



Ich bin Mächtig eine bewegungs- und körperorientierte Werkstatt

Workshop für Bi_PoC FLINTA*

*Empower MySelf - a movement and
bodyoriented workshop*

25. MÄRZ 2023

12:00 - 18:00

DRESDEN

im Rahmen der Internationalen Wochen
gegen Rassismus



„ich bin MÄCHTIG“

- aufgrund von alltäglichen und mehrfachen Diskriminierungserfahrungen fällt es uns manchmal schwer, das zu glauben.



Mithilfe von bewegungs- und theaterpädagogischen Methoden möchten wir lernen, sowohl traumatische Gedächtnisspuren als auch unsere Sinne und Emotionen auf Körperebene wahrzunehmen und diese mit und ohne Worte auszudrücken.

Wir bieten einen Raum, um Spaß zu haben, unsere Resilienz zu fördern und unser Mächtig-Sein zu feiern. Dabei widmen wir uns einen Tag lang einfach mal nur uns selbst.

In uns allen stecken Potentiale und ungeahnte Fähigkeiten, die uns und andere bereichern können, sodass wir alle sowohl lernende als auch inspirierende Körper sind.

Hab also keine Sorge, du brauchst kein großes Vorwissen – allein Deine Anwesenheit wird eine Bereicherung für die gesamte Gruppe sein!



RAUMHALTENDE SIND:

Senja Katharina Brütting

(Pronomen: senja), mixed race Person of Color, in Deutschland geboren und aufgewachsen, 2. Generation der indonesischen Diaspora, abled-bodied, Arbeiter*innenkind, studiert und keine Kinder. Derzeit arbeite ich als freiberufliche Bildungsreferent*in mit dem Fokus auf rassismuskritischem Empowerment durch Bewegung, Healing und Embodiment. Als Tänzer*in und Tanzpädagog*in bin ich Teil von verschiedenen Projekten und Performancekollektiven, die sich mit Widerstandspraktiken, Gerechtigkeit und Dekolonialisierung künstlerisch beschäftigen.

Instagram: [@thisis.sin](#)

Manwinder/Monty Dhanjal

(Pronomen: keine/they) 2. Generation der südasiatischen Diaspora, in Deutschland geboren und sozialisiert, non-binär queer, abled bodied, Arbeiter*innenkind, privilegiert in Bezug auf Bildung (Medizin, Ethnologie und Kulturwissenschaften) und hat keine Kinder.

Manwinder's Arbeitsfokus liegt im Bereich Antirassismus, Queerfeminismus, (Post-)Kolonialismus und Intersektionalität und ist als freiberufliche Trainer*in und Aktivist*in in verschiedenen lokalen, bundesweiten und internationalen Organisationen tätig. Monty ist Teil des Podcast Kollektivs „Kaleidoskop - Zwischen mir und wir“ (@kaleidoskop_podcast) und widmet sich auch künstlerischen Arbeiten, wie das Schreiben, political Drag-Performances und Kathak-Tanz.

Instagram: [@montyliciouz](#)

ORGA

Kosten

Die Teilnahme am Workshop ist kostenlos.

Anmeldung

bis 18.3.2023 per Email an kontakt@pokubi-sachsen.de

Zielgruppe

Diese Veranstaltung ist ausschließlich für Menschen mit Sexismus- und Rassismuserfahrungen bzw. Bi_PoC*FLINTA (Black, indigen, People of Color // rassifizierte Frauen, Lesben, Inter-, Nicht-Binäre, Trans- & Ageschlechtlichen Menschen) vorgesehen; die Zahl der Teilnehmer*innen ist auf 12 begrenzt

Ort

Dresden Zentrum (genauer Ort wird nach Anmeldung mitgeteilt).
Der Ort ist für Rollstuhlnutzer*innen zugänglich und verfügt über eine rollstuhlgerechte Toilette.

Gefördert vom



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend

im Rahmen des Bundesprogramms

Demokratie **leben!**

Diese Maßnahme wird mitfinanziert mit Steuermitteln auf Grundlage des vom Sächsischen Landtag beschlossenen Haushaltes.

WELTOFFENES
SACHSEN

Gefördert durch

STAATSMINISTERIUM FÜR SOZIALES
UND GESELLSCHAFTLICHEN
ZUSAMMENHALT

Freistaat
SACHSEN

WIR SIND AKTIV IM
**BÜNDNIS
GEGEN
RASSISMUS**