

## EMPOWERMENT

emotion is energy in motion. (Little Simz)

Workshop für eine dekoloniale Körperzentrierte Praxis

Sa, 02.03.2024

10.00 – 17.00 Uhr

Ort: Paritätisches Bildungswerk Bremen, Faulenstr. 31, 28195 Bremen

Der Zugang zum Gebäude und zu den Räumen ist Barrierefrei.

Ganztägiger Workshop: 8 UE und 1 Stunde Pause

Dieser Workshop richtet sich an **BIPoC FLINTA\***, die Lust und Freude an der Körperarbeit haben. Wir wollen einen Raum anbieten, in dem wir, anhand von verschiedenen Methoden, wie kreatives Schreiben, Tanz und Text-Lektüren, uns gemeinsam den Fragen annähern:

- Wie wirkt sich Rassismus auf unsere Körper, unsere Wahrnehmung und Emotionen aus?
- Wie können wir unsere (Selbst-)Wahrnehmung schärfen und Transformations-Prozesse, ausgehend vom Körper, auslösen?
- Wie können wir schließlich die Deutung über uns selbst erlangen?

Vorkenntnisse in der Körperarbeit sind nicht notwendig.

Die Teilnahme am Workshop ist kostenfrei.

Wir bitten um **Anmeldung bis zum 26.02.2024** unter [info@ferdaoussadda.de](mailto:info@ferdaoussadda.de)

Da die Teilnehmenden-Zahl begrenzt ist, erfolgt die Aufnahme nach Datum der Anmeldung. Die Einladung wird nach der Anmeldung verschickt.

---

*Referentinnen des Workshops sind Serfiraz Vural (RAA Berlin e. V.) und Dr. Ferdaouss Adda (CDC-Critical Diversity Collective, bik e. V.) in Kooperation mit PBW Bremen e. V. und Partnerschaften für Demokratie in Bremen.*

**Serfiraz Vural** (sie | ihr): Soziologin, Theaterpädagogin und Performance Künstlerin. Im Moment tätig als Standortleitung der RAA Berlin e.V. Region Nord- Nordwest.

**Dr. Ferdaouss Adda** (sie | ihr): Kulturanthropologin, Netzwerkerin, freie kritische Beraterin, und Entwicklerin. Sie setzt sich für den Auf- und Ausbau diskriminierungs-sensibler Strukturen und für die Stärkung von BIPoC ein ([www.ferdaoussadda.de](http://www.ferdaoussadda.de)).