

*Die schlimmste Armut ist Einsamkeit
und das Gefühl, unbeachtet und
unerwünscht zu sein.*

– Mutter Theresa –

Bei uns sind Sie willkommen.

Wir hören zu.
Wir suchen mit Ihnen nach Lösungen.

Kontakt

Haben wir Ihr Interesse geweckt?

Unsere Bürozeiten sind:
Montag bis Freitag zwischen 9.00 und 12.00 Uhr.
Terminabsprache ist telefonisch möglich.

MIRA

Internationales Bildungs- und Beratungszentrum für Frauen und Mädchen e.V.

Westring 43
44787 Bochum

Telefon: 0234/ 32 59 176
Fax: 0234/ 32 59 968
E-Mail: info@mira-ev.de

Mehr Informationen finden Sie auf unserer Internetseite:
www.mira-ev.de

Wir sind ein gemeinnütziger Verein und freuen uns
über Spenden, die unsere Arbeit unterstützen.

Unsere Kontoverbindung:
Bank: Sparkasse Bochum
IBAN DE69430500010037403797

Mitglied im paritätischen Wohlfahrtsverband

MIRA

**Internationales Bildungs- und Beratungszentrum für Frauen und Mädchen e.V.
in Bochum**

Was sind unsere Ziele?

Mira setzt sich dafür ein:

- Die Lebenssituationen von Frauen zu verbessern
- Vorurteile und Diskriminierung in Familien, im Beruf und in der Gesellschaft abzubauen
- Respekt gegenüber Frauen einzufordern
- Integration und Gleichberechtigung zu fördern

Unser Verein wurde im August 2000 in Bochum gegründet. Seitdem bieten wir Frauen unterschiedlicher Kulturen und Altersgruppen einen Schutzraum, in dem sie sich auch mit ihren kulturspezifischen Erfahrungen kennenlernen, austauschen und stärken können.

Durch diese interkulturellen Begegnungen sowie über unsere Kurse und Beratungen können Ängste, Vorurteile, Isolation und Einsamkeit abgebaut werden.

Beratung und Gespräche sind kostenlos und vertraulich. Sie werden von uns (neben Deutsch) in arabischer, kurdischer, persischer und englischer Übersetzung angeboten. Bei weiteren Sprachen versuchen wir, eine Übersetzungsmöglichkeit zu finden.

Unser Team

Unsere drei fachlich qualifizierten Sozialberaterinnen und eine Therapeutin unterstützen Sie dabei, Ihre aktuelle Lebenssituation zu ordnen, Klarheit zu schaffen und neue Lebensperspektiven zu entwickeln. Dozentinnen für Deutschkurse, die auch das Frauenfrühstück und Treffen für geflüchtete Frauen organisieren, ergänzen das Team – ebenso wie langjährige erfahrene Übersetzerinnen.

Unser Beratungsangebot



Sozialberatung zum Beispiel zu Themen wie:

- sozialrechtliche Fragen
- ausländerrechtliche Fragen
- finanzielle Krisenbewältigung
- berufliche Orientierung
- sexuelle oder rassistische Diskriminierung
- Zwangsverheiratung



Psychosoziale Beratung und therapeutische Begleitung bei häuslicher Gewalt

Wir stabilisieren und begleiten Sie allgemein in psychischen **Krisen- und Konfliktsituationen**, helfen dabei, das Selbstwertgefühl aufzubauen und Lebensperspektiven zu entwickeln oder dahin zurückzuführen.

Bei **häuslicher Gewalt** sowie Problemen in Partnerschaften, Ehe oder zwischen Eltern und Kindern können Sie mit unserer praktischen wie therapeutischen Unterstützung rechnen.

Egal, ob **geflüchtete Frauen oder Mädchen** unter ihren Lebensumständen vor der Flucht, den Bedrohungen während des Fluchtweges oder Gewalterfahrungen hier in Deutschland leiden – sie können bei uns professionelle Unterstützung finden. Therapeutische Sitzungen finden in muttersprachlicher Übersetzung statt.

Um einen Beratungstermin zu vereinbaren, rufen Sie uns einfach an: 0234/ 32 59 176

Weitere Angebote



Soziales Netzwerk

Organisiert werden Ausflüge, Feste sowie thematische und informative Gesprächsrunden. Für geflüchtete Frauen bieten wir ein Frauencafé an. Wir arbeiten in thematischen lokalen Netzwerken mit und kommen auf Anfrage in die Einrichtungen.



Deutschkurse

Wir bieten niederschwellige Deutschkurse an. Willkommen sind sowohl Frauen mit einigen Vorkenntnissen und Analphabetinnen. Die Kurse sind kostenlos und bedürfen keiner Bewilligung durch Ämter. Kinder können mitgebracht werden. Die Kurse finden Dienstag, Mittwoch, Donnerstag und Freitag von 9:30 bis 11:30 Uhr statt.



Internationales Frauenfrühstück

Wir treffen uns immer am letzten Freitag des Monats von 9:30 bis 11:30 Uhr bei MIRA. Dann können Sie in gemütlicher Atmosphäre andere Frauen kennen lernen, sich unterhalten und Informationen austauschen.

Wir freuen uns auf Sie!