

GARDEN OF EMPOWERMENT

Grow your Plant!
Dance your Dance!
Write your Song!

Ein Projekt von OBRA - One Billion Rising Austria

3 Online-Workshops, 10 x 1EH, 1 x wöchentlich - kostenlos - offen für ALLE*!

17. 3. 2021 – Start von den Workshops

28. 5. 2021 – Final Showing / Screening (via ZOOM ab 19:30) + Stream

Gemäß dem internationalen OBR-Motto 2021: „Rising Gardens“ im Kontext zu der weltweiten Situation bezüglich der Pandemie und der dazu steigenden Zahlen der Gewalt an Frauen und Mädchen will OBRA „Gärten“ in den Wohnbereichen der Frauen zum Wachsen bringen.

Es sollen Gärten wachsen, die physisch und psychisch stärken und nähren.

Der Garten ist im metaphorischen Sinn zu verstehen, die digitale Vernetzung bringt Frauen und Mädchen aus ihrer Isolation heraus und über den künstlerischen Kreativprozess entstehen Gemeinsamkeiten.

Alle 3 Workshopreihen werden von OBRA via ZOOM gehostet und von der Künstlerischen Leitung Aiko Kazuko Kurosaki moderiert und begleitet.

Anmeldung unter: office@1billionrising.at

Mehr Infos: www.1billionrising.at

GARDEN OF EMPOWERMENT wird gefördert von der MA7 und BMKOES



* mit offen für ALLE* möchten wir darauf hinweisen, dass die Kurse inklusiv für alle Menschen zugänglich sind, hinsichtlich LGBTIQ+, ethnischer und religiöser Zugehörigkeit, Menschen aller Altersstufen mit und ohne Behinderungen. OPEN LEVEL

Workshop 1:

WRITE YOUR SONG!

Hier gilt es, die eigene Stimme zu erheben!

Text, Melodie, Harmonien, Rythmus, Stimme - diese Tools für Songwriting werden mit der Schauspielerin und Performerin Maren Rahmann erarbeitet.

Schreiben ist ein ganz wichtiger Schritt zur Selbstermächtigung und zur Bearbeitung von Ängsten und Traumata, die geschriebene Worte selbst zu singen oder performen, ist noch einmal ein weiterer wichtiger Schritt.

1x wöchentlich, immer am Mittwoch, beginnend am 17. 3. 2021 18:00 - 19:30, 10x, ausgenommen in der Karwoche.

Workshop 2:

GROW YOUR PLANT!

Hier geht ganz stark um das Inhaltliche und um deren Umsetzung!

Die Gewalt an Frauen und die Gewalt an dem Planeten Erde stehen im direkten Zusammenhang.

Dass Frauen von der Klimakrise stärker betroffen sind, ist wissenschaftlich belegt. Dieser Kurs wird von mehreren Expert*innen aus den Bereichen Klimaschutz und der bildenden Kunst begleitet. Wir arbeiten hier in direkter Kooperation mit den Parents for Future.

1x wöchentlich immer am Donnerstag, beginnend am 18. 3. 2021, 18:00 - 19:30, 10x, ausgenommen in der Karwoche.

!!Achtung, Ausnahme: wegen einem Feiertag findet 1 Kurs am Freitag, den 14. 5. 2021 von 16:00 - 17:30 statt!!

Workshop 3:

DANCE YOUR DANCE!

Finde deinen eigenen Tanz!

Der Keim, den wir hier säen ist, den eigenen Körper bewusster wahrnehmen zu können, die eigenen Möglichkeiten auszuloten und zu erweitern und die Kreativität zu fördern. Dies ist ein sehr wichtiger Prozess, nicht nur in der Selbstfindung, sondern für Selbstakzeptanz. Über den Kreativprozess können Emotionen wie Ängste, Selbstzweifel, Scham und 'Selfblaming' bearbeitet werden. Ziel ist es, in gecoachten gemeinsamen Prozessen, eigene neue Choreografien zu entwickeln und auf Videos festzuhalten.

Aiko Kazuko Kurosaki führt diesen Teil der Workshops.

1x wöchentlich, immer am Freitag, beginnend am 19. 3. 2021 18:00 - 19:30, 10x, ausgenommen in der Karwoche.