-bielefeld.de

Kinder- und Jugendbereich

Laurel Chougourou & Philipp Schniederkötter
0521-521 9032 oder 36
kinderundjugend@ibz-bielefeld.de

Interkulturelles Promotorenprogramm

Yammen Al Shumali
Christiane Telles-Esseling
0521-5219041

Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

Christiane Telles-Esseling
0521-5219038
presse@ibz-bielefeld.de

Veranstaltungskoordination

Magatte Gaye
0521/5219039
magatte@ibz-bielefeld.de

Integration



SPRACHE

KULTUR



TOLERANZ

IDENTITÄT

ZUSAMMEN-
WACHSEN





Allgemeines



info@ibz-bielefeld.de



0521- 521 9030

Neues Datum für die Fortbildung Trauma & Schule und Ausbildung zur Konfliktlotsin und zum Konfliktlotsen

Das IBZ, in Kooperation mit der Diakonie Bielefeld, bietet vom 04. bis 05. November 2022 eine Fortbildung für Mitarbeiter: innen und Lehrkräfte von Schule, im Bereich Umgang mit traumatisierten Kindern und Jugendlichen an.

Dieser Workshop soll einen Einstieg in das Themenfeld geben und Kompetenzen vermitteln. Durch diese Lerninhalte wird das Fachpersonal in ihrer Rolle gestärkt sowie Methoden in den Bereichen Kommunikation, Arbeitsgestaltung sowie Problemlösestrategien zur Verfügung gestellt bekommen, um in konflikthaften oder belastenden Situationen souverän einen Umgang zu finden.

Referentin: Franziska Fritz

Teilnahmegebühr: 375 Euro (Bezahlung mit Bildungsscheck möglich)
Anmeldung unter www.ibz-bielefeld.de/iff-weiterbildung-kursangebot

Konfliktlotsinn:en werden- Das IBZ, in Kooperation mit der Participopolis Akademie, bietet vom 05. bis 09. Dezember 2022, eine Ausbildung zum Konfliktlotsen an. Zielgruppe sind Personen, die entweder ukrainisch und/oder russisch sprachig sind oder eine andere Fremdsprache sprechen und beispielsweise in Flüchtlingsunterkünften ehren- oder hauptamtlich arbeiten oder beispielsweise Personen, welche Integrations- oder Deutschkurse für Menschen aus der Ukraine geben. Alle anderen Interessierten sind aber auch herzlich willkommen! Deutschkenntnisse sind Voraussetzung für die Teilnahme. Die Ausbildungswoche findet von 9 Uhr bis 16 Uhr (1 Std. Pause) statt, im IBZ Friedenshaus e.V. (Teutoburger Str. 106 33607 Bielefeld) täglich von 9 Uhr bis 16 Uhr statt.

Themen/Inhalt/Methoden:

- Erlernen von Konfliktlösungskompetenzen
- Wo sind die Grenzen von Mediation?
- Gewaltfreie Kommunikation
- Deeskalationstraining
- Voraussetzung: alle Personen sollten gute Deutschkenntnisse haben

Der Kurs kann als Teil einer zertifizierten Ausbildung zum Mediator angerechnet werden!

Teilnahmegebühr: 200€ / 120 € Ermäßigung (inkl. tägliches Mittagessen und Getränke). Bezahlung mit Bildungsschecke möglich!



Allgemeines



info@ibz-bielefeld.de



0521- 521 9030

Raus aus der Stressfalle! Stressmanagement & Entspannung im beruflichen Alltag

Unser Workshop gibt einen Einblick in zentrale Aspekte der Stressforschung und vermittelt Kenntnisse über die Auswirkungen, die Stress auf unser körperliches und psychisches Befinden haben kann.

Inhalte sind z.B.:

- Ansätze der Stressforschung
- häufige Stressfaktoren kennen, Stress nachhaltig und intelligent managen
- eigene Stressfaktoren betrachten, individuelles Stressmanagement fördern
- Kompetenzen zur Stressbewältigung entfalten
- Techniken und Übungen zur Stressreduzierung
- Sofortmaßnahmen bei Stress
- Bewegung als Stresslöser kennenlernen und nutzen
- dem Stress nachhaltig im beruflichen Alltag begegnen – Stressprävention

Kursleiterin: Dr. Christina Scholz, Coach (DGfC)

Kursraum: Veranstaltungssaal des IBZ (Teutoburger Str. 106 33607)

Kursgebühr: 225,00 €

(inklusive Getränke, Snacks und Mittagessen)

Bitte bequeme Kleidung, dicke Socken, Decke/Handtuch mitbringen!

Raus aus der Stressfalle!
Stressmanagement & Entspannung im beruflichen Alltag

Workshop
im IBZ Friedenshaus e.V.

21.10.2022-22.10.2022
Freitag: 9-16 Uhr
Samstag: 9-15.30 Uhr





Allgemeines



info@ibz-bielefeld.de



0521- 521 9030



La Noche Caliente findet wieder statt

Nach zwei Jahren Zwangspause wegen Corona ist die bekannte LatinoParty „La noche caliente“ wieder zu genießen. Ab Samstag, den 17. September, findet die Party immer **an jedem dritten Samstag des Monats**. Es wird sogar einen Salsa Schnupperkurs geben, ab 21 Uhr. Unser Kollege Magatte Gaya ist für die Organisation zuständig.

Eintritt: 5 Euro. Infos: magatte@ibz-bielefeld.de

Sprachcafé donnerstags mit neuer Uhrzeit

Wie bereits allgemein bekannt, findet unser Sprachcafé wöchentlich dienstags und donnerstags in der IBZ-Kantine statt. Eine kleine Veränderung ist allerdings zu berichten: Am Donnerstag beginnt es jetzt immer 16 Uhr. Dienstags bleibt es bei der gewohnten Uhrzeit.

Im Sprachcafé sind alle willkommen, die Deutsch sprechen, lernen oder üben möchten

Unsere Treffen sollen allen Interessenten die Möglichkeit geben für:

- Beidseitigen Sprachtausch
- Kontakte knüpfen
- Sich interkulturell zu vernetzen
- Sich sprachlich weiterzuentwickeln
- Eigenes Wissen weiterzugeben

Das Ganze ist völlig unverbindlich! Kommt vorbei!

Sprachcafé
in der IBZ Kantine

Dienstags | 14 - 16 Uhr |
Donnerstags | 16 - 18 Uhr |

- interkulturell vernetzen
- sprachlich weiter entwickeln
- eigenes Wissen weitergeben?

Alle die vorbeikommen wollen, sind herzlich willkommen!
Das Ganze ist völlig unverbindlich und kostenlos!

IBZ Friedenshaus e.V.
Teutoburger Str. 106 33607- Bielefeld



Wer sich für eine DTZ Prüfung oder einen Test leben in Deutschland anmelden möchte, hier die nächsten Termine. Bitte beachte, dass die Anmeldung nur persönlich im Büro nach vorheriger telefonischer Absprache erfolgt!

DTZ (B1-Prüfung), von 09 bis 16 Uhr

11.11.2022

Anmeldeschluss: 1 Monat vor Termin

Prüfungsgebühr: 125 Euro oder kostenlos*

*kostenlose Teilnahme: bei Vorlage eines Berechtigungsscheins

Anmeldung nur persönlich im Büro nach vorheriger telefonischer Absprache! Denken Sie an den Mundschutz!

Test Leben in Deutschland, von 17:00 bis 18:00 Uhr

19.10.2022

Anmeldeschluss: Drei Wochen vor Termin

Prüfungsgebühr: 25 Euro oder kostenlos*

*kostenlose Teilnahme: bei Vorlage eines Berechtigungsscheins

Anmeldung nur persönlich im Büro nach vorheriger telefonischer Absprache! Denken Sie an den Mundschutz!



Kursnr.: IFF 14-22 Balkantänze

18.10.2022 – 13.12.2022 20:00 – 21:30 Uhr

Kurstag: dienstags

Anzahl der Termine: 8

Kursleiterin: Eva Schwarze

Kursraum: Veranstaltungssaal

Kursgebühr: 64 €/ ermäßigt: 52 €

Kursnr.: IFF 15-22 Pilates für Frauen

20.10.2022 – 15.12.2022 18:00 – 19:00 Uhr

Kurstag: donnerstags

Anzahl der Termine: 9

Kursleiterin: Dr. Christina Scholz

Kursraum: Mühlenstraße 54 33607 Bielefeld !!

Kursgebühr: 50 €/ ermäßigt: 40 €

Kursnr.: IFF 16-22 Salsa

20.10.2022 – 15.12.2022 18:30 – 20:00 Uhr

Kurstag: donnerstags

Anzahl der Termine: 9

Kursleiterin: Cecilia Diaz

Kursraum: Veranstaltungssaal

Kursgebühr: 72 €/ ermäßigt: 60 €

Kursnr.: IFF 17-22 Salsa Cubana

20.10.2022 – 15.12.2022 20:00 – 21:30 Uhr

Kurstag: donnerstags

Anzahl der Termine: 9

Teilnahmegebühr: 72 €/ ermäßigt: 60 €

Kursleiterin: Cecilia Diaz

Kursraum: Veranstaltungssaal

Kursnr.: IFF 18-22 Stressmanagement

21.10.2022-22.10.2022 09:00 – 16:00 Uhr

Kurstitel: Raus aus der Stressfalle – Stressmanagement und Entspannung im beruflichen Alltag

Kurstage: Freitag, 21.10. 9 Uhr bis 16 Uhr und Samstag, 22.10.2022 9 Uhr bis 15.30 Uhr

Anzahl der Termine: 2

Kursleiterin: Dr. Christina Scholz, Coach (DGfC)

Kursraum: Veranstaltungssaal

Kursgebühr: 225,00 € (inklusive Getränke, Snacks und Mittagessen)

Anmeldungsformular unter: <https://ibz-bielefeld.de/iff-weiterbildung-kursangebot/>

Infos: weiterbildung@ibz-bielefeld.de

0521-521 9037



Anmeldungen für offene Angebote

 politische.bildung@ibz-bielefeld.de

 0521-521 9034

Anmeldung für kostenpflichtige Angebote:

www.ibz-bielefeld.de/ibf-politische-bildung

Erzählcafé in Brackwede: Brasilien – ein Land mit bunter Identität

Am 26.09.2022, um 15 Uhr, findet das Erzählcafé statt, in Kooperation mit der Diakonie Brackwede. Das Thema „Brasilien – ein Land mit bunter Identität“, wird von der Mitarbeiterin des IBZ, Christiane Telles-Esseling vorgestellt.

2003 hatte Christiane ihr Studium der Sozialwissenschaft, Schwerpunkt Journalismus, in Brasilien abgeschlossen und anschließend als Journalistin für Zeitungen, Zeitschriften und Radio als Reporterin gearbeitet, besonders zu Themen wie Umwelt & Klima.

Seit 2011 lebt sie in ihrer Wahlheimat Bielefeld. Seit 2020 ist sie im IBZ Friedenshaus e.V. in verschiedenen Bereichen tätig. Ihr Thema im Erzählcafé ist die bunte Identität Brasiliens und die Diskussion über Rassismus und Diskriminierung.

„Brasilien hat viele unterschiedliche Realitäten und Gesichter: den Norden mit dem tropischen Amazonasbecken, den wenig entwickelten Nordosten, den industrialisierten Südosten der Wirtschaftsmetropolen, den europäisch geprägten Süden und den dem Innern des Kontinents zugewandten Zentralwesten“, betont Christiane. Die Referentin wird einen Überblick über die kulturelle Vielfalt des Landes geben und darüber hinaus wird sie von ihren persönlichen Erfahrungen in der brasilianischen Community im Ausland berichten.



Rassismuskritisch denken lernen: Eine Kernaufgabe für die Politische Bildung



Wie kann eine rassismuskritische und inklusive Kommunikation gestaltet sein? Wie muss eine Bildungseinrichtung sowie ein Verband politischer Bildung ausgerichtet sein, um rassismuskritisch und sensibel zu agieren?

Diese und andere wichtigen Fragen wurden diskutiert in der Fachtagung zum Thema „Rassismuskritisch denken lernen. Diversität in Gesellschaft und Demokratie in und mit politischer Bildung stärken“ des Arbeitskreis deutscher Bildungsstätten e. V. (AdB), die am 5. und 6.- September in Berlin stattfand.

Drei von unseren hauptamtlichen Mitarbeiterinnen nahmen auch teil und repräsentierten das IBZ in drei verschiedenen Workshops: Öffentlichkeitsarbeit und Kommunikation, Inhalte und Formate und Einrichtung und Personal.

Die Fachtagung gab den Teilnehmer:innen die Möglichkeit, auf der Grundlage eines gemeinsamen Begriffsverständnisses und einer Analyse von Bedingungen und Voraussetzungen, die Weiterentwicklung politischer Bildung zu diskutieren.

Wichtige Ansätze waren z.B.:

- Diversität sichtbar machen,
- Die Perspektiven der von Rassismus betroffenen Bildner:innen muss sich in den Angeboten deutlich wiederfinden
- Die rassismuskritische Bildung in formaler und non-formaler Bildung zu fördern
- sich auf die Seite von den von Rassismus betroffenen Menschen und Organisationen zu stellen und diese zu schützen. Rassistische Angriffe auf Menschen und Organisationen – sei es analog oder digital – sind Angriffe auf die Demokratie.

Nach dem Motto „Politische Bildung ist nicht neutral“ wurde bei der Fachtagung zudem betont, dass sich die Arbeit politischer Bildner:innen auf den Menschenrechten und demokratischen Werten basiert, die mit Rassismus unvereinbar sind. Rassismuskritik gehört daher zu den Kernaufgaben Politischer Bildung.



Ausstellung "Unfreiwillige Reise nach Deutschland" im IBZ Friedenshaus e.V.



Am Dienstag, 13. September, wurde die Ausstellung "Unfreiwillige Reise nach Deutschland" des Künstlers Naseer Alshabani im IBZ Friedenshaus e.V. eröffnet und kann bis Mitte Oktober im IBZ besucht werden.

Die Ausstellung besteht aus 14 Grafiken auf Leinwand, die von der alten Heimat über den Fluchtweg bis hin zur neuen Heimat, exemplarisch die Geschichten von unseren neuen Bielefelder Mitmenschen darstellen. Ziel ist die Auseinandersetzung mit Fluchtursachen/-hintergründen sowie Problemen bei der Integration wie z.B. durch Alltagsrassismus.

Der Künstler Naseer Alshabani stammt aus dem Irak und lebte bis 2015 mit seiner Frau und zwei Kindern in Bagdad. 2006 und 2014 machte er Abschlüsse am Institut für bildende Kunst und an der Universität von Bagdad im Fachbereich Grafik-Design und arbeitete als Kunstlehrer. Im Mai 2016 suchte der mittlerweile geflüchtete Künstler die Beratungsstelle des Caritasverbandes im Dekanat Büren e. V. mit einem Gemälde mit der Aufschrift „Pray for Peace – Betet für den Frieden“ auf. Die Beratungsstelle erkannte sein großes Potential. Somit wurde das Bild – gedacht als Geschenk – der Auftakt des Projekts „Ein Appell für den Frieden“, das Flucht aus dem Irak thematisiert. Heute lebt er in Bad Salzkotten.

Die Ausstellung wurde in Rahmen des Interkulturelles Promotoren Programm des Eine Welt Netz NRW organisiert. Eintritt frei.



Kinder- und Jugend



kinderundjugend@ibz-bielefeld.de



0521-521 9036 oder 32



0176/47062084 oder 0157/58220051

(Whatsapp, Telegram & Signal vorhanden)

Yummy yummy... Kochkurs für Kinder zwischen 8 und 12 Jahren!

"How to cook" ist unser neues offenes Angebot für Kinder zwischen 8 bis 12 Jahren. Immer montags, ab dem **15.08.22. um 17 Uhr** wird es im IBZ Küche gekocht!

Die Teilnahme ist kostenlos, wir bitten aber um eine Anmeldung!

Weitere Termine: 10.10.22, 05.11.22, 02.12.22

Kreatives Angebot für junge Menschen zwischen 10 und 16 Jahren

Die Buntestube ist ein Angebot, um sich kreativ auszuleben und auszuprobieren. Es gibt verschiedene Angebote wie Siebdruck, Malkurse, Bastelangebote und vieles mehr.

Zeiten: ab dem 15. Februar, Immer dienstags von 16:30 bis 18:30

Kursleiterin: Emma Kouamé

Dieses Angebot ist kostenlos!

NEU! Yogakurs für Alleinerziehende

Das Projekt „Gemeinsam Gesund – Gesundheitsförderung von Alleinerziehenden“ bietet vom 11.08.2022 bis 29.09.2022 jeden Donnerstag von 16.00–17.00 Uhr einen Yogakurs für Alleinerziehende mit Kinderbetreuung (1–10 Jahre) an.

Der Kurs findet in den Räumlichkeiten des IBZ in der Teutoburger Str. 106 in Bielefeld statt.

Interessent*innen müssen nichts mitbringen. Bitte tragt/tragen Sie bequeme Kleidung, Yogamatten gibt es vor Ort. Es ist möglich, jede Woche in den Kurs einzusteigen.

Bitte meldet euch/melden Sie sich immer bis Mittwoch mit Angabe des Alters der Kinder an. Das Angebot ist kostenfrei.

Anmeldungen an: Lisa Steiner, Email: lisa.steiner@bielefeld.de oder Tel: 0521 51 34763.

Herbstferienangebot
Kinderrechte kreativ
für Kinder zwischen 8 und 12 Jahren!
4.10 - 7.10, von 9 bis 13 Uhr.

Kinder haben Rechte. Doch welche sind das eigentlich und was versteht man darunter? Wissen Kinder, welche Rechte sie haben?

Kostenloses Angebot - Infos&Anmeldung unter:
☎ 0521-5219032 oder 36
01575-822 0051 oder 0176/470 620 84

📧 kinderundjugend@ibz-bielefeld.de

IBZ Friedenshaus e.V. - Teutoburger Str. 106 33607 - Bielefeld

»»» Hausgruppe



vorstand-fosbielefeldev@posteo.de



User: foodsharingbielefeldevfairteiler

Foodsharing stellt sich vor

Foodsharing ist eine 2012 entstandene Initiative, die sich für einen verantwortungsvollen Umgang mit Ressourcen und ein nachhaltiges Ernährungssystem einsetzt. Dabei steht an erster Stelle, die Verschwendung von Lebensmitteln zu beenden. Allein in Deutschland ist diese ein großes Problem: Über ein Drittel aller produzierten Lebensmittel landen in der Tonne. Und dabei werden nicht nur die Lebensmittel an sich weggeworfen, sondern auch Energie, der zeitliche Aufwand und Ressourcen, die z.B. für Anbau, Ernte, Verpackung, Transport und Lagerung notwendig waren, verschwendet. Laut einer Schätzung des WWF werden 10 % aller Treibhausgasemissionen weltweit allein durch das Wegwerfen von Lebensmitteln verursacht.

foodsharing e.V. sensibilisiert für das Thema, "indem wir bei unterschiedlichen Aktionen auf die unglaubliche Verschwendung in der Gesellschaft aufmerksam machen und Lösungsansätze anbieten.

Dafür schreiben wir Petitionen, sind im Kontakt mit Politiker:innen, geben Interviews, gehen demonstrieren und retten täglich tonnenweise Lebensmittel vor der Vernichtung. Ziel ist es, auf persönlicher und politischer Ebene Aufklärung, Umdenken und verantwortliches Handeln anzustoßen. Beim Thema Lebensmittelverschwendung kann jede und jeder etwas beitragen und beispielsweise im eigenen Haushalt darauf achten, bewusster einzukaufen, sodass möglichst alles verbraucht wird. Zudem hilft es, sich mit dem Unterschied von Mindesthaltbarkeitsdatum und Verbrauchsdatum auseinander zu setzen, sich auf die Sinne zu verlassen und so noch genießbare Lebensmittel zu identifizieren.

"Die Organisation von foodsharing funktioniert über die gleichnamige Plattform „foodsharing.de“, die mittlerweile über 450.000 registrierte Nutzer*innen und mehr als 100.000 Freiwillige, sogenannte Foodsaver*innen zählt und die Initiative zu einer internationalen Bewegung machen. Die Plattform basiert auf ehrenamtlichem Engagement. Das Retten und Teilen von Lebensmitteln findet geldfrei statt. Dabei sorgt der gemeinnützige foodsharing e.V. als Dachverband und Betreiber der Webseite dafür, dass diese unkommerziell und ohne Werbung bestehen bleibt. Die Ortsgruppe Bielefeld gründete sich 2014, zählt mittlerweile über 550 Mitglieder, hat über 50 Kooperationen (darunter der Dornberger Lebensmittelkorb) und ist heute als Verein „Foodsharing Bielefeld e.V.“ organisiert.

Wenn du uns unterstützen möchtest, melde dich einfach auf „foodsharing.de“ an und rette gemeinsam mit uns Lebensmittel vor der Tonne.

So wirst du nicht nur Lebensmittelverschwendung eindämmen und etwas für eine nachhaltige Lebensweise tun, zusätzlich lernst du laufend tolle neue Menschen kennen und hast auch noch Spaß dabei.

Kontakt: Janina Sturm

»» Wir sagen...Danke!

Möchtest du unsere Arbeit unterstützen?

Um unsere Angebote stetig zu verbessern, nachhaltig zu planen und verantwortlich zu wirtschaften, freuen wir uns über Ihre Spende. Selbstverständlich bekommst du eine Spendenbescheinigung für eine steuerlich abzugsfähige Spende an einen gemeinnützigen Verein nach § 52 AO.

Dazu benötigen wir deine vollständige Adresse.

Unsere Bankverbindung
Sparkasse Bielefeld
IBAN: DE31480501610073005613
BIC: SPBIDE3BXXX



Möchtest du dich engagieren?

Du bist politisch und/oder kulturell interessiert und motiviert, dich gesellschaftlich zu engagieren?

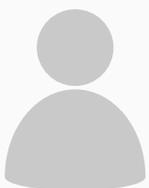
Du möchtest gerne deine Fähigkeiten, Interessen und Erfahrungen einbringen und suchst nach einer passenden Möglichkeit?

Die Angebote zur ehrenamtlichen Mitarbeit in unserem Haus sind divers und vielseitig. Du engagierst dich zum Beispiel in folgenden Bereichen:

- Kantine
- Sprachcafé
- Kinder- und Jugendbereich

Unser gemeinsames Ziel ist die Teilhabe an der Gesellschaft für alle Menschen, unabhängig von Herkunft und persönlichem Hintergrund.

Neugierig geworden? Dann sprich uns gerne an!



Deine Ansprechperson:

Johanna Al Shumali
Geschäftsführung
0521/5219033
leitung@ibz-bielefeld.de