Das Leben lehrt uns viel

Neue Menschen kennenlernen, den Alltag organisieren, arbeiten, ehrenamtliches Engagement, einen Haushalt führen, in ein neues Land ziehen, Teil einer Gemeinschaft werden, sich um andere kümmern oder jeden Tag Lösungen finden – all das zeigt, was in dir steckt.

Doch wenn du beschreiben sollst, was du kannst, fragst du dich vielleicht: "Wo soll ich anfangen?"

Wenn du …

- ☑ Weißt, dass du viele **Fähigkeiten** hast, aber sie nicht gut beschreiben kannst.
- ☑ Dich in Bewerbungen, Kursen oder im Alltag **sicherer fühlen** willst.
- ☑ Ein **Ziel hast** (z.B. Arbeit, Ausbildung oder etwas Neues), aber nicht weißt, wie du anfangen sollst.
- ☑ Deine wichtigen Soft Skills **stärken** möchtest.

… dann ist EmpowerHer genau richtig für dich.

Projekt & Finanzierung

PROJEKTKOORDINATION

Wisamar Bildungsgesellschaft gemeinnützige GmbH

FÖRDERPROGRAMM

Erasmus+ – Cooperation partnerships in adult education

LAUFZEIT

01/11/2024-31/10/2026

Mehr Informationen, neue Materialien, inspirierende Geschichten und Kontaktmöglichkeiten findest du auf:

empowermigrantwomen.eu

Co-funded by the European Union

Projekt-Nr. 1-2024-DE02-KA220-ADU-000245285

Von der Europäischen Union finanziert. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können dafür verantwortlich gemacht werden.

EmpowerHer

Erkenne deine Stärken und zeige deine Erfahrungen

Kostenlose Online-Ressourcen für Migrantinnen, um ihre Fähigkeiten zu entdecken und Ziele zu setzen.

Co-funded by the European Union

Über das Projekt

EmpowerHer ist ein Erasmus+ Projekt, das Migrantinnen dabei unterstützt, Selbstvertrauen aufzubauen und wichtige Fähigkeiten für Arbeit und Alltag zu entwickeln.

Unser Ansatz ist praktisch und lebensnah: Wir knüpfen an echte Erfahrungen an und arbeiten mit kleinen, erreichbaren Schritten.

Dafür haben wir zwei kostenlose Tools entwickelt, die du in deinem eigenen Tempo nutzen kannst. Sie helfen dir dabei, deine Stärken zu erkennen, wichtige Kompetenzen zu entwickeln und deinen persönlichen Zielen näher zu kommen. Schauen wir sie genauer an:

WebApp

Die EmpowerHer WebApp ist ein freundlicher, interaktiver Online-Lernraum, in dem du Schritt für Schritt wichtige Fähigkeiten für Arbeit und Alltag entwickeln kannst.

Sie konzentriert sich auf zentrale Kompetenzen:

Kommunikation, kulturelle Sensibilität, Zusammenarbeit und Teamarbeit, Problemlösung und digitale Kompetenzen.

In der WebApp kannst du:

- Einen Einstiegstest machen, um dein aktuelles Niveau in jedem Bereich zu prüfen.
- Mit kurzen Erklärungen, Übungen und Aktivitäten lernen und trainieren.
- Dich von Geschichten anderer Migrantinnen inspirieren lassen.

ProfilPass

Der EmpowerHer ProfilPASS ist ein praktisches Arbeitsbuch, das dir hilft, deine Fähigkeiten zu entdecken, zu ordnen und zu benennen – auch solche, die du durch Lebenserfahrung gelernt hast, zum Beispiel durch Arbeit, Familie, Ehrenamt, Migrationserfahrungen, Hobbys oder Engagement in der Gemeinschaft.

Der ProfilPASS hilft dir dabei:

- über deinen Weg und deine Erfahrungen nachzudenken.
- Deine Stärken und Kompetenzen sichtbar zu machen.
- Zu verstehen, was dich motiviert und welche Unterstützung du hast.
- Ziele zu setzen und deine nächsten Schritte zu planen.

So kannst du ihn nutzen:

- Alleine und in deinem eigenen Tempo oder.
- Mit einer Mentorin, Trainerin oder Beraterin, die dich begleitet.

So kannst du die Materialien nutzen

Du kannst WebApp und ProfilPASS getrennt voneinander nutzen – beide sind für sich schon hilfreich. Zusammen sind sie jedoch besonders wirkungsvoll: Das eine hilft dir, deine Fähigkeiten zu erkennen und zu benennen, das andere hilft dir, sie zu trainieren und weiterzuentwickeln.

Beide Tools gibt es in: Englisch, Französisch, Deutsch, Griechisch, Portugiesisch und Spanisch.

01 Starte mit dem ProfilPASS

Nimm dir Zeit, über deine Erfahrungen nachzudenken und aufzuschreiben, was du bereits kannst.

02 Gehe dann zur WebApp

Mache den Einstiegstest und beginne auf dem Niveau, das zu dir passt.

03 Übe Schritt für Schritt

Probiere eine Aktivität nach der anderen aus, wiederhole, was dir hilft, und beobachte deine Fortschritte.

Tipp: Halte deinen ProfilPASS bereit, während du die WebApp nutzt. Deine Notizen helfen dir dabei, passende Übungen auszuwählen und deine Erfahrungen in neues Lernen zu verwandeln.

Scanne diesen QR-Code, um zu erfahren, wie du die WebApp schnell und einfach auf dem Startbildschirm deines Smartphones speichern kannst.