



REMCREAD



**РОЗВИТОК ТВОРЧОГО ПОТЕНЦІАЛУ ЖІНОК-ІМІГРАНТОК: ПРАКТИЧНИЙ
ПОСІБНИК ДЛЯ ОСВІТНІХ УСТАНОВ ТА ГРОМАДСЬКИХ ОРГАНІЗАЦІЙ**

РОЗШИРЕННЯ ТВОРЧИХ МОЖЛИВОСТЕЙ ЖІНОК-ІММІГРАНТОК

ПРАКТИЧНИЙ ІНСТРУМЕНТАРІЙ

ДЛЯ ОСВІТАН ТА ОРГАНІЗАЦІЙ

ПАРТНЕРИ ПРОЄКТУ

- **FUNDACJA DLA MIGRANTÓW DOBRY START i.m.A.G.Farah**
- **FUNDACJA PCKK EDUKACJA I ROZWÓJ**
- **LE MONDE DES POSSIBLES ASBL**
- **CYPRUS THIRD AGE OBSERVATORY**
- **INTERAKTION - VEREIN FÜR EIN INTERKULTURELLES ZUSAMMENLEBEN**
- **CPIA NELSON MANDELA PALERMO**



АВТОРИ

Omoye Akhagba, Patrycja Kozieł

Jolanta Ratyńska, Alisa Koliesnikova, Ida Baj

Jean-Michel Nzigiyiye

Demos Antoniou, Nikolina Aristokli, Alexia Colota

Iulia Manda

Marta Di Mariano, Giuseppe Guazzelli

Editing completed in 2025.



[CC BY-SA 4.0 license](#):: This license allows re-users to distribute, remix, adapt, and build upon the material in any medium or format, provided that proper credit is given to the creator."

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

ЗМІСТ

КОРОТКИЙ ЗМІСТ	3
1. ВСТУП	5
2. ПОТРЕБИ ЖІНОК-ІММІГРАНТОК ТА БІЖЕНОК	
фокус дослідження	12
2.1 Методологія дослідження	12
2.1.1 Мета та обсяг дослідження	12
2.1.2 Опис фокус-груп як інструменту дослідження	13
2.2 Результати дослідження в рамках проекту	16
2.2.1 Дослідження потреб жінок-іммігранток та біженок у Польщі (Варшава)	16
2.2.2 Дослідження потреб жінок-іммігранток та біженок у Польщі (Єленя Гура)	20
2.2.3 Дослідження потреб жінок-іммігранток та біженок в Італії	23
2.2.4 Дослідження потреб жінок-іммігранток та біженок в Австрії	25
2.2.5 Дослідження потреб жінок-іммігранток та біженок у Бельгії	27
2.2.6 Дослідження потреб жінок-іммігранток та біженок на Кіпрі	29
2.3 Порівняльний підсумок результатів дослідження фокус-груп	31
3. МЕТОДИ ТА ПРОГРАМИ, РОЗРОБЛЕНІ ПАРТНЕРАМИ	34
3.1 Огляд програми, розробленої FDS (Польща)	34
3.2 Огляд програми, розробленої Fundacja PCKK (Польща)	42
3.3 Огляд програми, розробленої Centro Provinciale per l'Istruzione Degli Adulti "Nelson Mandela" (Італія)	46
3.4 Огляд програми, розробленої Interaktion (Австрія)	54
3.5 Огляд програми, розробленої MDP (Бельгія)	57
3.6 Огляд програми, розробленої СТАО (Кіпр)	64
4. РЕКОМЕНДАЦІЇ ДЛЯ ОРГАНІЗАЦІЙ ТА ТРЕНЕРІВ	72
5. ПРИКЛАДИ НАЙКРАЩИХ ПРАКТИК	75
6. ВИСНОВОК	90

КОРОТКИЙ ЗМІСТ

Це видання підготовлено в межах реалізації проєкту REMCREAD – «Розширення можливостей жінок-біженок та іммігранток через креативні методи та цифрову грамотність», що впроваджується шістьма організаціями з Австрії, Бельгії, Кіпру, Італії та Польщі за підтримки програми Erasmus+. Основною метою проєкту є посилення спроможності жінок-іммігранток та біженок шляхом розвитку їхніх цифрових і креативних компетентностей, створення безпечних та підтримувальних середовищ для самовираження, а також впровадження інноваційних, партисипативних підходів у сфері неформальної освіти.

Це видання є практичним посібником для установ та фахівців у сфері освіти дорослих, які зацікавлені у впровадженні подібних заходів. Воно містить аналіз потреб жінок із досвідом імміграції, підготовлений на основі фокус-досліджень, проведених у п'яти країнах-партнерах, а також описано локальні програми розвитку, реалізованих в межах проєкту REMCREAD. Крім того, публікація містить набір рекомендацій щодо проєктування інклюзивних освітніх заходів та приклади успішних практик до різних інституційних і культурних контекстів.

Аналіз результатів фокус-груп виявив низку спільних потреб жінок-іммігранток та біженок, незалежно від їх індивідуальної життєвої ситуації чи географічного контексту. Серед найбільш часто згадуваних аспектів були: необхідність вивчення мови країни перебування, підтримка в інтеграційному процесі та доступ до працевлаштування. Важливим також є прагнення до розвитку цифрових і творчих компетентностей, які учасниці розглядали як ключові інструменти посилення своєї незалежності та суб'єктності. Переважна більшість респонденток також підкреслила значення безпечних просторів, де вони можуть ділитися досвідом, налагоджувати взаємини та зміцнювати впевненість у собі.

Жінки-мігрантки та біженки потребують вивчення мови, підтримки в інтеграції, доступу до працевлаштування, та безпечного простору, що сприятиме розвитку їхніх навичок та розширенню прав і можливостей.

У межах проєкту було розроблено шість освітніх програм, орієнтованих на жінок із досвідом імміграції. Під час пілотного етапу реалізовано понад сорок майстер-класів за

різними тематичними напрямками, зокрема з рукоділля, шиття, візажу, фотографії, ведення соціальних мереж, онлайн-самопрезентації, сторітелінгу, кулінарії, виготовлення прикрас. Зокрема застосовувалися метод «Жіночих кіл» і підхід «Study Circles». Усі заходи поєднували креативний та цифровий компоненти, сприяли розвитку соціальних компетентностей учасниць і формуванню впевненості у власних силах.

На основі досвіду реалізації проєкту було підготовлено набір рекомендацій для осіб та установ, які планують подібні ініціативи. Ключовим є визначення потреб учасниць та спільна розробка програми за їх активної участі. Поєднання творчої діяльності з розвитком цифрових навичок є особливо ефективним. Важливо також забезпечити навчальне середовище, засноване на безпеці, довірі та взаємній підтримці.

Видання призначене неурядовим організаціям, установам, що працюють з жінками-іммігрантками та біженками, фахівцям з освіти дорослих, тренерам, культурним аніматорам, представникам органів державної влади, а також, усіх зацікавлених у впровадженні інтеграційних заходів у співчутливий, креативний та інклюзивний спосіб.

1. ВСТУП

Цей посібник є одним із ключових результатів європейського проекту REMCREAD, Empowering Refugee & Migrant Women through Creative Methods and Digital Literacy, фінансується та реалізується в межах програми Erasmus+ programme KA220 - Cooperation Partnerships in Adult Education.

Посібник має на меті надихнути організації та фахівців, які працюють з жінками з досвідом імміграції чи вимушеного переселення, впроваджувати ефективні підходи до підтримки їх соціальної інтеграції. Заходи, розроблені партнерами проекту REMCREAD, демонструють, як креативність, розвиток цифрових компетентностей та формування комунікативних навичок можуть суттєво сприяти посиленню самодостатності жінок та їхній активній участі в соціальному та трудовому житті.

Проект та його артикуляція

Із листопада 2023 року в реалізації проекту прийняли участь шість організацій з Австрії, Бельгії, Кіпру, Італії та Польщі, що працюють у сфері формальної й неформальної освіти дорослих, підтримки іммігранток, а також креативного та цифрового навчання.

Основна увага проекту була зосереджена на розширенні прав і можливостей жінок-біженок та іммігранток через навчання, наставництво та створення можливостей для встановлення соціальних зв'язків. Метою цих заходів було полегшити їх шлях до сталого розвитку та самореалізації. Проект розроблений у відповідь на унікальні проблеми, з якими стикаються жінки-біженки у доступі до освіти та можливостей працевлаштування. Біженки, зокрема жінки, часто стикаються зі значними бар'єрами на шляху до інтеграції у країнах перебування, такими як мовний бар'єр, обмежений доступ до освіти та професійного навчання, а також гендерна дискримінація у сфері праці.

Проект повністю відповідав зобов'язанням Європейського Союзу (далі ЄС) щодо сприяння гендерній рівності та розширенню прав і можливостей жінок і дівчат, визначеним у Стратегії Європейської Комісії з гендерної рівності. Крім того, його зміст узгоджується з керівними принципами ЄС щодо підтримки інтеграції біженок у приймаючі суспільства, викладеним у Плані дій ЄС з інтеграції та залучення.

Цілі проєкту, визначені в Робочого пакету № 2 під назвою "Інноваційна творча майстерня", передбачали реалізацію таких заходів:

- Аналіз місцевих потреб: опитування з метою виявлення бар'єрів, попереднього досвіду, навичок і очікувань жінок-іммігранток, які приймають участь у програмі.
- Підготовка тренерів: транснаціональна навчальна програма для освітян і соціальних працівників, спрямована на обмін методиками інклюзивної освіти, обговорити потреби цільової групи та спільно розробити стандартну модель навчання.
- Збір кращих практик: технічних і практичних заходів, що проводяться із залученням фасилітаторів, місцевих партнерів і регіональних координаторів, які складаються з досвіду, методів, інструментів або підходів, що виявилися особливо ефективними, а отже, можуть бути відтворені або адаптовані в інших контекстах.
- Розробка навчальних програм: створення навчальних траєкторій, орієнтованих на творчі навички (фотографія, сторітелінг, художня діяльність), цифрові навички (використання соціальних мереж, графіки, цифрових інструментів) та м'які навички (комунікація, робота в команді, критичне мислення), з акцентом на інноваційні методи неформальної освіти.
- Проведення місцевих семінарів: кожен партнер провів 6 семінарів для 15 жінок, загалом 90 бенефіціарів. Заняття поєднували теоретичні та практичні компоненти з спільною діяльністю, сприяючи також міжкультурному обміну та навчанню.

Результати дослідження WP2 інтегровані в загальну структуру проєкту, зокрема через

- Публічні та громадські заходи: організація цифрових виставок та культурних заходів, під час яких учасниці могли презентувати свої роботи та встановити контакт із місцевими громадами, сприяючи розвитку діалогу та соціальної згуртованості.
- Оцінювання: збір результатів та аналіз ефективності реалізованих освітніх курсів.
- Поширення результатів і рекомендацій щодо відтворюваності моделі: популяризація проведених заходів, досягнутих результатів і застосованих методик, зокрема шляхом підготовки цього посібника.

Партнери проєкту

Фундаментальну роль у реалізації проєкту відіграли партнери, кожен з яких працював у власному соціальному контексті та мав напрацьований досвід, методології та стратегії втручання, що були узагальнені й підтверджені під час реалізації проєкту.

Fundacja dla Migrantów Dobry Start im. A.G. Farah, Warszawa (Польща)¹ - координатор

Координатором проекту виступає Fundacja dla Migrantów Dobry Start im. A.G. Farah – польська неурядова організація, фундація заснована у 2007 році у Варшаві з метою сприяння міжкультурному діалогу та обміну культурним досвідом. Фундація працює на благо всіх іноземців і просуває цінності толерантності та поваги до прав людини. Заснована спільними зусиллями мігрантів і поляків, має на меті підтримку інтеграції всіх іммігранток у приймаюче суспільство.

Фундація реалізує численні ініціативи, спрямовані на задоволення потреб іноземців, розробила широкий спектр безоплатних послуг для підтримки їхньої інтеграції в польське суспільство. Ці послуги включають інформування щодо основних правил та аспектів повсякденного життя в Польщі, з особливим акцентом на підготовку до працевлаштування через курси польської мови, кар'єрне консультування, а також юридичну та психологічну підтримку.

Місією Фундації є утвердження принципів толерантності та поваги до прав людини. Фундація вважає, що кожна людина - незалежно від походження, раси, релігії чи переконань - заслуговує на повне прийняття в суспільстві. Фундація виступає мостом між іммігрантками та польським суспільством, підтримуючи добробут іммігранток і біженок у новому середовищі та підтримуючи їхнє включення як невід'ємної частини польського суспільства.

Fundacja PCKK Edukacja i Rozwój, Jelenia Góra (Польща)²

Фундація PCKK «Освіта та розвиток» - це неурядова організація. Створена у 2020 році. Її діяльність зосереджена на підтримці особистісного, освітнього та соціального розвитку дорослих, молоді та дітей. Основними напрямками роботи Фундації PCKK є: сприяння соціальній інтеграції та стимулювання активності людей, які перебувають у групі ризику соціального виключення.

Фундації PCKK реалізує освітні ініціативи для дорослих, а також з дітьми та молоддю. З 2021 року організація впроваджує освітні програми для іммігранток, а з 2022 року надає освітню підтримку молоді та дорослим з досвідом вимушеної імміграції.

Команда Фундації PCKK переконана, що саме через освіту та спільне навчання інтеграційні процеси просуваються легше, а життя місцевих громад стає якіснішим.

Фундація розробляє та реалізує освітні програми в межах ініціативи Erasmus+, а також залучає фінансування з національних грантових програм на освітні проекти.

¹ <https://fds.org.pl/>

² <https://www.fundaciapckk.org.pl/>

InterAktion, Trofaiach (Австрія)³

InterAktion - це організація, що працює у сферах прав людини, сталого розвитку та інтеграції маргіналізованих людей. Заснована під час активного прибуття біженок в Австрію, вона сприяє інтеграції шляхом міжкультурного діалогу та розвитку навичок. Спочатку зосереджена на роботі з молоддю, вона розширила свою діяльність на підтримку жінок, сімей та інших вразливих груп за підтримки європейських фондів.

Інклюзія є ключовим принципом місії організації, що було відзначено Європейською Комісією: у 2022 році InterAktion запросили представників організації презентувати досвід інклюзивного підходу на завершальному заході з нагоди 35-ї річниці програми Erasmus+. Організація привертає увагу до глобальних викликів і взаємозв'язку між економікою, суспільством і довкіллям, сприяючи тому, заохочуючи як окремих осіб, так і громади до формування більш сталих та інклюзивних суспільств.

InterAktion має значний досвід реалізації проєктів у межах Erasmus+ та іншими європейськими програмами (такими як Europe for Citizens та AMIF), працюючи з мультидисциплінарними та багатокультурними проєктними командами. Організація працює у двох австрійських містах: Трофайах і Грац. Її команда складається з восьми осіб, двоє з яких – волонтери, а також охоплює широку мережу місцевих і міжнародних партнерів.

Le Monde des Possibles, Liège (Бельгія)⁴

Організація Le Monde des Possibles (MDP), заснована у 2001 році, спрямовує свою діяльність на забезпечення ефективної інклюзії іммігрантів шляхом надання комплексного пакета послуг. Зокрема, до них належать курси з розвитку грамотності та навчання інформаційно-комунікаційним технологіям, вивчення французької мови як другої, соціальна та юридична підтримка, а також залучення до громадянської активності. MDP активно впроваджує принципи різноманіття та протидіє усім формам упереджень, соціального відчуження, кіберненависті та дискримінації. Основною місією організації є захист прав іммігрантів та розширення їхніх можливостей через міжкультурну популярну освіту. Крім того, MDP надає безоплатну юридичну допомогу у справах щодо надання притулку, реалізує освітні ініціативи на рівні громади та сприяє розвитку мережових зв'язків, що забезпечують змістовну інтеграцію до приймаючого суспільства.

MDP поєднує практичну діяльність на місцевому рівні з проєктною роботою та адвокаційну

³ <https://www.verein-interaktion.org/>

⁴ <https://www.possibles.org/>

активність на європейському рівні. Її підхід, заснований на участі та орієнтації на потреби, забезпечує пріоритетність розширення прав і можливостей іммігранток, як ключовий чинник сталого соціального впливу.

В організації працює 30 штатних співробітників і 3 волонтери. Щотижня MDP обслуговує близько 250 учасників освітніх програм, які представляють понад 40 національностей. Основними бенефіціарами програми є безробітні жінки, молодь та мігранти старшого віку, а гендерна рівність та екологічна стійкість інтегровані як наскрізні пріоритети.

Cyprus Third Age Observatory, Limassol(Kinp)⁵

СТАО сприяє активному, здоровому та гідному старінню. Вона підкреслює важливість підвищення якості життя осіб літнього віку шляхом розробки політики, спрямованої на розширення їхніх прав і можливостей, особливо перед обличчям вікових викликів.

Цілі СТАО включають:

- Розробка та моніторинг політики, спрямованої на забезпечення рівних можливостей для осіб літнього віку, усунення дискримінації в таких сферах, як охорони здоров'я, працевлаштування та суспільного життя.
- Захист прав осіб літнього віку під час розробки політики, спрямованої на покращення здоров'я та добробуту.
- Гарантування права глосу в питаннях, що впливають на добробут осіб літнього віку.
- Сприяння діалогу між поколіннями з метою визнання внеску літніх людей у суспільство.
- Надання можливості особам літнього віку бути активними громадянами з урахуванням їх фізичних та когнітивних можливостей.
- Пропонуємо професійний догляд відповідно до антропоцентричної та соціальної моделей від сертифікованих соціальних працівників.
- Проведення навчальних програм для соціальних опікунів для людей літнього віку.
- Захист літніх людей від нехтування, жорстокого поводження, фінансової експлуатації та зловживань.

⁵ <https://www.ctaobservatory.org/>

Centro Provinciale per l'Istruzione degli Adulti "Nelson Mandela" Palermo (Італія)⁶

Провінційний центр освіти дорослих (CPIA) "Нельсон Мандела" - це державний освітній заклад, що функціонує в місті Палермо (Італія), що функціонує з 2015 року. Його основною метою є підвищення освітнього рівня дорослих. Вона надає освітні послуги представникам різних соціальних груп, в тому числі осіб, які не склали ЗНО, не завершили шкільну освіту, іммігранток, осіб з вразливих категорій населення. Спочатку 90% студентів були іммігрантами, зокрема, неповнолітніми без супроводу. Наразі спостерігається зростання частки італійських громадян – переважно тих, кому потрібно скласти іспит першого циклу, для оформлення соціальної підтримки відповідно до нових законодавчих умов.

CPIA реалізує підходи навчання впродовж життя і забезпечує рівний доступ до освіти незалежно від соціального чи культурного походження. Він працює в місті Палермо через вісім навчальних центрів, розташованих у різних районах, що дає змогу ефективно реалізовувати освітню місію, а також має три філії на базі виправних установ міста. CPIA також обслуговує західну частину провінції Палермо, через додатковий навчальний центр у місті Партініко.

З огляду на свою місію та освітньо-соціальні завдання, CPIA здійснює діяльність у тісній співпраці з місцевими зацікавленими сторонами. Серед партнерів – державні та муніципальні органи влади, державні та приватні школи, неурядові організації та вищі навчальні заклади, зокрема Університет Палермо. У 2020 році CPIA отримав найвищу акредитацію в межах програми Erasmus+ KA120 (100/100) і наразі є активним учасником низки європейських освітніх проєктів.

Партнерство

Кожна з партнерських організацій у межах проєкту REMCREAD, на основі аналізу потреб цільової групи, локального контексту та вивчення успішних практик, розробила та впровадила навчальні майстерні, узгоджені з цілями проєкту. Усі заходи супроводжувались постійним обміном досвідом і зіставленням застосувальних методик між партнерами, що дозволило розробити ефективні підходи. Спільною метою програм було формування у жінок-біженок та іммігранток ключових компетентностей, необхідними для активної участі в цифровій та креативній економіці, а також полегшити їх доступу до ринку праці.

⁶ <https://www.cpianelsonmandela.edu.it/>

Завдяки розвитку наскрізних навичок, таких як командна робота та участь у групових активностях, проєкт сприяв соціальній інтеграції та згуртованості, водночас сприяючи подоланню бар'єрів між приймаючими громадами та громадами біженців. Особливий акцент було зроблено формуванню відчуття належності учасниць до нових середовищ життя шляхом поглиблення знань про локальні контексти та європейські соціальні реалії.

Ця публікація, як і весь проєкт, є результатом спільної роботи партнерських організацій із різних країн. Її ключова цінність полягає у різноманітті — завдяки поєднанню різних контекстів та практичного досвіду в представлено широкий спектр моделей діяльності. Попри те, що всі вони ґрунтуються на спільних методологічних засадах, програми залишаються гнучкими та адаптивними до потреб фахівців, які працюють у мультикультурному середовищі ЄС.

Закликаємо ознайомитись та використовувати описані методи та інструменти — як у повному обсязі, так і як джерела ідей для розроблення власних підходів, спрямовані на інтеграцію жінок із досвідом імміграції.



2. ПОТРЕБИ ЖІНОК-ІММІГРАНТОК ТА БІЖЕНОК

ФОКУС ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1 Методологія дослідження

2.1.1 Мета та обсяг дослідження

Дослідження, представлене в цьому звіті, було розроблено з метою визначення та аналізу потреб у розвитку жінок-біженок та іммігранток у Європі, з особливим акцентом на підвищенні їх комунікативної та цифрової компетентності, а також розвитку креативності шляхом застосування інноваційних та партисипативних методів. Основною метою цього дослідження є забезпечення інформаційної бази для розроблення та впровадження спеціалізованої програми розвитку, що відображає автентичний досвід і потреби цільової групи.

Ця ініціатива спрямована на розширення можливостей жінок через підтримки їх мистецьких захоплень, підвищення їх цифрової грамотності та створення можливостей для самовираження та спілкування. Розуміння їх потреб, викликів і прагнень має вирішальне значення для досягнення цих цілей у релевантний та ефективний спосіб. Загалом, програма розвитку спрямована на зміцнення навичок жінок-біженок та іммігранток, з першочерговою увагою на навички спілкування та цифрові компетенції, а також на підтримку творчого потенціалу учасниць. Це досягається шляхом застосування інноваційних інструментів для розвитку їхнього творчого потенціалу.

З огляду на те, що творчі майстерні проводилися одночасно зі збором даних, дослідницька діяльність була спрямована на виявлення узагальнених потреб цільової групи, а не на короткострокових чи ситуативних запитах. Отримані результати становлять основу для розробки гнучких, адаптивних програм, здатним відповідати змінним умовам та потребам учасниць.

Обсяг дослідження охоплював такі ключові аспекти:

- Визначення конкретних проблем, з якими стикаються жінки з досвідом імміграції та біженства в країнах-партнерах ЄС;

- Аналіз бар'єрів, що ускладнюють доступ до послуг і обмежують використання цифрових технологій;
- Вивчення творчих інтересів, навичок та чинників, що перешкоджають їх розвитку;
- Збір пропозицій щодо структури та змісту програми безпосередньо від учасниць;
- Узагальнення основних демографічних характеристик (зокрема віку, рівня освіти, міграційного статусу та країни походження) з метою забезпечення репрезентативності та інклюзивності вибірки.

Шляхом безпосередньої взаємодії з жінками з досвідом імміграції програма мала на меті сприяти активній участі, співтворчості та розширенню прав та можливостей через обґрунтовану розробку освітніх заходів. Завдяки участі в проєкті жінки-біженки та іммігрантки отримують можливість:

- Розвивати навички у групах за спільними інтересами,
- Обмінюватися досвідом,
- Побудувати мережу місцевих та міжнародних контактів для презентації своїх робіт, переважно в цифровій формі,
- Опанувати використання цифрових інструментів, зокрема соціальні мережі, для презентації своїх робіт і творчості,
- Підготувати оригінальні роботи, фото та відео, що будуть розміщені на спеціально підготовленому веб-сайті, який просуватиметься щонайменше шістьма організаціями-партнерами в п'яти європейських країнах.

2.1.2 Опис фокус-груп як інструменту дослідження

З метою забезпечення змістовної взаємодії та участі на засадах співпраці з цільовою аудиторією, дослідницька команда обрала фокус-групи в безпечних і комфортних умовах як основний метод якісного дослідження. Фокус-групи - це структуровані групові інтерв'ю за участю невеликої кількості учасників (у цьому випадку, як правило, не більше 20 жінок), які мають ключові характеристики, релевантні для дослідження. Такий формат забезпечив поглиблені дискусії, обмін досвідом та колективну генерацію ідей.

Кожна з організацій-партнерів мала організувати три сесії фокус-груп, залучивши загалом від 15 до 20 жінок. Обговорення були спрямовані не лише на збір даних щодо потреб і бар'єрів, а й на ознайомлення учасниць про ширший контекст проєкту та створення простору для обміну знаннями та формування соціальних зв'язків.

Фокус-групи мають низку методологічних переваг у межах цього дослідження:

- Пряма взаємодія з цільовою аудиторією, що дозволяє дослідникам почути з перших вуст про унікальний досвід і виклики жінок-біженок та мігранток.
- Гнучкість у дослідженні складних або чутливих тем, особливо делікатних або нюансних тем, які можуть не виявитися під час індивідуальних інтерв'ю чи опитувань.
- Ефект групової динаміки, що стимулює творче мислення, емоційну підтримку та взаємодію, відповідаючи загальним цілям програми розвитку.

Для забезпечення практичного та етичного збору даних були розроблені наступні рекомендації щодо організації фокус-груп:

- Обсяг тем для обговорення мають бути чітко окреслені відповідно до відведеного часу (як правило, максимум 90 хвилин), при цьому перевагу слід надавати меншій кількості більш глибоких тем.
- Модератори повинні дотримуватися заздалегідь підготовленого сценарію, зберігаючи нейтралітет і сприяючи розмові, а не приймаючи в ній участь.
- Асистент повинен робити нотатки, або, за необхідності, сесії можуть записуватися, що дозволить модераторам повністю зосередитися на керуванні дискусією.
- Рекомендується попереднє тестування запитань для забезпечення їх зрозумілості та культурної відповідності.
- Послідовність запитань має бути логічною, від загальних демографічних запитань до більш складних тем, викликів і прагнень.

Для забезпечення ефективної участі та відкритого обговорення необхідно створити сприятливу, доброзичливу та безпечну атмосферу.

Дослідження, реалізоване в межах цього проєкту, базувалось на якісному підході, розробленому на основі участі, щоб забезпечити безпосереднє врахування поглядів жінок-іммігранток та біженок при формуванні структури та цілей програми. Основним інструментом дослідження стали фокус-групи, які надали можливість для змістовного аналізу, глибоких дискусій та колективного дослідження спільного досвіду, потреб і прагнення.

Ключовим компонентом цієї методології стала опитувальна анкета, спеціально розроблена для збору змістовних наративних відповідей від учасниць. Анкета містила 12 відкритих запитань, ретельно розроблених для дослідження кількох ключових сфер:

- Особистий та імміграційний досвід
- Соціальні та культурні виклики
- Бар'єри доступу та участі
- Потреби у сфері цифрової грамотності та творчих навичках
- Прагнення до особистого розвитку
- Ідеї щодо розвитку громади та залучення через творчість

Питання анкети були сформовані не лише для збору інформації, але й для стимулювання рефлексії, розповіді особистих історій та взаєморозуміння. Такий наративний підхід дозволив жінкам висловити свій життєвий досвід власними словами, що сприяло глибшому розкриттю як індивідуальних ситуацій, так і ширших тенденцій у спільноті. Окрім наративних даних, було зібрано базову соціально-демографічну інформацію — зокрема вік, рівень освіти, юридичний статус та країну походження — з метою контекстуалізації результатів дослідження та забезпечення можливості для підтримки порівняльного аналізу.

Питання, які пропонує поставити модератор:

Чи могли б ви розповісти трохи про себе та свій шлях як біженки чи іммігрантки в Європі (у країні-партнері)?

а. Дослідження потреб:

1. Які, на вашу думку, найважливіші проблеми, з якими стикаються жінки-біженки та іммігрантки в Європі (країні-партнері)?
2. Як ці виклики впливають на ваше повсякденне життя та добробут?
3. Які конкретні потреби жінок-біженок та іммігранток, на вашу думку, не задовольняються належним чином у Європі (країні-партнері)?
4. Чи існують культурні або мовні бар'єри для доступу до послуг чи ресурсів підтримки?
5. З якими труднощами ви стикаєтесь під час користування цифровими технологіями?
6. Які цифрові навички ви хотіли б розвинути?
7. Якими творчими навичками ви володієте і як ви їх застосовуєте?
8. З якими бар'єрами ви стикаєтесь у розвитку своєї творчості?
9. Які види діяльності або ініціативи могли б допомогти вам використовувати творчість для особистого розвитку?

10. Якими ви уявляєте креативні воркшопи, що задовольняють деякі з цих потреб і викликів?
11. Які у вас є ідеї щодо використання творчості для формування відчуття спільноти серед жінок-іммігранток і біженок?
12. Чому ви вирішили взяти участь у цих креативних воркшопах? Які ваші прагнення та цілі на майбутнє?

б. Статистична інформація: вік, рівень освіти, статус (біженка/іммігрантка) та країна походження.

Вступне запитання — «Чи могли б ви трохи розповісти про свій досвід і шлях як біженки/іммігрантки в Європі?» — слугувало для налагодження контакту та створення важливого контексту для відповідей учасниць.

На додаток до цих відкритих запитань були також зібрані демографічні дані (включаючи вік, рівень освіти, міграційний статус та країну походження). Ця статистична інформація мала вирішальне значення для контекстуалізації результатів, забезпечення різноманітності у вибірці та полегшення порівняльного аналізу між різними середовищами та досвідом.

Використання цього структурованого, але гнучкого опитування сприяло глибшому розумінню життєвого досвіду жінок та їхніх невід'ємних потреб. Зокрема, формат фокус-груп у поєднанні з ретельно продуманими запитаннями забезпечив безпечний та інклюзивний простір для діалогу, що дозволило учасницям відкрито ділитися думками та вчитися одна в одній.

Такий підхід не лише дозволив зібрати якісні дані, необхідні для подальшої розробки програми, але й забезпечило відповідність методології загальній ідеї участі та розширення можливостей проєкту. Обговорення, що відбувалися під час фокус-груп, сприяли формуванню відчуття спільноти серед учасниць, створюючи умови для налагодження зв'язків, взаємної підтримки та натхнення.



2.2 РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ В РАМКАХ ПРОЕКТУ

2.2.1 Дослідження потреб жінок-іммігранток та біженок у Польщі (Варшава)

Мета дослідження

Метою фокус-групових зустрічей з жінками-іммігрантками та біженками було обговорення базових потреб, пов'язаних з соціальним та інтеграційним статусом, а також з творчістю, інтересами та художніми навичками. Проведені зустрічі слугували платформою для обміну досвідом, проблемами та потребами, а також для інформування та розвитку комунікативних навичок у групі зі схожими інтересами.

Респондентки та профілі

Ми зібрали понад 30 відповідей від групи жінок-іммігранток та біженок з різним походженням і статусом, у тому числі з України, Ефіопії, Еритреї, Ірану та Уганди. Учасниці проживають у центрах тимчасового розміщення для громадян України у Варшаві та таборах для біженців у Дембаку. Вікова група становила від 20 до 80 років. Близько 60% учасниць були переселенцями з України, а решта – біженками, які перебувають у процесі легалізації свого перебування.

Підхід

Ми організували три зустрічі з фокус-групами у березні та квітні 2024 року. Зустрічі включали обговорення у фокус-групах та індивідуальні інтерв'ю (за необхідності, для більшої приватності) та проводилися англійською, польською та українською мовами. На початковому етапі було зібрано статистичні дані, зокрема щодо віку, рівня освіти, правового статусу (біженка або іммігрантка), професійного досвіду, мовної компетентності та країни походження. Для аналізу потреб, ми збирали інформацію про особисті компетенції, пов'язані з життям у новій країні, та творчі навички. З цією метою було використано адаптовані опитувальники до конкретної групи та перекладені українською мовою для наших українських учасниць. Завдяки регулярним зустрічам із представницями української громади, під час яких проводилися тематичні воркшопи та сесії, команда проекту мала змогу постійно оновлювати інформацію щодо актуальних потреб учасниць і їхнього сприйняття активностей. Це дало можливість адаптувати наступні зустрічі та воркшопи до цільової групи відповідно до їх інтересів.

Питання та відповіді - підсумок

1. **Статистична інформація:** вік, рівень освіти, статус (біженка/іммігрантка), професія, мови спілкування та країна походження.

Жінки різного віку, від 20 до 80 років.

Походження: Україна, Іран, Уганда, Ефіопія, Еритрея, Колумбія, Сирія та інші.

Освіта: початкова, середня та вища, з переважанням середньої освіти.

2. Потреби особистісного розвитку

A. Відкриті запитання для фокус-групи:

- Чи не могли б Ви розповісти нам трохи про своє походження та шлях біженки чи іммігрантки в Європі чи Польщі?
- Які, на Вашу думку, найважливіші виклики, з якими стикаються жінки-біженки та іммігрантки в Європі/Польщі?
- Як ці виклики впливають на ваше повсякденне життя і добробут?
- Які конкретні потреби жінок-біженок та іммігранток, на вашу думку, не задовольняються належним чином в Європі/Польщі?
- Чи існують культурні або мовні бар'єри для доступу до служб підтримки або ресурсів?
- З якими проблемами ви стикаєтесь у використанні цифрових технологій?
- Які цифрові навички ви хотіли б розвинути?
- Які творчі навички ви маєте і як їх використовуєте?
- З якими бар'єрами ви стикаєтесь у розвитку своєї креативності?
- Які заходи чи ініціативи могли б допомогти вам використовувати творчість для особистого розвитку?
- Як ви уявляєте собі творчі майстерні, що відповідають на деякі з цих потреб і викликів?
- Які у вас є ідеї щодо використання творчості для зміцнення почуття спільноти серед жінок-іммігранток/біженок?
- Чому ви вирішили прийняти участь у цих творчих майстернях? Які ваші прагнення та цілі на майбутнє?

B. Анкета: Особисті компетенції, пов'язані з життям у новій країні (за шкалою Лайкерта, від "повністю не згоден" до "повністю згоден"):

1. Я можу швидко адаптуватися до нового місця та інших звичаїв

2. Я почуваюся впевнено, коли розмовляю з новими людьми
3. Я можу самостійно приймати рішення, коли у мене виникають проблеми
4. Я знаю, як впоратися, коли у мене багато справ на думці і я відчуваю стрес
5. Я легко знаходжу нових друзів у новому місці
6. Я можу спілкуватися в повсякденних справах мовою країни, в якій я живу.
7. Я завжди намагаюся зробити щось сам, навіть коли це важко
8. Я можу добре спланувати свій час, щоб встигнути зробити все, що мені потрібно
9. Я розумію відмінності між людьми і можу співпрацювати з ними
10. Я можу говорити і вирішувати проблеми, коли щось йде не так

Висновки:

Учасниці поділилися особистими історіями про те, як вони потрапили до Польщі. Деякі з жінок нелегально перетнули кордон з Білоруссю і були розміщені в таборі для біженців у Дембаку, який є транзитним центром. Значна частина жінок українського походження проживає у центрах тимчасового розміщення з 2022 року.

Найбільшими проблемами для жінок є питання, пов'язані з повсякденним життям - місце проживання (у випадку табору біженців, який розташований в лісі, за межами урбанізованої території, далі від Варшави), доступ до їжі або відсутність достатньої кількості їжі на місці, відсутність роботи і засобів для життя для себе і своєї сім'ї з дітьми, відсутність почуття безпеки, мовний бар'єр і почуття самотності.

Найважливіші потреби, згадані жінками, включають питання здоров'я (медичне обслуговування, ліки), роботи/грошей (можливості працевлаштування, фінансова підтримка), безпеки (захист від шкоди), повсякденних потреб (одяг, предмети гігієни), а також освіти (доступ до шкіл, навчальні матеріали), інформації (новини про ситуацію, де/як отримати підтримку), житла (притулок, тимчасове житло), транспорту (громадський транспорт, засоби пересування), харчування (поживні страви, продукти), комунікації та вивчення польської мови (телефони, доступ до Інтернету).

В опитуванні щодо індивідуального розвитку компетенцій та потреб більшість учасниць (75%) погодилися з твердженнями. У кількох випадках відповіді були переважно негативними, "не згоден" або "частково згоден", наприклад, у випадку з твердженнями "Я знаю, як впоратися, коли у мене багато справ на думці, і я відчуваю стрес" і "Я можу поговорити і вирішити проблеми, коли щось йде не так".

Щодо захоплень, творчої діяльності та минулого досвіду переважали відповіді про музику, співи, рукоділля, шиття, макіяж, малювання, танці, театр та відвідування музеїв. Учасники також висловили зацікавленість у підвищенні своєї цифрової компетентності.

3. Творчі навички та потреби

А. Які ваші інтереси? (за шкалою від 1 до 10).

В. Які ще ідеї ви маєте для розвитку своєї творчості?

1. Живопис олійними фарбами, акрилом або аквареллю.
2. Малювання олівцем, вугіллям, пастеллю або маркерами.
3. Ілюстрація та комікси.
4. Створення декору, подарунків та виробів з різних матеріалів.
5. Техніки декупажу для оздоблення предметів.
6. Плетіння кошиків, браслетів або килимків з різних матеріалів.
7. Техніки макраме.
8. Ліплення глини вручну та створення власних керамічних виробів.
9. Розпис і декорування кераміки.
10. Скрапбукінг — оформлення фотоальбомів та створення креативних композицій із використанням паперу, наліпок, стрічок та інших декоративних елементів.
11. Виготовлення прикрас — створення унікальних ювелірних виробів із різноманітних матеріалів, таких як намисто, дріт та шкіра.
12. Техніки виготовлення прикрас, такі як сутаж або обмотування дротом.
13. Основи фотографії та композиції зображень.
14. Вивчення різних видів фотографії, таких як портретна, пейзажна та абстрактна фотографія.
15. Оздоблення тортів та приготування яскравих десертів.
16. Створення художніх композицій із посуду.
17. Дизайн та пошиття власного одягу.
18. Заміна (переробка) одягу та створення унікальних предметів гардеробу.
19. Вивчення різних технік макіяжу — від повсякденного до художнього.
20. Експерименти з кольорами, тінями та стилями макіяжу.
21. Ведення арт-блогу та поширення власних творчих проєктів.

Висновки:

Всі запропоновані види діяльності, як було зазначено раніше, визнані улюбленими хобі. Більшість учасниць зазначили, що їм подобається малювання, створення декору та виробів для дому власноруч, виготовлення прикрас, макіяж та укладання волосся.

2.2.2 Дослідження потреб жінок-іммігранток та біженок у Польщі (Єленя Гура)

Мета дослідження

Метою цього дослідження являється виявлення та розуміння узагальнених потреб жінок-біженок та іммігранток з метою розробки індивідуалізованої програми розвитку. Основна ідея цієї програми полягає у зміцненні їх комунікативних та цифрових навичок, а також розвитку креативності за допомогою інноваційних інструментів. Збираючи думки представницької групи жінок, дослідження прагне забезпечити, щоб майстер-класи ефективно відповідали на виклики та прагнення цієї спільноти, надаючи дієву підтримку та сприяючи розширенню їх можливостей.

Респондентки та їх профіль

У дослідженні взяли участь 16 жінок, які проживають у місті Єленя-Гура: 14 - з України та 2 - з Білорусі. Чотири з них мали статус біженки, більшість (60 %) - вищу освіту. За віковими категоріями жінки розподілилися так: половина були молодші за 35 років, троє - у віці від 36 до 49 років, п'ятеро - старші за 50.

Підхід до дослідження

Дослідження використовувало фокус-групові дискусії (ФГД) як основний метод вивчення потреб і перспектив жінок-біженок та іммігранток. Фокус-групи створили формат особистої, інтерактивної взаємодії, у якому учасниці ділилися своїм досвідом, викликами та прагненнями, одночасно знайомлячись з проектом.

Було проведено три сесії фокус-груп, у яких загалом взяли участь 16 жінок.

Теми і питання були ретельно підібрані та подані в логічній послідовності, щоб сприяти поглибленим дискусіям протягом півторагодинної сесії. Модератор керував дискусіями за лінгвістичної підтримки асистента з України. Асистент також записував виступи. Була створена дружня та сприятлива атмосфера для заохочення відкритого діалогу.

Учасниці були відібрані з урахуванням репрезентативності групи жінок-іммігранток і біженок у місцевій громаді, звертаючи увагу на такі фактори, як вік, рівень освіти, статус і країна походження. Особливу увагу приділяли жінкам, які мають досвід у творчій діяльності або захоплюються мистецтвом, що відповідає меті програми — розвиток креативності, набуття навичок і сприяння соціальній інтеграції.

Поставлені запитання та узагальнені відповіді респонденток

З якими проблемами ви стикаєтесь як біженка/іммігрантка в Польщі, у місті Єленя-Ґура? Що завдає вам найбільших труднощів у повсякденному житті?

- Фінансові труднощі включали високі збори та податки, обмежений доступ до медичної допомоги, а також необхідність працювати понаднормово, щоб забезпечити себе.
- Відсутність часу на хобі та розвиток: робота забирає більшу частину часу, що заважає їм реалізовувати свої пристрасті.
- Мовний бар'єр: ускладнює спілкування та вирішення офіційних питань.
- Недостатня кількість інформації про ринок і про те, як ефективно продавати свою продукцію: вони не знають, як просувати свої ремесла і виходити на потенційних клієнтів.
- Низька самооцінка: вони відчують, що їх недооцінюють (вони виконують недостатньо кваліфіковану роботу).
- Різниця в рівні життя: життя в Польщі відрізняється від того, до якого вони звикли в країні походження.
- Сумують за домом і близькими: розлука з родиною та друзями є для них важким випробуванням.

Які мистецькі таланти та навички ви маєте?

Як ви використовуєте свою творчість у повсякденному житті?

- Займаються ручною працею – шиттям ляльок, виготовленням в'язаних гачком іграшок, створенням підсвічників – згадували про багато різних технік.
- Малюють картини: виражають себе художньо через живопис.
- Фотографія: проводять фотосесії в студії та на природі.
- Художній макіяж, нігті.
- Навчають інших: мають досвід викладання дітям і дорослим.

Наскільки добре ви працюєте користуючись комп'ютер та інтернет?

Які цифрові навички ви хотіли б розвинути?

- Учасниці зустрічі продемонстрували різний рівень комп'ютерної та інтернет-грамотності. Деякі з них вже використовують Інтернет у професійних цілях, наприклад, для пошуку клієнтів або просування свого бізнесу. Інші тільки починають опановувати базові цифрові навички.
- Всі жінки висловили бажання розвивати свої цифрові навички. Зокрема, вони хотіли б навчитися створювати веб-сайти, активно вести соціальні мережі та використовувати цифрові інструменти для просування свого бізнесу.

Додаткові коментарі:

- Жінки відчують себе недооціненими в новій країні.
- Їм бракує можливостей застосувати свої навички та досвід.
- Вони хотіли б поділитися своєю культурою та традиціями з іншими.
- Вони відчують потребу будувати стосунки з іншими жінками в подібних ситуаціях та з місцевою громадою.

Які заходи чи ініціативи могли б допомогти вам розвинути свої таланти?

Які творчі майстер-класи були б для вас цікавими?

Щоб розвивати таланти та сприяти розвитку творчості, учасники дискусії запропонували кілька заходів та ініціатив:

1. Розвиток цифрових навичок

Організація цифрових майстер-класів, які допоможуть жінкам розвинути цифрові компетенції та навчитися ефективно використовувати Інтернет для різних цілей, зокрема професійних і творчих.

2. Тренінг з маркетингу

Проведення тренінгів з просування ремесел та інших творчих продуктів як онлайн, так і офлайн, надання жінкам навичок виходу на ширшу аудиторію та забезпечення присутності на ринку.

3. Мовна підтримка

Введення курсів з польської мови з метою покращення комунікації та сприяння жінкам у більш ефективному вирішенні повсякденних питань.

4. Можливості для нетворкінгу

Проведення зустрічей та заходів для налагодження зв'язків між жінками-іммігрантками, а також між ними та місцевими громадами. Такі зустрічі можуть сприяти співпраці, взаємній підтримці та обміну ідеями.

5. Платформа культурного обміну

Створення онлайн-платформи, де жінки можуть ділитися своєю культурою, традиціями та творчістю з іншими, сприяючи міжкультурному діалогу та демонструючи свої таланти.

6. Творчі майстер-класи

Майстер-класи зосереджені на конкретних творчих навичках, таких як рукоділля, малювання, фотографія та інші види художньої діяльності, що відповідають інтересам учасниць. Ці майстер-класи мають на меті надихнути жінок на творчість і дати їм змогу розвинути та продемонструвати свої творчі пристрасті.

2.2.3 Дослідження потреб жінок-іммігранток та біженок в Італії

Мета дослідження

Ключовою метою дослідження було вивчення навичок, потреб, виклики та прагнення жінок з іммігрантським минулим, які проживають на півдні Італії, зокрема в Палермо, Сицилія. Основна увага була зосереджена на розумінні їх самосприйняття, перешкод, що ускладнюють процес інтеграції та зацікавленості у можливостях творчого та професійного розвитку.

Респондентки та їхній профіль

У дослідженні взяли участь 14 жінок віком від 18 до 35 років з таких країн, як Бангладеш, Гана, Гамбія, Нігерія та Буркіна-Фасо. Тривалість їхнього проживання в Італії становила від 1 до 10 років, і всі вони, крім двох, іммігрували безпосередньо з країн походження. Група продемонструвала розмаїття освітніх рівнів - від базової освіти до університетських ступенів, а також рівень володіння мовами: троє з них є носіями англійської мови, але загалом мають обмежені елементарні знання італійської. Дві учасниці мали спеціальну освіту в галузі візажу та сільського господарства. Жодна з них не мала водійських прав, але всі мали легальний статус резидента.

Учасниці визначили свої основні навички як приготування їжі, ведення домашнього господарства, догляд за дітьми, творчість, малювання та татуювання хною. Бажані сфери для розвитку навичок включали вивчення італійської мови, водіння автомобіля та цифрову грамотність.

Підхід

Дані збиралися онлайн. Дослідження спиралося на якісні самозвіти учасниць про їх особистий досвід, навички та потреби, а також погляди на інтеграцію та працевлаштування.

Висновки

Учасниці повідомляли, що стикалися зі значними перешкодами, включаючи обмежене володіння мовою, культурні відмінності та економічну нестабільність. Труднощі з доступом до служб підтримки були пов'язані з бюрократичними складнощами та проблемами комунікації.

Незадоволені потреби включали професійну підготовку, можливості працевлаштування та послуги з догляду за дітьми, а також ініціативи з соціальної інтеграції, підтримку психічного здоров'я та житлову допомогу.

Велику зацікавленість викликали творчі майстер-класи (наприклад, малювання, виготовлення прикрас, ведення блогу, фотографія, макіяж, оздоблення тортів, живопис, апсайклінг, декупаж, макраме, шиття та кераміка). Хоча більшість з них не мали попереднього досвіду роботи, багато хто висловив зацікавленість у творчій зайнятості.

Половина з них активно шукали роботу, переважно у сфері догляду за дітьми, роздрібною торгівлі, кулінарії, візажу та моди.

Хоча в цілому учасниці були задоволені життям в Італії, вони відчували, що інституційні та соціальні служби не надають достатньої підтримки в пошуку роботи та задоволенні економічних потреб. Серед перешкод на шляху до кар'єрного зростання - фінансові труднощі, обмежені можливості, мовні бар'єри та страх перед невдачею.

2.2.4 Дослідження потреб жінок-іммігранток та біженок в Австрії

Мета дослідження

Метою дослідження стало вивчення досвіду, потреб, навичок та прагнення жінок з числа іммігранток або біженок, які проживають на півдні Австрії, зокрема в регіоні Штайермарк, де базується організація InterAktion. Дослідження зосередилося на проблемах, пов'язаних з інтеграцією, самосприйняттям, цифровими та творчими компетенціями, а також мотивацією до участі в заходах з розвитку.

Респондентки та їхній профіль

У дослідженні взяли участь 15 жінок віком від 25 до 44 років. Дані були зібрані онлайн від 10 жінок з іммігрантським минулим та особисто від 5 жінок-біженок.

Обидві групи суттєво відрізнялися за рівнем освіти, мовними навичками та самосприйняттям. Усі жінки-іммігрантки мали вищу освіту. На відміну від них, жінки-біженки не мали формальної освіти, лише базову або середню.

Серед жінок-іммігранток рівень володіння англійською мовою був загалом високим: двоє з них були її носіями, а ще двоє оцінювали себе як таких, що володіють мовою на рівні рідної. Їх рівень володіння німецькою мовою був переважно середнім, одна з них була носієм мови. Жінки-біженки повідомили, що володіють німецькою мовою на рівні від базового до середнього, і лише одна з них мала високий рівень володіння англійською мовою.

Що стосується цифрових навичок, жінки-іммігрантки загалом оцінили свої навички як високі. Виявлені виклики мали специфічний характер - наприклад, обмежені знання Excel або доступу до підвищення кваліфікації в таких сферах, як програмування, кібербезпека, цифровий маркетинг, штучний інтелект, фото- та відеомонтаж і графічний дизайн. Жінки-біженки зазвичай володіли базовими цифровими навичками та мали обмежений доступ до пристроїв. Одна біженка висловила зацікавленість у вивченні програмування.

В обох групах творчість сприймалася позитивно. Деякі жінки вже займалися образотворчим мистецтвом, танцями, літературою чи перформансом. Вони запропонували ідеї для творчих майстерень, серед яких "зроби сам", театр, творче письмо, оповідання, колаж, малювання, переробка меблів, графічний дизайн, виготовлення прикрас, танці, поезія, фотографія, співи та кулінарія.

Хоча поняття "творчість" було менш знайоме деяким жінкам-біженкам, після наведення прикладів вони змогли ототожнити себе з ним і запропонувати свої варіанти.

Підхід

Дані були зібрані за допомогою онлайн та особистих інтерв'ю. Десять жінок-іммігранток прийняли участь у дослідженні, заповнивши онлайн-анкети, а п'ять жінок-біженок були опитані віч-на-віч. У дослідженні використовувалися якісні самозвіти, щоб зрозуміти проблеми учасниць, рівень їх навичок та інтереси в особистому та професійному розвитку.

Висновки

Учасниці обох груп повідомили, що мовний і культурний бар'єри, а також економічна нестабільність є основними проблемами, які впливають на їх повсякденне життя і добробут.

В Австрії найчастіше виявляли такі незадоволені потреби:

- Професійне навчання та можливості працевлаштування
- Послуги з догляду за дітьми
- Програми соціальної інтеграції
- Підтримка психічного здоров'я та допомога з житлом

Багатьом людям було складно отримати доступ до служб підтримки через бюрократичні процедури та мовний бар'єр.

Незважаючи на відмінності у досвіді, обидві групи висловили спільну зацікавленість в участі у творчих майстер-класах, мотивовану можливістю здобути навички, покращити свої шанси на працевлаштування та сформувати почуття спільноти.

Серед чинників, які мотивують до участі, були названі: фінансові стимули, кар'єрні перспективи, соціальна взаємодія та доступ до догляду за дітьми. Деякі учасниці зазначили, що час доби і погода також впливають на їхню здатність брати участь у заходах з розвитку.

Хоча обидві групи відрізнялися за своїми освітніми та цифровими навичками, всі жінки зазначили, що формат практичного семінару є потенційним способом подолання мовних бар'єрів, налагодження співпраці та спільного навчання.

2.2.5 Дослідження потреб жінок-іммігранток та біженок у Бельгії

Мета дослідження

Ми мали на меті зустрітися з жінками-іммігрантками, обговорити та зрозуміти їх початкові творчі та ІТ-навички, а також проблеми та потреби, щоб запропонувати індивідуальну підтримку для їх благополуччя, інтеграції та процвітання в приймаючому суспільстві.

Підхід

У фокусі уваги були жінки-іммігрантки, які мали попередній досвід або виявляли зацікавленість у сфері мистецтва та творчості. Для того, щоб кожна учасниця була почута,

було організовано три невеликі фокус-групи 18, 19 та 29 квітня 2024 року. Кожна сесія тривала 2 години.

Респондентки та їхній профіль

У Львежі ми зібрали 22 жінки, які суттєво відрізняються за адміністративним статусом (деякі з них є біженками, інші – шукачами тимчасового місця проживання, а деякі - нелегальними іммігрантами), творчими здібностями, проблемами та потребами.

Запитання та відповіді - підсумок

Які, на вашу думку, найважливіші виклики стоять перед жінками-біженками та іммігрантками в Європі?

Дискримінація та виключення (в освіті, професійній підготовці, працевлаштуванні, житлі та фінансових ресурсах), правові та адміністративні перешкоди, гендерно зумовлене насильство, доступ до медичних послуг, визнання дипломів та кваліфікацій.

Як ці виклики впливають на ваше повсякденне життя та добробут?

Відсутність можливостей, проблеми зі здоров'ям, вигорання, ізоляція, нестабільність і бідність.

Які конкретні потреби жінок-біженок та іммігранток, на вашу думку, не задовольняються належним чином в Європі?

Центр тимчасового розміщення біженок, працевлаштування, охорона здоров'я, денний догляд, інформація, IT-тренінги, IT-обладнання, освіта, мовні курси, житло, розширення економічних можливостей та правовий захист.

Чи існують культурні або мовні бар'єри для доступу до послуг чи ресурсів підтримки?

Звичайно, потрібно мати хороший рівень володіння мовою, щоб продовжити освіту, знайти роботу, отримати доступ до адміністративних і соціальних послуг, включаючи рідкісні послуги соціального перекладу та міжкультурного підходу.

З якими проблемами ви стикаєтеся при використанні цифрових технологій?

Обмежена кількість комп'ютерів, відсутність підключення до Інтернету (шукачі тимчасового місця проживання, які живуть у центрах), мінімальні цифрові навички, недостатній рівень цифрової фінансової грамотності, наприклад, при оплаті онлайн.

Які цифрові навички ви хотіли б розвинути?

Цифрова фінансова грамотність, електронний банкінг, MS Office, інструменти для спільної роботи, електронний маркетинг, Illustrator, Photoshop, Canva та веб-дизайн.

Які творчі навички ви маєте і як їх використовуєте?

Шиття, фотографія, малювання, кулінарія, веб-дизайн, стилістика, модельний дизайн, перукарська справа, традиційна музика та національні танці.

Деякі жінки займаються шиттям у своїх об'єднаннях, малюють у невеликих групах художників, готують їжу вдома або працюють неформальними кейтерингами на вечірках. Інші жінки не мають можливості реалізувати свої творчі здібності.

З якими перешкодами ви стикаєтесь у розвитку своєї творчості?

Відсутність організацій/платформ підтримки для ремісників та митців, юридичні та адміністративні бар'єри, відсутність ринку, відсутність підприємницьких рамок, брак обладнання.

Які заходи чи ініціативи можуть допомогти вам використовувати творчість для особистого розвитку?

Тематичні воркшопи, менторство, нетворкінг, навчальні курси з підприємництва, міжкультурні заходи, виставки, фестивалі, діджитал-тренінги.

Як ви уявляєте собі творчі майстер-класи, які б відповідали на деякі з цих потреб і викликів?

Це була б можливість зустрічатися з іншими творчими жінками і вчитися одна в одної. Це стимулювало б нашу творчість. Ми могли б разом досліджувати ринок.

Які у вас є ідеї щодо використання творчості для зміцнення відчуття спільноти серед жінок-іммігранток/біженок?

Тематичне адвокаційне мистецтво може допомогти досягти різноманітності, інклюзії та соціальної згуртованості. Нагорода стимулюватиме творчість у громаді.

Чому ви вирішили взяти участь у цих творчих майстернях? Які ваші прагнення та цілі на майбутнє?

Завжди корисно знайомитися з іншими, збирати інформацію, налагоджувати зв'язки та здобувати нові навички.

Деякі жінки прагнуть розвивати творчі та цифрові навички як хобі, тоді як інші використовують їх, щоб отримати роботу або досягти фінансової незалежності.

2.2.6 Дослідження потреб жінок-іммігранток та біженок на Кіпрі

Інформація про цільову групу

В межах проєкту REMCREAD було проведено фокус-групу з жінками-іммігрантками з Непалу, Індії та Шрі-Ланки, які проживають на Кіпрі від 11 місяців до 9 років. Учасниці були віком від 26 до 50 років і демонстрували різний рівень володіння англійською мовою - від базового до просунутого. Їх знання грецької мови обмежувалися кількома базовими фразами. Лише одна жінка мала кіпрське водійське посвідчення, що свідчить про проблеми, пов'язані з мобільністю та незалежністю.

Виклики, потреби та перешкоди

Більшість жінок зайняті в домашньому господарстві, зокрема доглядом за літніми людьми, приготуванням їжі та веденням домашнього господарства. Незважаючи на зайнятість, вони висловили сильне прагнення до особистого та професійного зростання. Серед їх цілей - покращити знання англійської мови, вивчити грецьку, розвинути цифрову грамотність (включаючи використання комп'ютерів і смартфонів), зрозуміти свої права як працівників, отримати водійське посвідчення, а також вивчити творчі професії, такі як нейл-арт, перукарське мистецтво та виготовлення свічок.

Основні перешкоди включають:

- Мовні та культурні відмінності,
- Незахищеність, пов'язана з працевлаштуванням та статусом проживання,
- Обмеження з боку роботодавців, які негативно впливають на їх психічний стан,
- Обмежений вільний час через напружений робочий графік,
- Висока вартість життя, що ускладнює інвестування в освіту та професійну підготовку.

Особливо важливою проблемою, яку піднімали учасниці, є труднощі з переїздом їх дітей на Кіпр. Довгий робочий день залишає мало часу для сімейного життя, що призводить до емоційного стресу та послаблення сімейних зв'язків, які, в свою чергу, впливають на їх психічне здоров'я та повсякденне функціонування.

Освітні потреби та творчі інтереси

Учасниці висловили незадоволення обмеженою доступністю початкової освітньої підтримки, зокрема курсів грецької мови та професійної підготовки, після прибуття на Кіпр. Доступ до цих ресурсів значно полегшив би їх інтеграцію та покращив би перспективи працевлаштування.

Вони виявили велику зацікавленість у практичних воркшопах у творчих галузях. Вони бачать у таких заходах можливість для професійного розвитку. Однак вони стикаються з такими перешкодами, як мовний бар'єр, проблеми культурної адаптації, обмежену кількість можливостей працевлаштування у сферах, що їх цікавлять, та фінансові обмеження, що обмежують доступ до навчання.

Висновки та рекомендації

Висновки фокус-групи будуть використані для подальшого розвитку проєкту REMCREAD, зокрема, при розробці індивідуальних навчальних програм. Ці програми спрямовані на підтримку професійного розвитку та соціальної інтеграції жінок-іммігранток на Кіпрі. Задовольняючи їх реальні потреби, проєкт матиме більше шансів розширити можливості учасниць для успішного досягнення їх особистих і професійних цілей.

2.3 ПОРІВНЯЛЬНИЙ ПІДСУМОК РЕЗУЛЬТАТІВ ДОСЛІДЖЕННЯ ФОКУС-ГРУП

1. Різноманітність групи учасниць

У фокус-групах взяли участь багато жінок-іммігранток і біженок, запрошених шістьма організаціями: у Польщі (Варшава та Єленя-Ґура), Австрії, на Кіпрі, в Італії та Бельгії.

Різноманітність очевидна:

- **Країни походження:** Учасниці приїхали з України, Ефіопії, Еритреї, Ірану, Уганди, Бангладеш, Гани, Гамбії, Нігерії, Буркіна-Фасо, Непалу, Індії, Шрі-Ланки, Колумбії, Сирії та Білорусі.
- **Міграційний статус:** Групи включали біженців, шукачів тимчасового місця розміщення біженок, документованих і нелегальних іммігранток.
- **Тривалість перебування:** Від новоприбулих жінок (11 місяців) до довгострокових резидентів (до 10 років).
- **Віковий діапазон:** Участь брали жінки віком від 18 до 80 років.
- **Рівень освіти:** Варіювався від відсутності формальної освіти до університетського рівня.
- **Працевлаштування та житлова ситуація:** Деякі жінки проживали в центрах для біженців або в центрах тимчасового розміщення (Варшава, Бельгія), тоді як інші

були більш осілими або працювали в домашньому господарстві, часто в обмежувальних умовах.

2. Спільні потреби, визначені усіма групами

Незважаючи на контекстуальні відмінності, учасниці постійно наголошували на кількох спільних потребах:

- **Вивчення мови:** Особливо мови приймаючої країни (польської, німецької, грецької, італійської); розглядається як інструмент сприяння інтеграції та досягнення автономії.
- **Можливості працевлаштування:** Неодноразово згадувалися доступ до робочих місць, визнання кваліфікації та професійне навчання.
- **Послуги з догляду за дітьми:** Відсутність доступу до недорогих послуг з догляду за дітьми обмежує можливості навчання та працевлаштування.
- **Розвиток цифрових навичок:** Жінки хочуть здобути базові та поглиблені цифрові навички для особистого, професійного та підприємницького використання.
- **Безпечне житло та правова стабільність:** Жінки в усіх країнах наголошували на потребі в безпечному житлі та юридичній підтримці у справах, пов'язаних з отриманням статусу біженки або тимчасового місця проживання.
- **Психічне здоров'я та емоційна підтримка:** Почуття самотності, стресу та емоційних труднощів - особливо через розлуку з сім'єю - було поширеним явищем.

3. Творчість та її роль у процесі інтеграції

Усі групи визнали творчість значущою сферою для розвитку. Інтереси та таланти включали:

- **Ремесла, шиття та виготовлення прикрас** - характерні для Польщі, Бельгії, Австрії, Кіпру та Італії.
- **Макіяж, перукарські послуги, манікюр** - особливо поширені на Кіпрі, в Італії та Єленій Гурі.
- **Живопис, малювання, фотографія** - популярні в усіх групах, часто розглядаються як інструмент самовираження.
- **Творче письмо, оповідання, танці та музика** - виділяються в Австрії та Бельгії.

Серед перешкод для творчого розвитку – обмежена кількість часу (через роботу), матеріалів, обладнання, знань про те, як монетизувати навички, а також юридичної чи інституційної підтримки.

4. Участь, мотиватори та очікування

Жінки з різних країн мали схожі мотиви для участі у творчих або освітніх майстернях:

- Набуття навичок для працевлаштування або самозайнятості
- Створення відчуття приналежності та підтримки з боку однолітків
- Створення безпечного простору для самовираження
- Відновлення самооцінки та видимості у приймаючому суспільстві
- Подолання мовних бар'єрів за допомогою практичних форматів

Практичні фактори, такі як час доби, доступність догляду за дітьми та транспорт, також впливали на бажання і здатність брати участь у заходах.

5. Висновок

Фокус-групи показали, що хоча жінки-іммігрантки та біженки стикаються з різними проблемами, які залежать від їх правового статусу, походження та приймаючих країн, їх основні потреби та прагнення часто перетинаються. Усі учасниці висловили сильне бажання:

- Визнання їх навичок та прав
- Доступ до можливостей освіти та працевлаштування
- Платформи для спілкування, обміну досвідом та творчого розвитку

Для ефективної підтримки розширення їх прав і можливостей та інтеграції важливо розробляти інклюзивні, гнучкі та культурно чутливі програми, адаптовані до різноманітного досвіду всередині цих груп та між ними.

3. МЕТОДИ ТА ПРОГРАМИ, РОЗРОБЛЕНІ ПАРТНЕРАМИ

Дослідження, проведене партнерськими організаціями, виявило значну різноманітність серед жінок-іммігранток та біженок, особливо щодо їх освітнього рівня, мовних навичок, життєвих ситуацій та потреб у розвитку. Відповідно, кожна організація розробила свою програму для посилення творчих та цифрових компетенцій жінок, адаптувавши її до конкретного місцевого контексту.

Ці програми спрямовані на посилення активної участі жінок у соціальній та професійній сферах, покращення їх комунікативних та цифрових навичок, а також на підтримку їх незалежності та інтеграції в місцеві громади. Значний акцент робиться на розвитку креативності за допомогою методів неформальної освіти. Розробляючи та тестуючи різні підходи, проєкт прагне створити ефективні та інноваційні інструменти, які можуть бути поширені та використані іншими організаціями, що працюють з жінками-іммігрантками та біженками.

3.1 Огляд програми, розробленої FDS (Польща)

Серія майстер-класів акцентує увагу на практичному навчанні та культурному дослідженні за допомогою різних творчих засобів. Кожна сесія розроблена таким чином, щоб розвивати навички та творчі здібності учасниць, заохочуючи до співпраці та залучення до різноманітних культурних практик.

1. Творчий майстер-клас з виготовлення ляльок: Учасниці занурюються в мистецтво виготовлення ляльок, вивчаючи техніки шиття та крафтового виробництва для створення унікальних, персоналізованих ляльок. Зосереджуючись на культурному значенні, наприклад, на українській ляльці-мотанці, цей воркшоп розвиває творчість та дрібну моторику рук через практичне виготовлення. Учасники створюватимуть, декоруватимуть та прикрашатимуть свої ляльки, а кульмінацією стане сесія зворотного зв'язку з громадою, яка заохочуватиме до спільного навчання та рефлексії.
2. Готуючи історію: сторітелінг через рецепти. Цей кулінарний майстер-клас поєднує мистецтво розповіді з процесом приготування страв, надаючи учасницям

можливість створювати страви, натхненні фольклором та оповідями. Інтерпретуючи елементи історії у кулінарних композиціях, учасниці навчатимуться кулінарних технік, одночасно досліджуючи глибокі зв'язки між їжею та культурою. Спільний процес приготування сприяє розвитку командної роботи та креативного мислення, а завершальним етапом стає колективна дегустація, що відзначає їх кулінарні історії.

3. Аромосаше власноруч та рухові практики: Майстер-клас створює простір для жінок-іммігранток, де вони можуть досліджувати прості техніки самопомоги через залучення органів чуття. Виготовляючи власноруч ароматичні саше та виконуючи легкі рухові й дихальні вправи, учасниці навчаються встановлювати зв'язок із власним тілом, виражати себе та переносити заспокійливі практики у повсякденне життя.
4. Майстер-клас з бісероплетіння: Цей майстер-клас присвячений виготовленню прикрас з бісеру, з акцентом на точність та дизайнерські навички. Учасниці ознайомляться з основними техніками нанизування бісеру для створення унікальних аксесуарів та візерунків. Під час заняття відбудеться презентація готових виробів, що дасть змогу отримати зворотній зв'язок та обговорити проблеми, з якими учасниці зіткнулися в процесі роботи.
5. Майстерня «Перекус і Спілкування»: Корисні перекуси та історії, що нас об'єднують. Учасниці готуватимуть здорові закуски, ділитимуться своїми захопленнями та досліджуватимуть креативні кулінарні ідеї, водночас розвиваючи комунікативні навички.
6. Майстер-клас «Створи власну сумку»: Цей практичний майстер-клас навчить учасниць шити сумки, поєднуючи розпис та базові техніки шиття з персоналізованим дизайном. Учасниці опануватимуть читання викрійок, техніки розпису, кроєння тканини та індивідуальне оздоблення сумок. Завершальне групове обговорення дає можливість відзначити власну майстерність і поділитися досвідом процесу шиття.

Разом ці майстер-класи створюють обширний комплекс можливостей для розвитку креативності, навичок та цінування культурного різноманіття, забезпечуючи учасницям змістовний та захоплюючий досвід.

Назва заходу	Майстер-клас з виготовлення творчої ляльки
Вступ	У цьому майстер-класі учасниці навчатимуться розробляти та виготовляти ляльок ручної роботи, використовуючи різноманітні матеріали, зокрема тканину, нитки та наповнювачі. Ця діяльність сприяє розвитку креативності та практичних навичок, надаючи можливість персоналізованого досвіду.
Очікувана тривалість	4 години
Цілі навчання	- Розвиток навички шиття та рукоділля. - Розвиток творчих здібностей, створюючи унікальні ляльки. - Розвиток дрібної моторики через ручне зшивання та складання. - Дізнаємось про культурне значення лялькарства, зокрема про українську ляльку-мотанку.
Методика викладання	- Практичне виготовлення виробів з індивідуальним супроводом. - Використання сюжетного натхнення для створення ляльок. - Зворотний зв'язок від учасниць та спільне обговорення дизайну.
Інструменти/ матеріали	- Відрізки тканини (бавовна, фетр) - Голки та нитки для шиття - Гудзики, стрічки, бісер для оздоблення - Наповнювач (бавовна або синтетичний) - Ножиці, клей
Опис діяльності (крок за кроком)	- Вступ до базових технік виготовлення ляльок (шиття, набивання, складання). - Учасниці розробляють дизайн ляльки через ескізи. - Вибір тканини та матеріалів для тіла та одягу ляльки. - Шиття тіла ляльки та приєднання кінцівок. - Набивання ляльки та закриття швів. - Додавання рис обличчя, волосся та аксесуарів за допомогою різних декоративних елементів. - Презентація дизайнів групі для отримання зворотного зв'язку.
Оцінювання діяльності майстер-класу	- Анкета - Оцінювання за критеріями креативності, майстерності та зусиль. - Рефлексія учасниць щодо отриманих знань і навичок. - Групове обговорення труднощів та успіхів.

Додаткова література	Статті про історію лялькарства та культурне значення. Практичне відео: Motanka doll – How to make Ukrainian amulet Family keeper (youtube.com) The history of Motanka, a traditional Ukrainian guardian doll. – Ukieology Fashion and Decor
----------------------	---

Назва заходу	Готуючи історію: сторітелінг через рецепти
Вступ	Учасниці готуватимуть страви на основі історій або культурних оповідей. Кожна страва відображатиме елемент обраного наративу, поєднуючи кулінарне мистецтво зі сторітелінгом.
Очікувана тривалість	4 години
Цілі навчання	- Опановування базових кулінарних технік. - Розуміння культурних зв'язків між їжею та сторітелінгом. - Розвиток креативного мислення через перетворення оповідей у їстівні форми.
Методика викладання	- Приготувати страви на основі сюжету: кулінарія, що відображає конкретну сюжетну лінію. - Робота в парах або малих групах для створення страви, натхненної історією.
Інструменти/матеріали	- Кухонне приладдя (ножі, каструлі, сковорідки) - Інгредієнти на основі обраних історій - Картки рецептів - Книги оповідань або сценарії
Опис діяльності (крок за кроком)	- Обрати історію або народну казку як основу для приготування страви. - Проаналізувати сюжет і визначити, як окремі елементи можна відобразити через їжу (наприклад, десерт як символ щасливої кінцівки). - Зібрати інгредієнти та спланувати структуру страви. - Приготувати страву за інструкціями фасилітаторів. - Представити готову страву та пояснити її зв'язок з історією. - Колективна дегустація та зворотний зв'язок.

Оцінювання діяльності майстер-класу	• Анкета. • Оцінювання учасниць за критеріями креативності, командної роботи та здатності інтегрувати сторітелінг. • Групове обговорення про те, як їжа може розповідати історію.
Додаткова література	Книги або статті про символіку їжі в різних культурах. Food: How Cultures Eat And What It Means - Cultural Awareness International Food Culture: 36 Culinary Traditions Around the Globe (littera24.com)

Назва заходу	Аромосаше власноруч та рухові практики
Вступ	Майстер-клас створює простір для жінок-іммігранток, у якому вони можуть досліджувати прості техніки самопомоги через залучення органів чуття. Виготовляючи власноруч ароматичні саше та виконуючи легкі рухові й дихальні вправи, учасниці навчаються встановлювати зв'язок із власним тілом, виражати себе та переносити заспокійливі практики у повсякденне життя.
Очікувана тривалість	4 години
Цілі навчання	• Навчитися виготовляти власноруч ароматичне саше з використанням заспокійливих запахів, таких як лаванда, ромашка чи м'ята. • Зрозуміти користь аромату та дотику у зменшенні тривожності та підтримці емоційної рівноваги. • Використовувати творче самовираження та сенсорний досвід для поглиблення внутрішнього зв'язку.
Методика викладання	• Утілені практики м'якого розтягування та дихальних вправ для фізичного засвоєння технік самопомоги. • Практична творчість у вигляді DIY-виробів, що посилює відчуття залученості, креативність та самостійність. • Сенсорно-орієнтоване навчання, у якому дотик, запах і рух активують кілька органів чуття, зміцнюючи процес навчання та добробут.
Інструменти/матеріали	• Невеликі відрізи тканини (бавовна або муслін) чи заздалегідь пошиті мішечки • Сушені пелюстки квітів або трави: лаванда, ромашка, пелюстки троянди, м'ята, розмарин • Ефірні олії (за бажанням, для посилення аромату)

	• Натуральна мотузка або стрічка • Ножиці, маленькі ложечки
Опис діяльності (крок за кроком)	1. Ознайомлення з заспокійливими травами та ароматами. 2. Виготовлення ароматичних мішечків власноруч. 3. Вибір трав відповідно до особистих уподобань чи емоційного зв'язку. Змішування та наповнення мішечка. 4. Декорування — додавання символу, імені чи заспокійливого слова. Зав'язування та збереження або дарування. 5. Заохочення до обміну історіями про аромати чи традиції в процесі. 6. Відчуття запахів олій і початок руху тіла в колі. Виконання простих вправ у сидячому чи стоячому положенні: кругові рухи плечима, легкі нахили голови, нахили в сторони. 7. Дихальні техніки: «4-4-4» (вдих на 4 секунди, затримка дихання на 4 секунди, видих на 4 секунди). Рефлексія щодо відчуттів.
Оцінювання діяльності майстер-класу	• Оцінювання за критеріями креативності та техніки виконання. • Групова рефлексія щодо процесу та створених мішечків.
Додаткова література	Статті: The Healing Power of Scent: A beginner's guide to the power of essential oils ; Rowland, Ellen: 9781446310595: Amazon.com: Books

Назва заходу	Майстер-клас з бісероплетіння
Вступ	Учасниці навчатися створювати прикраси та аксесуари з намиста та бісеру. Ця практична діяльність заохочує креативність і точність.
Очікувана тривалість	4 години
Цілі навчання	• Розвиток навички бісероплетіння та дизайну прикрас. • Покращення точності та координації рухів рук. • Сприяння творчості через створення власних візерунків.
Методика викладання	• Покрокові майстер-класи з бісероплетіння. • Використання культурних прикладів бісерних виробів для натхнення.

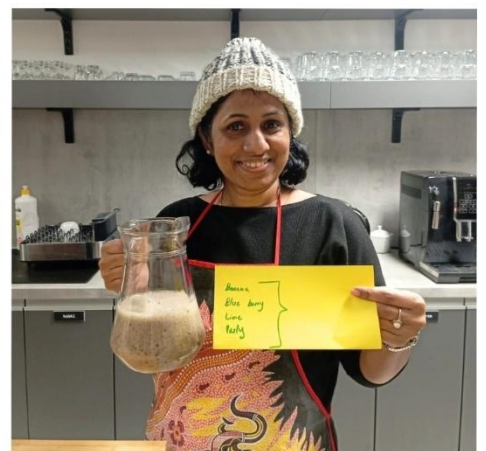
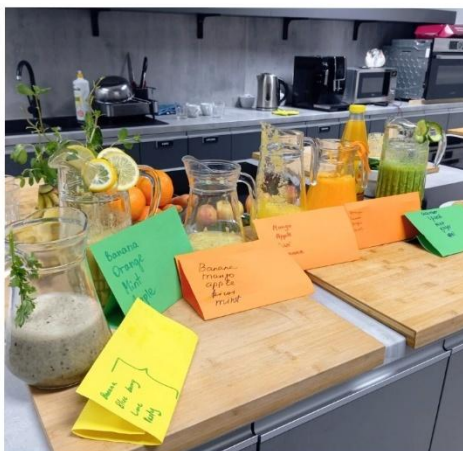
Інструменти/матеріали	• Намистини різних розмірів та кольорів • Нитки, дріт та кріплення • Плоскогубці, ножиці
Опис діяльності (крок за кроком)	1. Ознайомлення з базовими техніками нанизування бісеру. 2. Вибір бісеру та розробка власного візерунка. 3. Практика нанизування бісеру та зав'язування вузлів. 4. Створення браслета, намиста або іншого аксесуара. 5. Презентація готового виробу групі та отримання відгуків.
Оцінювання діяльності майстер-класу	• Креативність і точність у дизайні. • Групове обговорення викликів у бісероплетінні.
Додаткова література	Книги про історію бісероплетіння та його використання в різних культурах. A history of beads, and how they changed the world THE WORLD OF INTERIORS

Назва заходу	Майстерня «Перекус і Спілкування»:
Вступ	Учасниці Workshop готуватимуть корисні перекуси, ділитимуться своїми захопленнями та креативними ідеями приготування страв, а також розвиватимуть комунікативні навички.
Очікувана тривалість	4 години
Цілі навчання	• Приготування 2–3 простих та корисних перекусів з доступних інгредієнтів. • Зрозуміти харчову цінність приготованих перекусів. • Впевнено та креативно ділитися особистими або культурними історіями про їжу. • Відпрацювання базових комунікативних навичок у підтримуючій груповій атмосфері. • Створення соціальних зв'язків та відчуття спільноти через спільне приготування їжі та обмін історіями.

Методика викладання	• Навчання через практику: учасниці навчаються на практиці, готуючи перекуси разом. • Обмін досвідом між учасницями: жінки діляться традиційними ідеями перекусів зі своїх культур, сприяючи обміну знаннями.
Інструменти/матеріали	• Кухонне приладдя: ложки, ножі, дошки для нарізання, миски, столові прибори. • Інгредієнти для обраних перекусів (наприклад, вівсяні пластівці, олія, спеції, мед, сушені фрукти). • Друковані рецепти. • Фліпчарт або дошка для запису ідей групи. • Антисептик для рук, рукавички, фартухи.
Опис діяльності (крок за кроком)	1. Вступ до здорового перекусу та креативного приготування їжі. 2. Пояснення рецепту поетапно. 3. Приготування перекусів та прояв креативності. 4. Сісти в коло та насолоджуватися приготованими перекусами.
Оцінювання діяльності майстер-класу	• Оцінювання за критерієм креативності. • Взаємна оцінка готових перекусів учасницями.
Додаткова література	Статті про кулінарію, закуски та творчість: Smart Snacking – Nutrition Meets Food Science What Cooking Can Teach You About Innovation and Creativity - Harvard Business Publishing Creativity in the Kitchen: How Cooking Engages Your Creative Mind

Назва заходу	Майстер-клас «Створи власну сумку»
Вступ	Учасниці навчаться шити персоналізовані сумки — від tote-берів до невеликих гаманців — використовуючи базові техніки шиття та шаблони.
Очікувана тривалість	4 години
Цілі навчання	• Освоєння базових навичок шиття та роботи за шаблонами. • Розвиток дрібної моторики та дизайнерського мислення. • Сприйняття розвитку креативності при персоналізації сумок.

Методика викладання	• Використання шаблонів, зручних для початківців. • Заохочення до персоналізації за допомогою фарби для тканини або декоративних елементів.
Інструменти/матеріали	• Тканина (бавовна, канвас) • Голки, нитки • Фарба, пензлик • Швейні машини (за бажанням) • Ножиці, маркери для тканини та декоративні елементи
Опис діяльності (крок за кроком)	1. Вступ до технік шиття та читання шаблонів. 2. Вибір тканини та розробка дизайну сумки. 3. Вирізання тканини за шаблоном. 4. Зшивання деталей сумки. 5. Персоналізація за допомогою фарби для тканини або декоративних елементів. 6. Демонстрація готових сумок групі.
Оцінювання діяльності майстер-класу	• Оцінювання за якістю виконання та креативністю. • Групове обговорення процесу шиття.
Додаткова література	Відео- та графічні посібники з шиття та викрійки для початківців: https://youtu.be/IGITrkYdjs?si=NkKs2z8I-T9gKXB Beginners Sewing Course - Day 1 - The Basics



3.2 Огляд ПРОГРАМИ, РОЗРОБЛЕНОЇ FUNDACJA PCKK (Польща)

Назва заходу	Креативність та цифрові навички: розвиток компетенцій іммігранток та біженок для досягнення незалежності та соціальної інтеграції.
Вступ	Для досягнення головної мети проєкту: посилення потенціалу жінок, іммігранток та біженок через творчу діяльність та покращення цифрових компетенцій, буде реалізовано серію воркшопів, що поєднуюватимуть творчу діяльність та використання цифрових технологій. Ці майстер-класи надихнуть учасниць на подальший розвиток, вдосконалення своїх навичок та нададуть можливість обмінятися знаннями для тих, хто має досвід у сферах, охоплених воркшопами. Організація майстер-класів базуватиметься на методології Study Circle, а остаточні теми та сфери розвитку будуть визначені учасницями. Буде проведено шість майстер-класів з розвитку, що поєднуюватимуть творчу діяльність та використання цифрових технологій, а також один майстер-клас, присвячений безпосередньо цифровим компетенціям, які оберуть самі учасниці.
Очікувана тривалість	6 майстер-класів по 4 години кожен
Цілі навчання	Загальна мета: Зміцнення особистих, цифрових, комунікативних та креативних навичок учасниць. Конкретні цілі: • Підвищення цифрових навичок для безпечного та ефективного користування Інтернетом і соціальними мережами. • Розвиток практичних навичок, корисних у повсякденному та професійному житті в новій країні. • Підвищення самооцінки та впевненості у собі через творчі заняття, такі як рукоділля, графіка або фотографія. • Сприяння соціальній інтеграції та налагодженню контактів, особливо для іммігранток та біженок. • Використання творчості для вираження емоцій та подолання стресу і травми. • Збереження культурної ідентичності через мистецькі твори, натхненні традиціями учасниць. • Підтримка автономії та незалежності шляхом розвитку нових навичок і самостійності.

Методика викладання	Розвиваючий тренінг буде проводитися відповідно до методології Study Circles. Основні принципи методу роботи Study Circles - навчальні групи: • Кожна особа має певні знання та досвід, якими може поділитися з іншими. • Учасники Study Circles одночасно є учнями та викладачами/коучами. • Люди, які бажають здобути знання або навички у певній сфері, регулярно зустрічаються у невеликих групах (Study Circles), щоб разом досліджувати цікаву тему. • Група Study Circle працює під керівництвом лідера, обраного та затвердженого учасниками. • Уся група спільно визначає мету своїх зустрічей та правила співпраці в групі. • Кожна особа несе відповідальність за досягнення поставленої мети. • Групу підтримує фасилітатор, який є представником установи, що організовує навчання за методикою Study Circles. Завдяки методиці Study Circle учасниці впливають на власний процес розвитку, спільно визначають напрямки та діляться своїм досвідом. Такий підхід сприяє досягненню цілей, визначених проектом. Крім того, учасниці отримують менторську підтримку, що дозволить індивідуалізувати процес навчання, розробити Індивідуальні плани дій та ефективно досягати поставлених цілей. Передбачено проведення шести воркшопів, що поєднують творчі активності та використання цифрових технологій, а також одного воркшопу, присвяченого безпосередньо цифровим компетенціям, обраним учасницями. Тривалість кожної зустрічі – 4 години. Період реалізації: жовтень 2024 – лютий 2025 року. З фокус-дослідження випливають 3 напрямки креативного розвитку: • рукоділья, • малювання, живопис • фотографія
----------------------------	---

	Цифрові навички, визначені для розвитку учасницями фокус-групи, включають діяльність у соціальних мережах та цифрову фотографію. Безпека також є ключовим питанням для будь-кого, хто користується мережею. Остаточний вибір тем буде здійснено безпосередньо учасницями воркшопу відповідно до методики Study Circle.
Інструменти/матеріали	Залежно від воркшопу, наприклад: • Мило та фотографія - гліцеринові основи, барвники, форми, сушарка, смартфони. • Текстильні брошки - тканини, атласні стрічки, голки, нитки. • Браслети - муліне, бісер, застібки, ножиці. • Валяння - вовна для валяння, мила, фольги. • Акриловий живопис та графічні програми - полотна, акрилові фарби, пензлі, лак, фартухи, смартфони, графічні програми. • В'язання гачком - пряжа, гачки для в'язання гачком, ножиці. • Фотодень - телефони, декорації, світло, аксесуари для укладання.
Опис діяльності (крок за кроком)	Майстер-клас 1: Тема: Творча діяльність та особистий брендинг в Інтернеті - вступ Завдання: Створити навчальний гурток, діагностувати потреби учасниць у розвитку, визначити цілі та запланувати зустрічі групи. Покрокове впровадження: 1. Знайомство з учасницями та інтеграція групи. Презентація творчих інтересів учасниць. 2. Діагностика поточних цифрових навичок учасниць та їхнього досвіду у діяльності в соціальних мережах. 3. Побудова персонального бренду – як діяти онлайн. Вступ. 4. Визначення цілей розвитку учасниць (чого вони хочуть навчитися, що бажають удосконалити у сфері творчих активностей та цифрових компетенцій), ідентифікація найактивніших учасниць, готових ділитися знаннями у обраних сферах. 5. Визначення цілей групи, складання розкладу та тем майбутніх зустрічей, встановлення каналів комунікації. 6. Вибір учасниць, які виконуватимуть роль лідерок у сферах, обраних групою. 7. Підсумок – коротке обговорення досягнень та висновків для майбутнього, оцінювання та закриття зустрічі. Зустріч проводить фасилітатор та ментор.

	Після зустрічі учасниці прийматимуть участь в індивідуальних сесіях з ментором для розробки індивідуальних планів дій, які допоможуть їм досягти поставлених цілей. Майстер-класи 2-6: Теми: рукоділля, малюнок, живопис, фотографія Завдання: Розвиток творчих навичок в обраній сфері, вдосконалення вмінь фотографувати об'єкти за допомогою смартфона. Покрокове впровадження: 1. Міні-виставка – презентація робіт учасниць, виконаних у техніці, що є темою майстер-класу (учасниці приносять раніше виконані роботи). 2. Обговорення інструментів, матеріалів, джерел знань та натхнення. 3. Творчі майстер-класи за обраною темою. 4. Цифровий майстер-клас – фотографування об'єктів за допомогою смартфона. 5. Онлайн-активності – обговорення та планування діяльності на період між зустрічами: що я буду робити онлайн? Чого я хочу навчитися? 6. Підсумок – коротке обговорення досягнень та висновків для майбутнього, оцінювання та закриття зустрічі. Зустріч модерує фасилітатор Поглиблення знань з навчальних матеріалів, запропонованих фасилітатором
--	---

Оцінювання діяльності майстер-класу	Оціночна анкета
Додаткова література	Методика "Навчальні гуртки" в освіті старшокласників SenEd final ver EN.pdf How to start building a personal brand online with little digital competence? https://drive.google.com/file/d/1nA0mZbZKW5JwnTOhVSYC1M-zN083ZV1b/view?usp=sharing Перевірте свої цифрові навички! https://europa.eu/europass/digitalskills/screen/home?referrer=epass&route=%2Fpl DigComp 2.2 https://publications.jrc.ec.europa.eu/repository/handle/JRC128415 https://youtu.be/NK5wtYHziws?si=F5vEviEdtZsgS78o https://youtu.be/Xv3j9k_3930?si=nv-rN3ldj88-Qp2E https://youtu.be/kZNC6k5YVsc https://www.youtube.com/watch?v=TrSGCwN-CAC



3.3 Огляд програми, розробленої CENTRO PROVINCIALE PER L'ISTRUZIONE DEGLI ADULTI "NELSON MANDELA" (Італія)

У сучасному глобалізованому світі сприяння міжкультурному діалогу та взаєморозумінню є ключовим чинником підтримки соціальної згуртованості та гармонійного співіснування різних спільнот. У межах цього проєкту передбачено проведення серії з шести захоплюючих майстер-класів, присвячених святкуванню Festa dei Morti (День померлих) 2 листопада. Особливу увагу приділено Фрутта Марторана — традиційним солодощам із мигдальної та цукрової пасти (тип марципану), сформованим і розфарбованим так, щоб нагадувати справжні фрукти, а іноді й овочі. Ці солодощі поєднують смакоти та художню майстерність. Назва походить від церкви Martorana в Палермо, де, за традицією, вони вперше були виготовлені та створені черницями. Такі солодощі особливо асоціюються зі святом 2 листопада. Сьогодні Фрутта Марторана є символом сицилійського кондитерського мистецтва, поєднуючи в собі історію, культуру та ремесло в кожному виробі. Вивчення Festa dei Morti та традиційних солодощів Фрутта Марторана є чудовою нагодою для учасниць розвивати свої творчі та цифрові навички, включно з кулінарією, декоруванням, пакуванням, а також обробкою фото та відео.

Мета цієї програми полягає в наступному:

- Підвищення рівня креативності: Кожен майстер-клас спрямований на заохочення творчого самовираження через різні художні засоби. Від створення цифрових плакатів до виготовлення традиційних солодощів учасниці матимуть змогу розкрити свій художній потенціал.
- Розвиток цифрових компетентностей: У сучасну цифрову епоху володіння технологіями є надзвичайно важливим. Учасниці отримають практичний досвід роботи з цифровими інструментами та платформами для створення плакатів та відео, що документують їх досвід.
- Сприяння міжкультурному взаєморозумінню: Залучення учасниць до ознайомлення з культурною спадщиною Сицилії, у поєднанні з можливістю поділитись власним культурним досвідом, створює умови для зміцнення міжкультурного діалогу. Такий підхід сприяє розвитку навичок ефективної міжкультурної комунікації та формує позитивне ставлення до різноманіття як до цінності.
- Розвиток навичок дослідницької роботи: учасниці навчаються проводити дослідження, зосереджуючись на історичних та сучасних практиках, пов'язаних із

Festa dei Morti. Ця навичка корисна не лише для навчальних цілей, а й для особистісного розвитку.

- Сприяння формуванню відчуття приналежності до місцевої спільноти через ознайомлення з культурною та історичною спадщиною регіону.

Висновки

Завдяки цим майстер-класам учасниці не лише набувають практичних навичок, а й отримують глибоке розуміння сицилійських традицій, пов'язаних із Festa dei Morti. Сприяючи діалогу між культурами, цей проєкт має на меті створити більш інклюзивне середовище, де цінуються та відзначаються різноманітні погляди. У підсумку, ми прагнемо надихнути учасниць переносити отримані знання у свої спільноти, сприяючи постійному міжкультурному обміну та співпраці.

Назва заходу	Свято мертвих: цифровий постер
Вступ	Діяльність передбачає вступ до всього майстер-класу. Вона включає відвідування церкви Марторана та онлайн-пошук інформації про Festa dei Morti у Палермо (Італія), а також в інших країнах. Ключовою метою є створення цифрового плакату, який буде демонструвати зібрану під час діяльності інформацію.
Очікувана тривалість	4 години
Цілі навчання	• Вивчення основ інструментів веб-досліджень. • Вивчення основ графічного дизайну за допомогою мобільних додатків.
Методика викладання	• Кооперативне навчання • Освіта за принципом взаємного навчання (peer education) • Перевернуте навчання (Flipped Classroom)
Інструменти/матеріали	• Смартфони учасниць • Комп'ютери (необов'язково) • Презентація PowerPoint про святкування Дня померлих у Сицилії та у країнах походження учасниць
Опис діяльності (крок за кроком)	Діяльність насамперед слугує культурним збагаченням теми та включає відвідування церкви Марторана. Під час відвідування учасниці знайомляться з історією та традиціями Festa dei Morti. Після відвідування

	учасниці мають порівняти культурні та кулінарні традиції, пов'язані з Festa dei Morti, у нашій країні та у країнах їх походження. Також покращуються навички користування смартфонів, задля пошуку інформації. На завершальному етапі учасниці спільно створюють цифровий плакат про Festa dei Morti та Фрутта Марторана. Ця діяльність знайомить їх з веб-дослідженнями та інструментами графічного дизайну, одночасно заохочуючи командну роботу та креативність.
Оцінювання діяльності майстер-класу	Опитувальники для самооцінки
Додаткова література	Культ мертвих у світових традиціях https://youtu.be/ArJZNwewBz0?feature=shared https://youtube.com/shorts/sN_ozG4qw0?feature=shared https://www.donnad.it/festa-dei-morti-mondo https://www.focusjunior.it/comportamento/feste/festa-dei-morti-le-tradizioni-in-italia-e-nel-mondo-per-il-2-novembre/

Назва заходу	Фрутта Марторана: кулінарний майстер-клас
Вступ	Суть першого заняття полягає в тому, щоб навчитися готувати Фрутта Марторана. Для цього учасниці відвідують майстер-клас з приготування у кондитерській лабораторії Dolce Carlino в Палермо. Під час майстер-класу шеф-кондитер пояснює, як приготувати Фрутта Марторана, надає список інгредієнтів, огляд традиційних методів приготування та часу приготування, а також розповідає про історичне значення цього десерту.
Очікувана тривалість	4 години
Цілі навчання	• Освоєння нових технік приготування їжі • Обмін рецептами з різних культурних середовищ. • Вивчення історії та значення традиційної їжі. • Культурний обмін та соціальні зв'язки між учасницями.
Методика викладання	• Навчання через практику • Кооперативне навчання • Освіта за принципом взаємного навчання (peer education) • Перевернуте навчання (Flipped Classroom)

Інструменти/матеріали	• Марципан • Рукавички • Маски • Форми
Опис діяльності (крок за кроком)	Після короткої презентації рецепту фасилітатори допомагають учасникам навчитися традиційним технікам виготовлення Фрутта Марторана, а саме: як приготувати мигдально-цукрову пасту і як надати їй форму фруктів за допомогою відповідних формочок. Наприкінці майстер-класу учасниці забирають із собою приготовані фрукти, ще білі та не розмальовані, щоб прикрасити їх під час другої діяльності.
Оцінювання діяльності майстер-класу	Опитувальники для самооцінки
Додаткова література	День мертвих у Палермо https://youtu.be/q4O-upaDBnA?feature=shared https://youtu.be/rprL6N5Z_7w?feature=shared "Свято смерті", описане Андреа Каміллері https://youtu.be/-9Hc793Pw0o?feature=shared

Назва заходу	Фрутта Марторана: майстерня декору
Вступ	Спираючись на попередній майстер-клас, учасниці створюють свої художні роботи, використовуючи традиційні техніки та водночас розвиваючи власний унікальний стиль. Ця діяльність проводиться в школі під керівництвом фасилітаторів.
Очікувана тривалість	4 години
Цілі навчання	• Освоєння техніки розмальовування їжі • Обмін техніками декорування з різних культурних середовищ • Вивчення історії та значення традиційної їжі • Культурний обмін та побудова соціальних взаємозв'язків між учасницями

Методика викладання	• Навчання через практичну діяльність • Кооперативне навчання • Освіта за принципом взаємного навчання (peer education) • Перевернуте навчання (Flipped Classroom)
Інструменти/матеріали	• Їстівні барвники • Пензлі • Рукавички • Маски • Презентації PowerPoint про традиційні техніки декорування
Опис діяльності (крок за кроком)	Після короткої презентації традиційних технік декорування фасилітатори спрямовують учасниць у процесі оздоблення їхніх виробів, відтворюючи класичні стилі та розвиваючи власні унікальні дизайни. Учасниці за допомогою їстівних барвників розмальовують поверхню фруктів тонким пензлем, прагнучи досягти максимально реалістичного ефекту.
Оцінювання діяльності майстер-класу	Опитувальники для самооцінки
Додаткова література	Фрутта Марторана у Вікіпедії https://it.wikipedia.org/wiki/Frutta_di_Martorana

Назва заходу	Фрутта Марторана: майстер-клас з пакування
Вступ	Учасниці ознайомлюються з техніками дизайну упаковки, щоб створити привабливе пакування для своїх солодощів. Ця сесія акцентує увагу на естетиці та маркетингових стратегіях.
Очікувана тривалість	4 hours
Цілі навчання	• Вивчення основ маркетингу • Вивчення основ дизайну упаковки
Методика викладання	• Навчання через практичну діяльність • Кооперативне навчання • Освіта за принципом взаємного навчання (peer education)

Інструменти/матеріали	• Папір • Картон • Кольорові стрічки • Рукавички • Маски • Ножиці • Щітки
Опис діяльності (крок за кроком)	Фасилітатори спрямовують учасниць у розробці стилю упаковки відповідно до базових принципів маркетингу. Учасниці можуть проявити свою креативність, визначаючи «ідентичність» своїх продуктів. Більшість з них обрали створення упаковки, що відповідає дизайну типового дерев'яного ящика для фруктів та специфічним кольорам сицилійських традицій.
Оцінювання діяльності майстер-класу	Опитувальники для самооцінки
Додаткова література	Рецепт традиційної сицилійської Фрутта Марторана https://youtu.be/z_NcUAiw9wI?feature=shared

Назва заходу	Польове дослідження: Festa dei Morti в Палермо
Вступ	Після відвідування церкви Марторана під час першої активності учасниці повертаються до центру міста, щоб дослідити визначні місця, пов'язані з цією традиційною кондитерською продукцією, та зробити фотографії. Шляхом творчого редагування цих зображень учасниці візуально переосмислюють ключові пам'ятки історичного центру Палермо, включаючи П'яцца Белліні, церкву Марторана, церкву Сан-Катальдо та монастир Санта-Катерина. Процес фотографічного переосмислення допомагає не лише розвивати художні та цифрові навички, а й сприяє глибшому розумінню місцевої культурної спадщини. Така персональна робота з образами формує справжнє відчуття зв'язку та приналежності до цих місць, перетворюючи освітній досвід на змістовну подорож культурної інтеграції та оцінки спадщини.
Очікувана тривалість	4 години

Цілі навчання	• Ознайомлення з основами польових досліджень • Вивчення основ цифрової фотографії • Вивчення історії та значення святкування Festa dei Morti • Культурний обмін та соціальні зв'язки між учасницями • Розвиток художніх і цифрових навичок через творчу обробку фотографій • Формування відчуття приналежності до території через її пізнання
Методика викладання	• Навчання через практичну діяльність • Кооперативне навчання • Навчання у парі / навчання від однолітків
Інструменти/матеріали	Смартфони
Опис діяльності (крок за кроком)	Учасниці відвідують центр Палермо, де по всьому громадському простору можна побачити ознаки святкування Festa dei Morti. Вони мають можливість брати інтерв'ю у місцевих жителів та фахівців у сфері кондитерського мистецтва. Учасниці визначають найважливіші елементи та фотографують і знімають їх на відео.
Оцінювання діяльності майстер-класу	Опитувальники для самооцінки
Додаткова література	Церква Санта Марія дель Аммірагліо (Ла Марторана) в Палермо https://www.loquis.com/it/loquis/1086590/LA+MARTORANA+DI+PALERMO?gad_source=2&gad_campaignid=22166600820&gclid=EAlaIQobChMI7P2O5IfijgMV0o1QBh0glQH2EAAAYASAAEgJ38fD_BwE Легенда про Фрутта Марторана https://youtu.be/-AteMuggyj8?feature=shared

Назва заходу	Спільна рефлексія та документування нашого досвіду за допомогою цифрових інструментів
Вступ	Остання діяльність передбачає групове обговорення всього проекту та створення короткого відео для його документування.
Очікувана тривалість	4 години

Цілі навчання	• Вивчення основ з відеомонтажу. • Ознайомлення з історією та значенням святкування Festa dei Morti. • Культурний обмін та соціальні зв'язки між учасницями.
Методика викладання	• Навчання через практичну діяльність • Кооперативне навчання • Навчання від однолітків • Круглий стіл / Час кола
Інструменти/матеріали	• Смартфони учасників. • Комп'ютери (не обов'язково)
Опис діяльності (крок за кроком)	Протягом усіх заходів учасниці здебільшого документували свій досвід за допомогою смартфонів. На завершення пропонується час кола, під час якого всі учасниці обирають найбільш значущі фотографії та коментують їх, обмірковуючи різні етапи процесу. Потім самі учасниці збирають обрані фотографії у коротке відео за допомогою додатку Canva.
Оцінювання діяльності майстер-класу	Опитувальники для самооцінки
Додаткова література	https://www.facebook.com/share/p/162GUCXVFX/



3.4 Огляд ПРОГРАМИ, РОЗРОБЛЕНОЇ ІНТЕРАКЦІОНОЮ (АВСТРІЯ)

Назва заходу	Креативні кола для жінок-іммігранток
Вступ	Програма складалася з серії шести майстер-класів, зосереджених на ремеслах і малюванні/живописі, а також майстер-класу з фотографування на смартфон. Творчі майстер-класи (ремесла, такі як робота з глиною, колаж, в'язання гачком, ботанічний живопис, мармурування та зентангл) та один фотомайстер-клас, на якому жінки навчилися фотографувати свої творіння за допомогою смартфонів. Майстер-класи були відкриті для всіх жінок-іммігранток, які проживають у Граці, і мали на меті створити творчу жіночу спільноту, де вони могли б розвинути нові навички, відкрити для себе нове хобі чи пристрасть, зняти стрес і налагодити зв'язок зі своєю творчістю.
Очікувана тривалість	7 воркшопів по 4 години
Цілі навчання	• Розвиток нових навичок ручної творчості • Сприяння особистій самостійності та впевненості • Формування відчуття належності до спільноти • Сприяння творчому самовираженню • Покращення цифрових навичок, за допомогою використання смартфона для того, аби зробити фото
Методика викладання	Майстер-класи були проведені на основі методології «жіночого кола», за якою фасилітатор очолює сесії, забезпечуючи учасниць відчуттям, що їх думки та переживання почуті та враховані. Такий підхід створює безпечний простір, де жінки можуть збиратися разом, обмінюватися особистими історіями та здійснювати спільну творчість. В межах заходів було проаналізовано навички та компетенції учасниць, а також надано можливість ділитися власним досвідом з іншими учасницями. Це сприяло розвитку ініціативності, підвищенню впевненості у власних можливостях, поглибленню професійних навичок та набуттю досвіду фасилітації під час навчання інших учасниць. Історично жінки традиційно збиралися разом, щоб обмінюватися досвідом, ділитися радіщами та турботами, здійснювати спільну творчість і передавати знання від покоління до покоління. Жіноче коло є

	ефективним майданчиком для навчання, взаємної підтримки та формування міцних соціальних і професійних зв'язків.
Інструменти/матеріали	Залежно від майстер-класу. Ось які матеріали нам знадобилися для наших майстер-класів. ● Глина - ліпка глина, яка висихає на повітрі, вода ● Колаж - великий білий папір (A3), цупкий папір, журнали, фотографії, ножиці, нитки, голки, природні матеріали, такі як листя, квіти тощо. ● В'язання гачком - гачки для в'язання гачком, ножиці, пряжа ● Мармуровість паперу - олійні фарби, папір, олія та коробки, які підходять для паперу ● Ботанічний живопис - папір, акварель, олійні фарби, різноманітне натуральне листя ● Малюнок зентангла - кольорові олівці, звичайні олівці, фломастери, папір A4 або A5 ● Фотографія: Картонні коробки, білий папір, лампи (підійдуть звичайні домашні лампи), ножиці, скотч і смартфони.
Опис діяльності (крок за кроком)	Програма складалася з 6 творчих майстер-класів та одного фотомайстер-класу, де жінки могли навчитися фотографувати свої творіння. ● Перший майстер-клас, проведений фасилітатором нашої організації, дав учасникам можливість познайомитися та прийняти участь у командоутворювальних активностях, а також ознайомитися з проектом REMCREAD. Водночас було проведено ознайомлення з роботою з глиною, що висихає на повітрі. ● На другому майстер-класі ми запитали учасниць, чи мають вони метод або техніку, якою хотіли б поділитися з іншими. Оскільки на той момент жодна з учасниць не запропонувала конкретної ідеї, було організовано майстер-клас із створення колажу. ● Третій майстер-клас із в'язання гачком провела представниця нашої організації. Після нього одна з учасниць із громади, жінка з Пакистану, запропонувала показати інші художні методи. ● Четвертий майстер-клас провела жінка з Пакистану з техніки «марблінг на папері», де учасниці досліджували стародавній метод живопису на воді за допомогою олійних фарб. ● Жінка з Пакистану також провела п'ятий майстер-клас, запропонувавши використати природні листя для створення відбитків на папері за допомогою фарб. Учасниці досліджували цю техніку та створили різноманітні малюнки з використанням різних листків.

	- Шостий майстер-клас провела інша учасниця групи з Індії, запропонувавши заняття з усвідомленості та створення візерунків, подібних до техніки Zentangle. Жінки навчалися створювати різноманітні візерунки, що допомагають розслабитися та залишатися у моменті «тут і зараз», а також разом виконали кілька малюнків у групі. - Останній майстер-клас був присвячений мобільній фотографії. Учасниці навчилися створювати світлову коробку з картонної коробки, яка може використовуватися для зйомки продуктів, а також отримали поради щодо використання камер своїх смартфонів для створення креативних фотографій, включаючи налаштування камери, композицію та освітлення.
Оцінювання діяльності майстер-класу	Кожен майстер-клас оцінювався окремо за допомогою Google Forms. Використовувалася одна й та сама форма з випадającym меню для вибору відповідного майстер-класу.
Додаткова література	https://www.sozialmarie.org/en/projects/8123 -Craftistas – Жіночий майстер-клас Проект, керований громадою, у межах якого жінки-біженки співпрацюють для навчання та обміну мовами, культурою та ремеслами, сприяючи інтеграції та взаємному навчанню.



3.5 Огляд ПРОГРАМИ, РОЗРОБЛЕНОЇ MDP (БЕЛЬГІЯ)

Шість майстер-класів для жінок-іммігранток забезпечать їм різноманітні можливості для розвитку творчих навичок, культурного самовираження, налагодження контактів та загального добробуту. Вони також можуть слугувати інструментом соціальної інклюзії.

До них належать:

1. **Фотографічне самовираження** – навчання розповіді історій за допомогою зображень, охоплює основи композиції та освітлення й завершується фотопроектом/виставкою.
2. **Міжкультурна кулінарія** – сприяє культурному обміну через традиційні рецепти, спільне приготування страв та трапези.
3. **Інноваційне шиття** – охоплює базові навички ремонту одягу та виконання простих проєктів, забезпечуючи практичний інструмент для самостійності.
4. **Живопис** – надає можливість для творчого самовираження, зосереджується на базових техніках і культурному оповіданні через мистецтво.

Назва заходу	1 - Фотографічне вираження
Вступ	Цей майстер-клас із фотографії спрямований на розширення можливостей жінок-іммігранток завдяки освоєнню вміння створювати зображення, які відображають їх навички, досвід, культуру та погляди. Він слугуватиме засобом самовираження й оповіді, а також може стати потенційним інструментом до нових можливостей працевлаштування у сфері креативних індустрій. Метою майстер-класу є формування відчуття спільноти серед учасниць, зміцнення соціальних зв'язків і взаємної підтримки через спільний творчий досвід.
Очікувана тривалість	4 години
Цілі навчання	• Опанування базових концептів фотографії, зокрема композицію, освітлення та кадрування.

	- Вміння ефективно користуватися фотоапаратом або смартфоном, включаючи основні налаштування, такі як фокус, експозиція та інструменти редагування. - Розвиток навички сторітелінгу через фотографію, використовуючи зображення для передачі особистих наративів і культурних історій. - Зміцнення впевненості у використанні фотографії як засобу самовираження.
Методика викладання	Навчання через практику: кола історій, сесії взаємного рецензування та візуальні сторіборди. Учасниці створять простий сторіборд для планування власної фотосерії, що допоможе їм продумати історію, яку вони прагнуть розповісти за допомогою зображень.
Інструменти/матеріали	- Фотоапарати або смартфони - Друковані підказки з фотографії: узагальнення ключових понять, таких як правило третин, поради щодо освітлення та налаштувань камери. - Додатки для редагування (наприклад, Snapseed, VSCO) для покращення фотографій учасницями.
Опис діяльності (крок за кроком)	- Вступ та знайомство - Основи та техніки фотографії - Практичне відпрацювання - Огляд та зворотний зв'язок - Підсумки та завершення
Оцінювання діяльності майстер-класу	Майстер-клас буде зосереджений на безперервному оцінюванні та забезпеченні якості. Наприкінці учасниці заповнять форму Google для оцінки логістичної організації, методології, власної активної участі, а також результатів і створених робіт.
Додаткова література	Майстер-клас з фотографування на смартфон - 10-хвилинна версія https://youtu.be/pClzj-5VzWY

Назва заходу	2 - Міжкультурна кухня
Вступ	Цей майстер-клас з екзотичної кухні покликаний відзначити багаті кулінарні традиції жінок-іммігранток, даючи можливість для обміну рецептами та кулінарними техніками, а також для вивчення нових страв з інших культур. Учасниці вдосконалюватимуть свої кулінарні навички та

	відкриватимуть для себе різноманітні інгредієнти, отримуючи можливість ділитися своєю кулінарною майстерністю та спадщиною з іншими.
Очікувана тривалість	4 години
Цілі навчання	- Опанування нових кулінарних технік та рецептів із різних культурних традицій. - Здобуття розуміння історії та значення екзотичних страв через ознайомлення з історіями, що лежать в основі традиційних рецептів. - Сприяння культурному обміну та зміцненню соціальних зв'язків між учасницями завдяки спільній любові до приготування їжі та кулінарії.
Методика викладання	- Кола обміну рецептами: учасниці приносять улюблений рецепт зі своєї культури та діляться його історією з іншими, сприяючи взаємному навчанню та цінуванню різноманітних кухонь. - Інтерактивне приготування страв: учасниці працюють у малих групах на кулінарних станціях, кожна з яких зосереджується на окремій частині рецепта. Такий практичний підхід забезпечує активну участь у процесі приготування. - Візуальні картки рецептів: кожна учасниця отримує візуальну покрокову картку рецепту для розглянутих страв із ілюстраціями, що відображають процес приготування.
Інструменти/матеріали	- Кулінарне обладнання: портативні плити, каструлі, сковороди, обробні дошки, ножі та миски для змішування. - Інгредієнти: різноманітні продукти для обраних страв, включаючи спеції та унікальні складові, що репрезентують відповідні кухні. - Візуальні картки рецептів: ілюстровані покрокові інструкції для кожної приготовленої страви, які полегшують процес приготування та дозволяють учасницям відтворити страви вдома.
Опис діяльності (крок за кроком)	- Демонстрація та техніка приготування їжі - Практичне заняття з приготування їжі - Дегустація та обмін досвідом - Підсумки/засвоєні уроки
Оцінювання діяльності майстер-класу	Майстер-клас буде зосереджений на безперервному оцінюванні та забезпеченні якості. Наприкінці учасниці заповнять форму Google для оцінки логістичної організації, застосованої методології, рівня власної активної участі, а також результатів та створених робіт.

Додаткова література	10 найкращих африканських страв: https://www.youtube.com/watch?v=0OWEqSbX1Us
----------------------	---

Назва заходу	3 - Інноваційне шиття
Вступ	Цей майстер-клас із шиття спрямований на розширення можливостей жінок-іммігранток шляхом навчання їх необхідним навичкам ремонту, модифікації та створення одягу. Шиття є не лише цінною практичною навичкою, а й можливістю для творчості та самовираження.
Очікувана тривалість	4 години
Цілі навчання	- Опанування базових технік шиття: заправлення нитки в голку, виконання основних стібків (прямий шов, зворотний шов), використання швейної машини. - Розуміння процесу модифікації та ремонту одягу: навички підшивання, латання дірок, коригування одягу для кращої посадки. - Набуття впевненості у створенні простих швейних виробів: сумки, наволочки чи базові елементи одягу.
Методика викладання	- Навчальні відео: короткі відеоматеріали, що демонструють різні техніки шиття, показуються перед практичними заняттями, підсилюючи візуальний аспект навчання. - Проектно-орієнтоване навчання: кожна учасниця працює над невеликим проектом (наприклад, виготовлення простої сумки чи модифікація одягу, який вона принесла з дому) у межах майстер-класу. - Спільне навчання: учасниць заохочують допомагати одна одній та ділитися порадами під час практики, що сприяє створенню підтримувального навчального середовища.
Інструменти/матеріали	- Швейні машини: надаються учасницям для практики з акцентом на базове використання та дотримання правил безпеки. - Швейні набори: містять голки, нитки різних кольорів, ножиці для тканини та сантиметрові стрічки. - Тканини та фурнітура: різноманітні тканини для практики й невеликих проектів, а також ґудзики, блискавки та інші декоративні елементи.

Опис діяльності (крок за кроком)	• Демонстрація базових технік шиття • Практичні заняття з шиття • Презентація робіт та обговорення
Оцінювання діяльності майстер-класу	Майстер-клас буде зосереджений на безперервному оцінюванні та забезпеченні якості. Наприкінці учасниці заповняють форму Google для оцінки логістичної організації, застосованої методології, рівня власної активної участі, а також результатів та створених робіт.
Додаткова література	Посібник з шиття для початківців: https://www.youtube.com/watch?v=oD_KpZm7OaM

Назва заходу	4 - Живописна мандрівка
Вступ	Майстер-клас спрямований на навчання учасниць базовим технікам живопису та допомогу в дослідженні власного художнього стилю, використовуючи мистецтво як засіб самовираження, релаксації та взаємозв'язку з іншими.
Очікувана тривалість	4 години
Цілі навчання	• Опанування базових технік живопису: змішування фарб, володіння пензлем та освоєння різних стилів, таких як абстрактний, імпресіоністичний або реалістичний живопис. • Розуміння використання кольору та композиції: створення виразних творів мистецтва, що передають емоції або демонструють культурні історії. • Набуття впевненості у експериментах: робота з різними стилями та матеріалами, такими як акрил, акварель чи пастель. • Сприяння культурному ознайомленню завдяки мистецтву: надання можливості учасницям візуально виражати свою ідентичність та досвід.
Методика викладання	Живопис із оповідною складовою: Учасниць заохочують черпати натхнення з особистих спогадів або культурних історій, які вони передають у своїх живописних роботах.
Інструменти/матеріали	• Матеріали для живопису: пензлі, палітри, ємності для води та серветки для очищення.

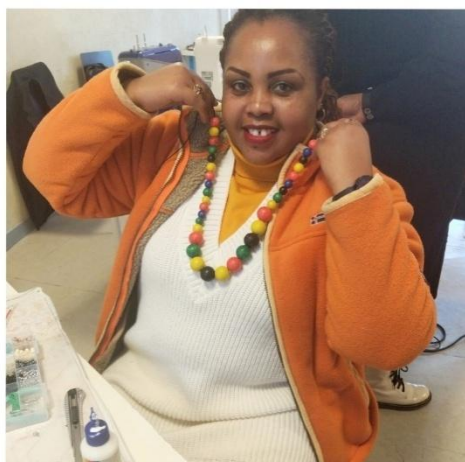
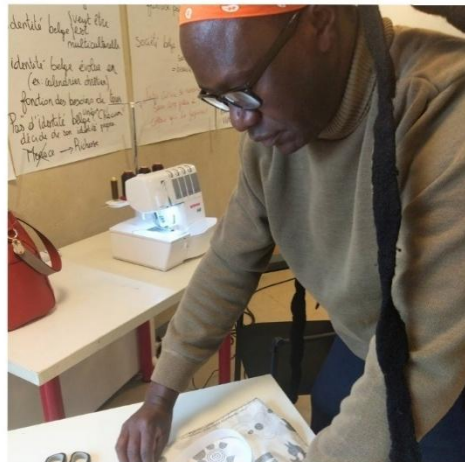
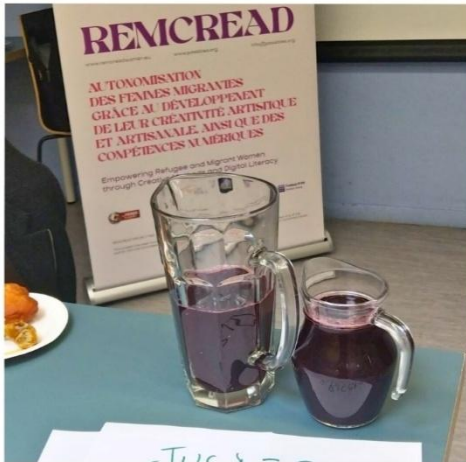
	• Фарби: набори акрилових та акварельних фарб, що забезпечують широкий спектр кольорів для різних стилів. • Полотно або щільний папір: для основних проєктів з живопису.
Опис діяльності (крок за кроком)	• Вступ • Демонстрація технік живопису • Практичне заняття з живопису • Огляд робіт учасниць та обговорення
Оцінювання діяльності майстер-класу	Майстер-клас буде зосереджений на безперервному оцінюванні та забезпеченні якості. Наприкінці учасниці заповнять форму Google для оцінки логістичної організації, застосованої методології, рівня власної активної участі, а також створених робіт і результатів.
Додаткова література	Намалюйте БУДЬ-ЩО всього за 4 простих кроки! https://www.youtube.com/watch?v=rcfMSeilPkg

Назва заходу	5 - Переробка та повторне використання
Вступ	Це креативний та надихаючий майстер-клас, орієнтований на сталу моду та зміцнення спільноти. Учасниці навчатимуться переробляти та повторно використовувати одяг і текстиль за допомогою простих і доступних технік. Майстер-клас сприяє розвитку навичок апсайклінгу, підвищує екологічну свідомість і створює підтримуючий простір для іммігранток, де вони можуть налагоджувати контакти, ділитися історіями та здобувати впевненість через творчий процес.
Очікувана тривалість	4 години
Цілі навчання	• Розвиток практичних навичок апсайклінгу та циркулярної моди • Опанування базових технік переробки та повторного використання одягу, текстилю та пластику, таких як ручне шиття, латання, обрізання та креативне декорування. • Сприяння екологічній свідомості • Розуміння впливу текстильних відходів на довкілля та переваг практик сталої моди. • Заохочення творчого самовираження • Використання дизайну та рукоділля як засобу самовираження, дослідження власного стилю та культурної ідентичності через одяг.

Методика викладання	● Практичне, дослідницьке навчання Навчання через дію — учасниці активно працюють із матеріалами, відпрацьовуючи техніки апсайклінгу в реальному часі, перетворюючи теорію на практичні навички. ● Навчання через взаємний обмін досвідом Заохочення учасниць ділитися своїми знаннями, культурними техніками та творчими ідеями сприяє взаємному навчанню та повазі серед представниць різних культурних середовищ.
Інструменти/ матеріали	Старі тканини, пластик, фарби, пензлі, швейні інструменти
Опис діяльності (крок за кроком)	● Вступ та знайомство ● Теоретична частина ● Практична робота ● Оцінка та зворотний зв'язок
Оцінювання діяльності майстер-класу	Рефлексія учасниць щодо власного розвитку через розповідь історій та групове обговорення.
Додаткова література	(Re)дизайн надлишкового текстилю та переробка старого одягу: https://www.close-the-loop.be/en/the-loop/tips-tricks/tips-tricks-detail/60/re-design-surplus-textiles-and-upcycle-old-clothing

Назва заходу	6 - Рідкісні перлини
Вступ	Майстер-клас створює творчий простір, де жінки з іммігрантських спільнот об'єднуються для розробки та ручного виготовлення унікальних прикрас із перлів, бісеру та інших красивих матеріалів.
Очікувана тривалість	4 години
Цілі навчання	На цьому майстер-класі учасниці навчатимуться виготовляти браслети, намисто та інші аксесуари, використовуючи елегантні, але прості техніки. Під час нанизування перлів і бісеру ми також будемо розвивати впевненість у собі, ділитися досвідом та налагоджувати міжкультурні зв'язки у теплій і підтримуючій атмосфері.
Методика викладання	Розповідь через прикраси. Учасниць заохочують створювати прикраси, що відображають особисті історії, культурну спадщину або значущі символи — перетворюючи кожен браслет або намисто на носиму розповідь.

Інструменти/матеріали	Перли, намистини, еластичний шнур, дріт для бісероплетіння, обтискні намистини, стрибучі кільця, плоскогубці для бісероплетіння, ножиці.
Опис діяльності (крок за кроком)	• Вступ та знайомство • Демонстрація • Практична робота • Оцінка та зворотний зв'язок
Оцінювання діяльності майстер-класу	Майстер-клас передбачає якісну оцінку, зокрема шляхом опитування учасниць такими запитаннями: • Що вам найбільше сподобалося на майстер-класі? • Які нові навички ви опанували? • Чи відчували ви себе комфортно та безпечно під час занять? • Що б ви змінили або додали у майбутньому? • Чи хотіли б ви продовжити виготовляти прикраси або відвідати подібний майстер-клас ще раз?
Додаткова література	https://www.perlesandco.co.uk/tutorials/f231-diy-jewelry-ideas-tutorials-bracelets.html



3.6 Огляд ПРОГРАМИ, РОЗРОБЛЕНОЇ СТАО (Кіпр)

Назва заходу	Допомога жінкам-іммігранткам у набутті навичок для незалежності та інтеграції в громаду через творчість та цифрові вміння.
Вступ	Проект має на меті розширити можливості жінок, особливо іммігранток та жінок-біженок, через підвищення їх навичок завдяки творчим заняттям та цифровим компетенціям. Для досягнення цієї мети було проведено серію майстер-класів, що поєднували креативні активності з використанням цифрових технологій. Ці майстер-класи були розроблені так, щоб забезпечити учасниць цінними навичками та сприяти формуванню підтримуючої спільноти. Майстер-класи проводилися за методологією «навчального кола», яка заохочує учасниць визначати теми та напрями розвитку, що їх цікавлять. Усього було проведено сім майстер-класів, поєднуючи творчі активності, розвиток цифрових компетенцій та інтеграцію цифрових технологій.
Очікувана тривалість	7 воркшопів по 4 години кожен
Цілі навчання	Загальна мета: Допомогти жінкам-іммігранткам покращити особисті, цифрові, комунікаційні та креативні навички. Конкретні цілі: ● Розвиток цифрових навичок для безпечного та ефективного користування Інтернетом та соціальними мережами. ● Підвищення самооцінки та впевненості у собі через участь у творчих активностях, таких як ручна праця, фотографія, макіяж та дизайн нігтів. ● Сприяння соціальній інтеграції та налагодженню мережі контактів серед учасниць. ● Виокремлення та зберігання культурної ідентичності, створюючи художні роботи, що відображають унікальні традиції учасниць. ● Надання можливості стати більш незалежними завдяки розвитку нових навичок та заохочення самостійності.
Методика викладання	Ми дотримувалися методології «навчальних кіл», що була запозичена у інших партнерів програми.

	Основні принципи методології Study Circles включають: ● Кожна учасниця ділиться знаннями та досвідом. ● Учасниці одночасно є і навчаючимися, і викладачами. ● Невеликі групи регулярно збираються для обговорення тем, що їх цікавлять. ● Лідера групи обирають самі учасниці. ● Група спільно визначає мету зустрічі та правила її проведення. ● Кожна учасниця відповідає за досягнення цілей групи. ● Фасилітатор підтримує групу, представляючи організацію, що проводить програму. Ми провели серію з семи насичених розвиваючих майстер-класів, спрямованих на розвиток креативності та інтеграцію цифрових технологій. Кожен майстер-клас включав різноманітні інтерактивні вправи, що заохочували учасниць мислити креативно та працювати спільно. Теми майстер-класів обиралися з урахуванням потреб і інтересів учасниць після проведення фокус-групи. Такий підхід забезпечив можливість кожній учасниці покращити свої навички у спосіб, який був одночасно значущим і застосовним у її особистому або професійному житті. Тривалість кожної зустрічі: 4 години. Період реалізації: Жовтень 2024 - січень 2025.
Інструменти/ матеріали	Залежно від тематики майстер-класу використовувались такі матеріали: ● Декупаж: предмети для декупажу (дерев'яні скриньки, підноси, скляні банки тощо) / вирізки з паперу, серветки або тканина / клей для декупажу або Mod Podge / ножиці, пензлі та лак для завершення роботи. ● В'язання гачком (кроше): гачки різних розмірів / пряжа різних кольорів і текстур / маркери для петель / схеми або ідеї для проєктів. ● Фотографія: смартфони з камерою / штативи / освітлювальне обладнання (для контрольованих занять у приміщенні) / відбивачі / реквізит для фотосесій (для портретів) / комп'ютери або планшети для перегляду та редагування фото. ● Макіяж: тональна основа, консилер, пудра різних відтінків / рум'яна, бронзер, хайлайтер / палітри тіней для повік різних кольорів / олівці для очей, рідка підводка та туш / помади, олівці для губ та блиски / пензлі, спонжі та інші інструменти для нанесення / очищувальні засоби,

	зволожувачі та праймери для підготовки шкіри / серветки для зняття макіяжу. • Нейл-арт: лак для нігтів (базові і фінішні покриття, різні кольори) / пензлі для манікюру, інструменти для точкового малювання та стрічка для дизайну / трафарети та штампи для нігтів / блискітки, стрази та інші декоративні елементи / пилки для нігтів, бафери та пушери для кутикули / засоби для зняття лаку та ватні диски / зволожуючий крем для рук після манікюру. • Соціальні мережі та цифровий контент: ноутбуки, планшети або смартфони для доступу до платформ соцмереж і інструментів створення контенту / доступ до безкоштовних дизайнерських сервісів (наприклад, Canva або Adobe Express) / приклади успішних кампаній у соцмережах для аналізу / робочі аркуші для планування та стратегування контенту. • Макраме: шнури для макраме (бавовняні, джутові, конопляні, нейлонові) різної товщини та кольорів / тканинний клей та клей-адгезив / гребінці та щітки для створення бахроми або китичок / гачки та затискачі.
--	--

Опис діяльності (крок за кроком)	Майстер-клас 1: Ловимо миті: Опановуємо мистецтво фотографії<a14 Мета: На цьому майстер-класі учасниць ознайомили з основами фотографії. Вони вивчали технічні аспекти використання камери на смартфоні та досліджували художню сторону візуального контексту. Учасниці навчилися управляти освітленням, композицією та налаштуваннями камери для створення яскравих фотографій, які передають емоції, розповідають історію або документують важливі моменти. До кінця майстер-класу вони мали власну колекцію фотографій, що відображали набуті навички та художнє бачення. Покроково: • Учасницям надали час для експериментів із налаштуваннями камери та навчання через фотографування в різних умовах освітлення та середовищах. • Група працювала на подвір'ї під час практичного заняття, де учасниці застосовували свої навички у реальних умовах. • Учасниці демонстрували свої роботи та отримували конструктивний зворотний зв'язок, що сприяло співпраці та залученню всіх учасниць.
-------------------------------------	--

	- Учасниць заохочували створювати серію фотографій на основі особистої історії або певної теми. Майстер-клас 2: Бездоганні обличчя: Опановуємо мистецтво нанесення макіяжу Мета: На цьому майстер-класі учасниці опанували основні техніки нанесення макіяжу, починаючи від підготовки шкіри і закінчуючи складними образами. Вони отримали знання про різні продукти та інструменти, навчились обирати правильні відтінки для свого тону шкіри та підкреслювати природну красу. Завдяки практичним заняттям учасниці отримали можливість створювати універсальні образи, придатні як для повсякденного носіння, так і для урочистих подій. Покроково: - Фасилітатор демонстрував різні техніки макіяжу наживо, пояснюючи кожен крок. - Учасниці наносили макіяж за показаними кроками, набуваючи практичного досвіду та впевненості у своїх навичках. - Кожній учасниці надавали персональні поради щодо підбору відтінків та продуктів відповідно до типу та тону шкіри. - Учасниці працювали в парах, практикуючи навички та надаючи одна одній зворотний зв'язок і підтримку. Майстер-клас 3: Майстерність нейл-арту: Створення красивого дизайну нігтів Мета: У цьому майстер-класі учасниці опановували основи манікюру та дизайну нігтів. Їм демонстрували різноманітні техніки створення красивих та професійно виглядаючих дизайнів. Сесія охоплювала правильний догляд за нігтями, методи нанесення лаку та використання інструментів для створення складних орнаментів. До завершення майстер-класу учасниці здобули навички нігтьового дизайну та змогли створювати як прості, так і більш складні стилі, придатні для будь-якої нагоди. Покроково: - Інструктор проводив живі демонстрації, детально пояснюючи кожен етап технік манікюру та дизайну нігтів.
--	--

- Учасниці повторювали кожен крок, практикуючись на власних нігтях або на навчальних дисках, щоб підвищити впевненість та покращити навички.
- Учасниць заохочували створювати власні дизайни нігтів, спираючись на сезонні теми, особисті історії або улюблені кольори.
- Учасниці працювали у парах, практикуючи дизайни та надаючи конструктивний зворотний зв'язок, що сприяло формуванню спільного та підтримуючого навчального середовища.

Майстер-клас 4:

Майстерність роботи в соціальних мережах: створення привабливої онлайн-присутності

Мета:

На цьому майстер-класі учасниці ознайомилися з основами управління соціальними мережами та створення контенту. Вони опанували навички, необхідні для формування та підтримки привабливої онлайн-присутності. Майстер-клас охоплював ефективне використання різних платформ соціальних мереж, розуміння стратегій контенту та використання інструментів аналітики. До завершення учасниці змогли створювати цікавий контент, взаємодіяти з аудиторією та аналізувати показники ефективності для вдосконалення своїх стратегій у соціальних мережах.

Покроково:

- Фасилітатор провів демонстрацію різних платформ соціальних мереж, підкреслюючи ключові функції та найкращі практики.
- Учасниці створювали пробні пости за допомогою інструментів, таких як Canva, та експериментували з техніками сторітелінгу.
- Учасниці аналізували успішні кампанії у соціальних мережах і обговорювали, що зробило їх ефективними, застосовуючи ці знання у власних стратегіях.
- У командах учасниці розробляли власні стратегії для соціальних мереж, що сприяло співпраці та обміну ідеями.

Майстер-клас 5:

Креативне в'язання гачком: Рукоділля з пряжею

Мета:

На цьому майстер-класі учасниці ознайомилися з мистецтвом в'язання гачком, використовуючи пряжу та гачки для створення різноманітних

	виробів, таких як шарфи, підставки під чашки або невеликі сумки. Ця практична діяльність сприяла розвитку креативності, терпіння та навичок, одночасно знайомлячи учасниць із заспокійливою та корисною практикою в'язання гачком. Покроково: - Учасниці ознайомилися з базовими стібками гачком: ланцюжок, одинарний та подвійний стібок. - Вибір пряжі та визначення проєкту: шарф, підставка під чашку або невеликий аксесуар. - Початок роботи з фундаментального ланцюжка, після чого переходили до складніших стібків відповідно до обраного проєкту. - За підтримки фасилітатора учасниці створювали власні дизайни. - Після завершення проєктів учасниці демонстрували їх групі для отримання зворотного зв'язку. - Протягом процесу проводилися обговорення щодо того, як в'язання гачком може використовуватися для релаксації та зниження стресу. Майстер-клас 6: Декупажні витвори: Персоналізація повсякденних предметів Мета: На цьому майстер-класі учасниці опановували мистецтво декупажу, отримуючи навички перетворення звичайних предметів на персоналізовані, унікальні вироби за допомогою паперових вирізок, тканини та декоративних елементів. Ця практична діяльність сприяла розвитку творчості, уваги до деталей та художнього самовираження, одночасно дозволяючи створювати як естетично привабливі, так і функціональні предмети. Покроково: - Ознайомлення з технікою декупажу та її багатою історією. - Вибір предмета для персоналізації та підбір матеріалів, таких як папір, серветки або тканина. - Вирізка вибраних елементів і художнє розташування їх на предметі. - Точне нанесення клею для декупажу та акуратне прикріплення вирізок. - Усунення повітряних бульбашок і складок, забезпечення рівномірного висихання клею.
--	---

	• Нанесення захисного шару лаку для закріплення та збереження дизайну. • Додаткове прикрашання виробу декоративними елементами для унікальності. • Демонстрація готового виробу групі для отримання конструктивного зворотного зв'язку та обговорення. Майстер-клас 7: Вироби з макраме Мета: Майстер-клас посилив становище учасниць, розвиваючи їх практичні навички ручної роботи через традиційне мистецтво макраме. Заняття стимулювали креативність, сприяли художньому самовираженню та підвищували самооцінку і впевненість у собі завдяки опануванню нових творчих компетенцій. Додатково вони підтримували налагодження взаємин, ефективну комунікацію та співпрацю в дружньому та залученому освітньому середовищі. Покроково: • Учасниці ознайомилися з історією та значенням макраме як мистецтва та ремесла. • Фасилітатор навчив базових і просунутих вузлів макраме. • Учасниці практикували вузли та навчалися через практичні вправи. • Обирали проекти відповідно до свого рівня навичок та інтересів. • Педагоги надавали підтримку та ідеї для додавання культурних елементів у проекти. • Учасниці працювали індивідуально або в малих групах, надаючи взаємну підтримку та зворотний зв'язок. • Обговорювали особисте значення ручної роботи та майбутнє використання своїх навичок. • Після завершення проектів представляли їх групі, отримуючи відгуки. Учасниці завершили свої проекти та представили їх групі, що сприяло відчуттю досягнення та задоволення від результату.
--	--

Оцінювання діяльності майстер-класу	Оціночна анкета для кожного майстер-класу
Додаткова література	https://photographytips.com https://www.exposureguide.com https://www.youtube.com/watch?v=CD5GV8tbfo https://www.youtube.com/watch?v=jnqVp8WNgRY https://www.ipsy.com/blog/makeup-for-beginners https://int.eucerin.com/about-skin/basic-skin-knowledge/skin-types https://www.youtube.com/watch?v=M77ylsZe-Eg https://www.youtube.com/watch?v=gkkmHizG2As https://www.wikihow.com/Care-for-Your-Nails https://www.masonanthony.com/mastering-nail-art-from-basics-to-advanced-techniques/ https://www.youtube.com/watch?v=Ne-bND7lgjo https://www.youtube.com/shorts/1lCw4byrldk https://www.agorapulse.com/blog/social-media-marketing-101/ https://sachsmarketinggroup.com/how-to-create-engaging-posts-for-social-media/ https://www.youtube.com/watch?v=aEsWltLmPfc https://www.youtube.com/watch?v=iD1jJMz9zOs https://greatsenioryears.com/the-origins-of-knitting-and-crocheting-a-deep-dive-into-the-history-of-two-timeless-crafts/ https://lovableloops.com/history-of-crochet/ https://www.youtube.com/watch?v=dHgbptcqziM https://www.youtube.com/watch?v=yG3E44jsstY https://www.decoupage.org/home/history-of-decoupage https://store.homeschoolinthewoods.com/blogs/words-from-the-woods/the-history-of-decoupage https://www.youtube.com/watch?v=GFExHGTAbM https://www.youtube.com/watch?v=rdZivg4b9k4 https://www.youtube.com/watch?v=eOczXVaVNtM https://www.youtube.com/watch?v=4T7ekKKVbKU https://www.youtube.com/watch?v=nwGeXiJK7sM https://www.youtube.com/watch?v=ihv8O1qLmMk



4. РЕКОМЕНДАЦІЇ ДЛЯ ОРГАНІЗАЦІЙ ТА ТРЕНЕРІВ

На основі досліджень фокус-груп та перевірених програм розвитку, партнери проєкту REMCREAD сформулювали рекомендації для організацій та тренерів, які працюють із іммігрантками та жінками-біженками. Ці рекомендації відображають ефективні методи залучення учасниць, розвитку їх компетенцій та підтримки інтеграції через творчу самовираженість і розвиток цифрових навичок.

1. Розробляти заходи на основі реальних потреб учасниць

Кожна партнерська організація розпочала з оцінки потреб за допомогою фокус-груп. Основні висновки показали, що:

- Найнагальніші потреби включають безпеку, вивчення мови, працевлаштування та правову стабільність;
- Потреби, пов'язані з розвитком, включають цифрові навички, володіння місцевою мовою, розвиток креативності та зміцнення соціальних зв'язків;
- Учасниці цінували можливість самовираження та обмінювались особистими історіями.

Рекомендація:

Перед розробкою програми розвитку проведіть партисипативну оцінку потреб вашої цільової групи за допомогою фокус-груп, відкритих опитувань або простих діагностичних ігор. Враховуйте різноманітність групи, включаючи вік, правовий статус, освіту, мовні навички та попередній досвід.

2. Поєднуйте творчість із розвитком цифрових навичок

Усі партнерські програми поєднували художні та практичні активності з цифровим навчанням, такими як мобільна фотографія, ведення блогів, просування виробів онлайн або монтаж відео.

Рекомендація:

При плануванні творчих майстер-класів (наприклад, шиття, кулінарія, ремесла) включайте цифровий компонент.

Приклади:

- Фотографування та публікація робіт онлайн,

- Створення цифрового портфоліо,
- Вивчення базового користування смартфоном або додатками (наприклад, Canva, Instagram, WhatsApp),
- Ознайомлення з інструментами електронного маркетингу та самопрезентації.

3. Використовуйте методології взаємного та спільного навчання

Програми, що використовували методику навчальних кіл або жіночих кіл, показали, що жінки найефективніше навчаються в групі, коли діляться особистим досвідом та навичками. Спільне рукоділля, приготування їжі або обмін історіями створювали простір для практичного застосування мови, обміну досвідом та емоційної підтримки.

Рекомендація:

Створюйте формати навчання, у яких:

- Учасниці приймають активну участь як наставниці або ведучі майстер-класів,
- Група спільно визначає теми та методи,
- Забезпечується безпечний та привітний простір для розповіді історій і обміну досвідом.

4. Надавайте учасницям можливість розвивати впевненість у собі та підвищувати їх проявленість у суспільстві.

Участь у майстер-класах часто допомагала жінкам відновити самовпевненість і відчуття своєї видимості у громаді. Це підтримувалося такими ініціативами, як виставки, локальні заходи, онлайн-презентації, короткі відео та цифрове ознайомлення.

Рекомендація:

Включайте діяльність, що дає помітні результати, наприклад, виставки, відео, вебсайти чи заходи. Відзначайте досягнення учасниць і надавайте їм можливість демонструвати свої роботи місцевій громаді.

5. Адаптуйте формати та темп до реалій учасниць

Багато жінок стикаються з втомою, емоційним стресом, сімейними обов'язками, обмеженою мобільністю та недостатнім доступом до цифрових пристроїв або Інтернету.

Рекомендація:

- Плануйте майстер-класи у зручний час та в доступних приміщеннях.

- За можливості забезпечте матеріали, доступ до Інтернету та цифрові пристрої.
- Використовуйте короткі модульні формати з простою мовою та наочними інструкціями.
- За потреби надавайте послуги перекладу, догляд за дітьми, наставництво та транспортну підтримку.

6. Розбудова міжсекторної співпраці та мереж підтримки

Найефективніші програми не обмежувалися проведенням майстер-класів, а також сприяли налагодженню контактів — між учасниками та ширшою громадою. Це стало можливим завдяки співпраці з місцевими установами, митцями, педагогами та соціальними службами.

Рекомендація:

- Залучайте зовнішніх експертів (наприклад, митців, ремісників, блогерів, педагогів),
- Створюйте мережі підтримки навколо учасниць — місцеві групи, інформаційні центри, кооперативи тощо,
- Залучайте учасниць до громадських або міжпоколінних заходів, які сприяють налагодженню зв'язків із місцевим суспільством.

5. ПРИКЛАДИ НАЙКРАЩИХ ПРАКТИК

Назва організації, яка подає звіт	Fundacja dla Somalii (Foundation for Migrants Good Start in memory of A.G.Farah)
Назва практики	Арт-терапевтичні майстер-класи та культурна і психосоціальна підтримка для жінок-іммігранток та біженок
Тип практики	Проект "Українська відповідь": майстер-класи з арт-терапії, активний відпочинок на свіжому повітрі, культурна та психо-соціальна підтримка. Фінансується організацією "Амна".
Опис	Протягом 2023 року в рамках проєкту ми реалізували два види заходів: арт терапевтичні майстер-класи та культурну і психо-соціальну підтримку. Вони проводилися у кількох обраних центрах для українських та неукраїнських біженок, зокрема в Dom Matki у районі Białołęka у Варшаві (Дім матері), у Reception Point Etoh у Варшаві та в Refugee Centre у Дебаку (поблизу Варшави). Окрім українців, у програмі приймали участь громадяни Афганістану, Ефіопії, Румунії, Вірменії, Ірану, Іраку, Сомалі, Туреччини, Уганди, Росії, Болгарії, Камеруну, Сирії, Таджикистану, Білорусі та Пакистану. У заходах та майстер-класах переважно приймали участь жінки з дітьми з різних країн та різноманітним соціально-релігійним бекграундом. Ключовою метою майстер-класів було надання тривалих сесій арт- та крафт-терапії для осіб, які проживають у Польщі через імміграцію та вимушене переселення. Завдяки знайомству з учасниками під час арт терапевтичних сесій було можливим забезпечити додаткову соціальну та мультикультурну підтримку, зокрема: • Надання психо-соціальної індивідуальної та групової підтримки; • Вивчення потреб учасників майстер-класів;

	• Консультування з загальних соціальних питань, включаючи легалізацію перебування іноземців у Польщі, їхню інтеграцію в суспільство та вивчення польської мови; • Направлення жінок до необхідних фахівців (юристів, психологів, кар'єрних консультантів тощо); Допомога у перекладі документів або телефонних дзвінків, а також у вирішенні справ в офісах, заповненні заяв та інших адміністративних питаннях. Усі заходи (наприклад, майстер-класи з рукоділля та кулінарії), спрямовані на підвищення компетенцій та сприяння інтеграції в суспільство, супроводжувалися розмовами як у групах, так і індивідуально, та проводилися з використанням підходів: а. Підхід, заснований на цінностях б. Підхід, орієнтований на ідентичність с. Підхід групового зцілення д. Травмочутливий підхід Майстер-класи з кулінарії, презентації гри на музичних інструментах, культурні та художні ігри й шоу, а також читання казок мали важливе значення для встановлення зв'язку та створення довіри між фасилітаторами та учасницями, а також всередині групи учасниць. Також ми організовували заходи на відкритому повітрі, зокрема посадку базових овочів та відвідування зоопарку у Варшаві. Оскільки в майстер-класах приймали участь люди з різних країн і культурних середовищ, наша мета полягала в інтеграції та взаємному навчанні. Ми демонстрували учасницям, що підтримуємо їх у цей складний період та надаємо необхідну допомогу. Це було важливо для покращення психічного здоров'я.
Переваги для осіб із меншими можливостями	Прямі та опосередковані переваги: • Покращення навичок жінок, дівчат і дітей-біженок/іммігранток, • Орієнтація на персональні потреби та психічне здоров'я, • Підвищення рівня інтеграції та сприяння включенню до суспільства, • Підтримка найбільш вразливих осіб, • Ефективна організація вільного часу.

	Наш проєкт охоплював молодь із меншими можливостями, зокрема людей з інвалідністю: дитину з проблемами хребта, дитину з порушенням зору, дорослих із діабетом, підлітка з неврологічним захворюванням, дітей і жінок із психічними розладами, особливо пов'язаними з воєнною травмою. Діяльність, майстер-класи та заняття, а також нові методи компетентної підтримки, специфічні знання та добрі практики поширювалися та застосовувалися й у інших проєктах. Наприклад, ми використовували, прикладні завдання на початку або в кінці майстер-класів (check-in і check-out), концепції та теоретичні основи, які опанували під час тренінгів або групових зустрічей (застосування наративу та сторітелінгу, навички управління стресом) або вправи для покращення добробуту (духовного та фізичного), що мали надзвичайне значення. Підхід фасилітаторів до учасників також заслуговує на увагу: він характеризувався культурним розумінням, уважністю та емпатією.
Сфера діяльності	Гуманітарна підтримка
Додаткові посилання та ресурси	Projekt Ukrainian Response - AMNA - Fundacja Migrantów "Dobry Start" (fds.org.pl)

Назва організації, яка подає звіт	Fundacja dla Somalii (Foundation for Migrants Good Start in memory of A.G.Farah)
Назва практики	"Залучайте нас на місцевому рівні: На чолі з громадою" - ініціатива, спрямована на зміцнення політики та дослідницької діяльності з питань, що стосуються груп меншин у Польщі.
Тип практики	Проєкт для груп меншин
Опис	Цей проєкт було розроблено як ініціативу, яку очолює сама громада, і його реалізували представники цільових груп меншин у Польщі. Наша організація протягом багатьох років застосовує модель участі у розвитку, залучаючи групи меншин до різних громадських проєктів у Польщі. Цільова група: всі меншини в Польщі. Гендер: інклюзивний підхід до всіх гендерів

	Результати проєкту є кінцевими цілями програми: ● Кампанії з підвищення обізнаності про групи меншин та їхні права ● Кампанія в соціальних мережах із використанням цифрового сторітелінгу ● Щомісячне навчання з культурної обізнаності для груп меншин ● Підтримка організацій та ініціатив, очолюваних представниками меншин ● Міні-звіт із політичними рекомендаціями щодо прав меншин у Польщі Тривалість проєкту: березень 2023 р. - листопад 2023 р. Проєкт був підтриманий та профінансований Групою з прав меншин та Європейським Союзом.
Переваги для людей з меншими можливостями	Прямі та непрямі вигоди: 1. Підтримувати організації та ініціативи, очолювані представниками меншин, які надають можливість громадам меншин започатковувати суспільний дискурс на місцевому рівні в Польщі, зокрема через культурні ініціативи, такі як кулінарні та музичні виступи. 2. Подолати дискримінацію та маргіналізацію, з якими стикаються групи меншин у Польщі, завдяки посиленню спроможності та почуття ідентичності цих етнічних громад для участі у громадській діяльності в польському суспільстві за допомогою різних стратегій. 3. Проводити інформаційні кампанії щодо груп меншин та їхніх прав у Польщі через ініціативи, очолювані самими громадами, у школах. Цей проєкт мав на меті ознайомити громадськість з історією та досвідом меншин у Польщі, сприяти подоланню негативних стереотипів, а також формувати розуміння й прийняття. Він зосереджувався на ініціативах, спрямованих на міжкультурну діяльність у школах та громадських інформаційних кампаніях за участі ключових зацікавлених сторін і представників інших груп меншин. Завдяки участі в цих заходах нам вдалося зберегти власну ідентичність, традиції, звичаї, культуру та мову всередині наших спільнот. 4. Сприяти поширенню позитивних комунікаційних меседжів щодо прав меншин у Польщі через інформаційні кампанії у соціальних мережах, приділяючи увагу таким проблемам, як дискримінація та соціальна ізоляція, а також утверджуючи цінність різноманіття. Ця діяльність

	також була спрямована на повагу та захист інформаційного статусу осіб, які належать до меншин, – їх право на інформацію, доступ до медіа та свободу створювати власний наратив, вільний від стереотипів.
Сфера діяльності	Культурні ініціативи, Цифрова грамотність, Гуманітарна підтримка
Додаткові посилання та ресурси	‘Engage Us Locally: Community-led. - Fundacja dla Somalii

Назва організації, яка подає звіт	Фонд освіти та розвитку РСКК
Назва практики	«Polska dla początkujących i zaawansowanych – podaj dalej!» Розмови людей 60+ з особами, які мають досвід імміграції чи статусу біженки
Тип практики	Проект
Опис	Проект «Polska dla początkujących i zaawansowanych – podaj dalej!» є освітньою ініціативою, спрямованою на інтеграцію людей 60+ з тими, хто має досвід імміграції та статусом біженки. Через розмови польською мовою, які відбувалися у форматі «один на один», проект підтримував процеси адаптації іммігранток і біженок, а також соціально активізував літніх людей. Він реалізовувався завдяки співпраці Товариства креативних ініціатив «e» та Фонду польського форуму імміграцій, за участі 11 організацій по всій Польщі, включно з Фундацією освіти та розвитку РСКК. На сьогоднішній день проект об’єднав 121 розмовну пару, що дозволило учасникам не лише вивчати мову, але й будувати міжкультурні відносини, долати стереотипи та розвивати емпатію. Методологія включала широку промоцію, набір волонтерів та учасників, вступні тренінги, а також постійну підтримку та оцінювання. Завдяки локальній співпраці проект став натхненням для інших інституцій, які можуть реалізовувати подібні ініціативи у своїх громадах.

Переваги для людей з меншими можливостями	Для жінок з імміграційним досвідом та досвідом вимушеного переселення цей проєкт забезпечує реальну підтримку у процесі соціальної інтеграції. - Розмови польською допомагають подолати мовні бар'єри, що спрощує щоденне життя: доступ до послуг, освіти, ринку праці та участь у житті місцевих громад. - Участь у проєкті дає простір для самовираження, розвитку навичок і формування впевненості в собі. - Зустрічі з польськомовними волонтерами відкривають можливість пізнати інші культури, що зменшує упередження та сприяє створенню інклюзивного середовища. - Проєкт має також терапевтичний ефект – дарує відчуття приналежності, безпеки й прийняття, що особливо важливо для жінок із важким імміграційним досвідом.
Сфера діяльності	Мовна та міжкультурна освіта, побудова відносин
Додаткові коментарі	У Фундації РСКК працювало 12 розмовних дуєтів, які регулярно зустрічалися щотижня протягом 10 місяців.
Додаткові посилання та ресурси	https://e.org.pl/projekty/polska-dla-poczatkujacych-i-zaawansowanych/
ПОСИЛАННЯ на фотографії (щонайменше 5 фотографій)	https://photos.app.goo.gl/bQr9WdGpcWp7erVv6 https://photos.app.goo.gl/kzSDcFvCRKvYs5kC8 https://photos.app.goo.gl/itGfbbGwPuSyJGU9

Назва організації, яка подає звіт	Фонд освіти та розвитку РСКК
Назва практики	Польський розмовний клуб "Черемха"
Тип практики	Проєкт

Опис	Клуб розмов польською мовою "Черемха", що діє при Książnica Karkonoska у Єленій Ґурі, є волонтерською ініціативою, спрямованою на підтримку українок-біженок та жінок-іммігранток у вивченні польської мови та соціальній інтеграції. Програма тривала з листопада 2022 року до березня 2024 року та включала щотижневі одногодинні заняття у невимушеній, клубній атмосфері, у затишному приміщенні бібліотеки з доступом до кухні, кави, чаю та перекусів. Починаючи з квітня 2024 року, програму розширили – кожні два тижні організовувалися прогулянки з гідом, що дозволяло учасницям відкривати місцеві пам'ятки та красу навколишньої природи. Під час заходів використовувалися три основні освітні техніки: 1. Сторітелінг - обговорення легенд та міфів з Польщі та України, що сприяє рефлексії над цінностями, надіями та страхами. 2. Мантия експерта - драматична техніка, в якій учасники беруть на себе ролі експертів, що підвищує їхню впевненість у собі. 3. Постановка проблем - аналіз реальних життєвих проблем з елементами критичної педагогіки, що надихає на пошук рішень. Ініціатива також включала елементи святкувань, зокрема дні народження та святкові зустрічі, що сприяло формуванню спільноти.
Переваги для людей з меншими можливостями	Проект «Польський розмовний клуб "Черемха"» надає українським жінкам-біженкам та іммігранткам підтримку в кількох напрямках: • Розвиток мовних навичок: учасниці здобувають практичні комунікативні вміння польською мовою, що полегшує їхнє повсякденне життя, роботу та побудову соціальних зв'язків. • Соціальна інтеграція: завдяки спільним заходам та прогулянкам вони вибудовують мережу дружніх стосунків, що протидіє ізоляції та сприяє відчуттю належності до місцевої спільноти. • Підвищення впевненості: освітні методики, такі як сторітелінг та «Мантия експерта», підкреслюють їх компетенції та потенціал, формуючи впевненість у собі та власних можливостях. • Культура та цінності: заняття забезпечують міжкультурний обмін, допомагаючи учасницям краще зрозуміти польську культуру, водночас ділитися власними традиціями та досвідом.
Сфера діяльності	Мовна та міжкультурна освіта, побудова відносин

Назва організації, яка подає звіт	СРІА Нельсон Мандела Палермо
Назва практики	Sartoria SOCIALE (соціальне кравецтво) Палермо, Віа Альфредо Казелла 22.
Тип практики	Магазин, секонд-хенд та робочий простір, якими керує кооператив, що від самого початку залучав жінок-іммігранток. Із 2017 року штаб-квартира та склад кооперативу розташовані у приміщенні складу, раніше конфіскованого в мафії. Конфіскація відбулася у 1998 році. Склад був зачинений понад 15 років, перш ніж став штаб-квартирою мобільного магазину, який, ймовірно, використовувався для відмивання грошей.
Опис	Sartoria Sociale виробляє сталий одяг та аксесуари в Палермо. Вона поєднує крамницю вживаного й вінтажного одягу та текстильну лабораторію з переробки, де разом працюють люди з різним соціальним, етнічним і професійним походженням.
Переваги для людей з меншими можливостями	Робоча група складається зі стабільного ядра професійних кравців, соціальних працівників та фахівців із комунікацій. Існує також мережа волонтерів із різним досвідом: колишні в'язні, жінки — жертви торгівлі людьми, люди з інвалідністю, іммігрантки та люди з психічними розладами. Окрім основного персоналу, до соціальної групи Sartoria Sociale також входять жінки з Pagliarelli Lab — жіночої швейної майстерні, що знаходиться у в'язниці Пальяреллі в Палермо.
Сфера діяльності	Пошиття та магазин, вироби ручної роботи, вінтаж, креативні аксесуари, упаковка
Додаткові коментарі	Це багатoproфільна компанія в рамках кооперативу Al Revès, яка з 2012 року просуває ремісничі знання та професійну інтеграцію людей з особистими, сімейними або екзистенційними проблемами.
Додаткові посилання та ресурси	https://sartoriasociale.com/?lang=en https://www.facebook.com/sartoriasociale

ПОСИЛАННЯ на фотографії (щонайменше 5 фотографій)	https://www.facebook.com/sartoriasociale/photos https://palermo.gds.it/foto/cronaca/2022/07/23/palermo-cosi-la-sartoria-sociale-da-10-anni-restituisce-futuro-ad-abiti-e-persone-88840435-f06f-4a55-8b69-4bae30fc756a/3
---	--

Назва організації, яка подає звіт	CPIA Нельсон Мандела Палермо
Назва практики	Centro PENC – Via Malaspina, 27 PALERMO WGSS (Women&Girls Safe Space) - Інститут Кейнса, березень. Уго Палермо
Тип практики	Centro Pencil - неприбуткова організація, заснована у 2015 році, яка виступає за ефективну політику охорони психічного здоров'я та доступні послуги для вразливих груп населення. Підхід поєднує психологію та антропологію, щоб краще зрозуміти потреби іммігрантів. WGSS - це проєкт Центру "Олівець". Він був відкритий у 2020 році і є закладом, призначеним виключно для дівчат, жінок та їх дітей-іммігранток, з метою захисту та сприяння їх психологічному благополуччю. WGSS є громадським центром, де проводяться майстер-класи спеціально для жінок і дівчат-біженок, а також для жінок-іммігранток з обмеженими можливостями. Заходи проводяться під керівництвом жінок-іммігранток. Заходи WGSS проводяться в Інституті Кейнса, навчальному закладі, який надав можливість використовувати частину своїх великих приміщень; UNICEF також підтримує проєкт.
Опис	У межах WGSS жінки можуть відвідувати заняття з танців або шиття, вивчати італійську мову, проводити час із сестрами або відпочити. Є дитяча зона, обладнана іграми та книгами для читання. Команда складається з психолога, чотирьох культурних медіаторів, трьох педагогів та одного соціального працівника. Загальна мета — забезпечити добробут жінок, які беруть участь у заходах.
Переваги для людей з меншими можливостями	WGSS дає дівчатам і жінкам відчуття дому; він сприяє їх розширенню прав і можливостей через обговорення з однолітками та взаємну підтримку, що дозволяє дівчатам і жінкам почуватися в безпеці та обговорювати свій досвід домашнього насильства або ризику торгівлі людьми. Він також підтримує дівчат і жінок у підвищенні самооцінки.

	Це простір, де жінки та дівчата отримують підтримку через процес розширення прав і можливостей.
Сфера діяльності	Курси танців, шиття та перукарського мистецтва; заняття гімнастикою; кулінарні курси: комп'ютерні курси
Додаткові коментарі	Центр PENC і WGSS тісно пов'язані, оскільки WGSS був створений як проєкт Центру PENC. Як зазначалося вище, діяльність WGSS спрямована виключно на жінок; натомість діяльність, яку надає Centro Penc (психологічна підтримка тощо), орієнтована на всіх іммігрантів.
Додаткові посилання та ресурси	https://www.centropenc.org/ https://en.centropenc.org/ https://www.infomigrants.net/en/post/43779/aunties-helping-to-create-a-safe-space-for-women-and-girls-in-palermo https://www.unicef.it/media/spazi-sicuri-per-ragazze-e-donne-compie-un-anno-la-community-of-practice/
ПОСИЛАННЯ на фотографії (щонайменше 5 фотографій)	https://www.facebook.com/watch/?v=1041839776350599 https://www.facebook.com/watch/?v=1429097061320797

Назва організації, яка подає звіт	Асоціація InterAktion
Назва практики	stoff.werk.graz
Тип практики	Довгостроковий проєкт, соціальний бізнес
Опис	Це проєкт Caritas Австрія для жінок із соціально вразливих груп, включно з іммігрантками та жінками з досвідом перебування в статусі біженок, які тривалий час були поза ринком праці. Проєкт дає змогу поступово повернутися до робочого життя.

	Жінки задіяні в усьому процесі створення одягу та аксесуарів із натуральних матеріалів. Мета проекту — зміцнити самооцінку жінок, дати їм можливість діяти самостійно та відновити впевненість у повсякденному робочому житті. Водночас їх фінансово підтримують до моменту готовності до повноцінного працевлаштування. Перша колекція містила жіночі сорочки з шовкотрафаретними мотивами, які відображали типові риси Граца у 2020 році, коли проект розпочався. Наразі також створюють дитячий одяг та аксесуари. Уся продукція продається у Граці в магазині партнерського проекту Tag-Werk — проекту зайнятості молоді, що його реалізує Caritas Штирія, а також онлайн.
Переваги для жінок із меншими можливостями (іммігранток або біженок)	Жінкам, які довгий час були не працевлаштовані, часто недостатньо впевненості у собі, і вони не можуть впоратися зі стресами та вимогами робочого графіку — або навіть вважають, що не здатні це зробити. Завдяки цьому проекту їм пропонується низькопороговий доступ до ринку праці, що допомагає набратися досвіду. Одночасно виконання повсякденних завдань і доручень, створення чогось нового власноруч, робота в команді та завершення продукту від початку до кінця підвищує їх впевненість і самооцінку, а також розвиває м'які та професійні навички, які можуть знадобитися в майбутньому для отримання іншої роботи.
Сфера діяльності	Дизайн та пошиття
Додаткові посилання та ресурси	https://www.caritas-steiermark.at/hilfe-angebote/menschen-in-not/arbeits-beschaeftigung/stoffwerkgraz https://www.stoffwerk.co.at/projekt https://www.caritas-steiermark.at/ueber-uns/news-presse/news-detailansicht/news/86174-naehprojekt-stoffwerkgraz-mit-starken-motiven-ins-arbeitsleben/

Назва організації, яка подає звіт	Асоціація InterAktion
Назва практики	Base Graz - Seddwell Center

Тип практики	соціальний бізнес
Опис	Група складається переважно з жінок-іммігранток, здебільшого високоосвічених, з усього світу, вони є художницями, підприємницями, вчительками йоги чи інших східних практик. Щомісяця вони організовують майстер-класи, які проводяться спільноту, більшість з них - за рахунок пожертв, щоб кожен міг прийняти участь, навіть якщо зазвичай не може собі цього дозволити. Вони також завжди намагаються допомогти членам громади, які мають менше можливостей, наприклад, підтримуючи їх у проведенні майстер-класів, підключаючи їх до курсів німецької мови або збираючи гроші на квитки на громадський транспорт тощо. У центрі також є невеличка крамничка, де працюють жінки з громади, продаючи вироби місцевих майстрів, а також вживаний одяг та аксесуари.
Переваги для жінок із меншими можливостями (іммігранток або біженок)	Оскільки більшість людей у громаді - жінки, заходи та майстер-класи, які вони організовують, приносять безпосередню користь жінкам, особливо тим, хто має менше можливостей. Ці заходи розширюють можливості жінок брати на себе ініціативу і проводити майстер-класи для решти членів громади, а також сприяють зміцненню почуття спільноти і сестринства. Вони також приносять велику користь для психічного здоров'я завдяки тому, що вони є частиною спільноти, яка їх підтримує. Вони також стають більш стійкими.
Сфера діяльності	Всі види: від образотворчого мистецтва, саморобки до в'язання та фотографії

Назва організації, яка подає звіт	Le Monde des Possibles – MDP
Назва практики	ATEMOS асоціація – Ateliers pour un monde solidaire (Майстерні для світу солідарності)
Тип практики	Асоціація "АТЕМОС" була створена 29 квітня 2021 року. Ця неприбуткова асоціація організовує спільні майстер-класи та виставки, щоб об'єднати соціально незахищених жінок-іммігранток, які виключені з ринку праці та

	хочуть допомогти собі, розвиваючи свої навички шиття, кулінарії та інші творчі навички, щоб покращити якість свого життя.
Опис	Йдеться про обмін знаннями та творчими навичками, набутими вдома або в приймаючій країні, а також про їх поглиблення. Швейна майстерня розглядається як можливість зміцнити навички жінок, соціалізуватися та сприяти індивідуальній і колективній праці, а також як політичний інструмент для захисту іммігранток та пошуку нових варіантів легалізації їх становища за допомогою працевлаштування. Майстер-клас "Міжкультурна кухня" створений як простір для навчання та обміну знаннями про здорову, місцеву, стійку та інклюзивну їжу. ATEMOS Cuisine Métissée - це інструмент для інтеграції через спільну кулінарну діяльність.
Переваги для людей з меншими можливостями	Асоціація надає життєво важливу допомогу вразливим та ізольованим жінкам-іммігранткам. Вона розвиває їх творчі здібності, м'які навички та соціальний капітал. Вона спрямована на їх добробут та інклюзію через дію. ATEMOS застосовує цілісний підхід, поєднуючи воркшопи, виставки та політичну адвокацію для реального впливу та структурних змін.
Сфера діяльності	Шиття, кулінарія, розбудова соціального капіталу, адвокація
Додаткові коментарі	ATEMOS підтримується Le Monde des Possibles ASBL.
Додаткові посилання та ресурси	https://atemos19118559.wordpress.com/ https://www.facebook.com/p/Atemos-ASBL-100057362143319/

Назва організації, яка подає звіт	Le Monde des Possibles – MDP
Назва практики	Liège African Market (LAM) це фестиваль з ринком та оригінальною виставкою-продажем, що демонструє творчість іммігранток. Міст між континентами. Новий спосіб збиратися разом, споживати та святкувати.

Тип практики	Це величезний фестиваль, який щороку збирає близько 4 000 людей, включаючи художників і ремісників з усього світу.
Опис	LAM це сучасна агора, де віск зустрічається з урбаністичним мінімалізмом, де повільна косметика поєднується з афрофутуризмом, де кожен стенд - це заява про ідентичність. І майбутнього. Понад 3 000 відвідувачів прийняли участь у цій поп-ап події, присвяченій афро-європейській культурі. Це перехрестя, де зібралися творці з Африки, Карибського басейну та Європи, щоб показати, що нащадки африканців не є маргінальною групою, а глобальною культурною силою.
Переваги для людей з меншими можливостями	- Жінки-іммігрантки організували його, щоб сприяти розвитку творчих здібностей молодих іммігранток. - Він сприяє розвитку підприємництва серед іммігранток як засобу інклюзії. - LAM надає чудову можливість для поширення та обміну передовим досвідом. - LAM - це місце для нетворкінгу та розвитку партнерства між підприємцями.
Сфера діяльності	Виставка, фестиваль, продаж, нетворкінг, партнерство
Додаткові коментарі	LAM просуває креативність, екологічні практики та циркулярну моду. У 2025 році Le Monde des Possibles (та ATEMOS) мали стенд на LAM для ширшого поширення таких проєктів, як REMCREAD.
Додаткові посилання та ресурси	https://www.lofficiel.be/mode/liege-african-market-2025-manifeste-vibrant-de-culture-et-de-style-au-coeur-de-l-europe

Назва організації, яка подає звіт	Cyprus Third Age Observatory (CTAO)
Назва практики	Будування мостів приналежності

Тип практики	Проект
Опис	Як активний партнер європейської ініціативи "Наставництво без кордонів" (Mentoring Across Borders, MAB), Кіпрська обсерваторія третього віку в контексті MAB розробила і впровадила програму, яка об'єднує літніх людей на Кіпрі з особами з числа іммігранток та біженок, а також молодими людьми за допомогою динамічної та інклюзивної моделі наставництва. Ініціатива сприяє значущій індивідуальній взаємодії між літніми громадянами Кіпру та новоприбулими на острів, сприяючи міжкультурному діалогу, взаємному навчанню та емоційній підтримці. Цей процес наставництва не лише підтримує інтеграцію іммігранток і молодих людей з неблагополучного середовища, особливо жінок, а й посилює соціальну участь і відчуття мети серед літніх людей.
Переваги для жінок із меншими можливостями	Учасники приймають участь у мовній практиці, культурному обміні та взаємних розповідях під час зустрічей і бесід грецькою або англійською мовами. Іммігрантки та молодь отримують цінну інформацію про місцеві звичаї, покращують свої мовні навички, розвивають впевненість, щоб орієнтуватися в повсякденному житті та користуватися послугами. Тим часом старші наставники заново відкривають для себе свою активну суспільну роль, діляться життєвим досвідом і розширюють свої перспективи через міжкультурну взаємодію.
Сфера діяльності	Наставництво та побудова відносин
Додаткові коментарі	Програма сформувала понад 20 наставницьких пар, які мають неабиякий вплив: розвивають емпатію, руйнують стереотипи та культивують глибше відчуття приналежності до спільноти. Ініціатива особливо підтримує жінок з числа іммігранток та біженок, пропонуючи їм безпечний простір для самовираження, розвитку навичок та психосоціального зцілення. Учасниці часто повідомляють про підвищення самооцінки, зменшення ізоляції та більшу участь у житті громади.
Додаткові посилання та ресурси	https://eumentoring.eu



Project
„Engage Us Locally: Community-led”



Polish Conversation Club „Czeremcha”



Project "Poland for beginners
and advanced - pass on"



Project Ukrainian Response



Project "Poland for beginners
and advanced - pass on"

6. ВИСНОВОК

Ключові висновки проєкту:

Проект REMCREAD показав, що жінки з імміграційним або біженським досвідом — незалежно від країни походження, віку чи юридичного статусу — стикаються з подібними викликами. Найважливіші потреби включають доступ до вивчення мови країни перебування, правову та житлову стабільність, можливості працевлаштування, психологічну та соціальну підтримку, а також розвиток цифрових навичок. Ці цифрові навички є необхідними для ефективного функціонування в сучасному світі як у повсякденному житті, так і в професійній або соціальній діяльності.

Учасниці проєкту виявили великий інтерес до опанування навичок безпечного користування смартфонами та соціальними мережами, створення цифрового контенту, мобільної фотографії та просування власної діяльності онлайн. Діяльність, проведена в рамках проєкту, також підтвердила, що творчість є ключовим інструментом для формування ідентичності, розвитку самостійності та сприяння інтеграції.

Адаптивність методів у різних середовищах:

Партнери проєкту з Польщі, Італії, Австрії, Бельгії та Кіпру спільно розробили низку локалізованих програм, спрямованих на розвиток креативності та цифрових компетенцій учасниць. Програми були ретельно адаптовані до унікальних культурних, соціальних та практичних контекстів різних груп.

Незважаючи на різноманітність підходів та досвіду, усі партнери дотримувалися єдиної методології, що акцентувала увагу на спільному створенні та включенні технік неформальної освіти. Зокрема, використовувалися «Study Circles», які сприяли навчанням серед однолітків і включеному діалогу, дозволяючи учасницям ділитися досвідом та ідеями у підтримуючому середовищі.

Програми відзначаються практичністю та гнучкістю. Поєднання творчих активностей із цифровою освітою створює динамічний навчальний досвід, що відповідає інтересам і потребам учасниць. Такий інноваційний підхід не лише покращує цифрові навички, а й стимулює креативне самовираження, роблячи програми легкими для адаптації в різних країнах і середовищах, як в урбанізованих районах, так і в місцевих громадах. Успіх цих ініціатив слугує моделлю для інших регіонів, які прагнуть розвивати подібні компетенції та культуру креативності.

Натхнення для інших організацій:

Проект REMCREAD пропонує комплексний набір готових інструментів і спеціально розроблених рекомендацій для організацій, що працюють із іммігрантками та біженками. У цьому виданні представлені різноманітні приклади програм майстер-класів, які демонструють успішні ініціативи та містять безліч якісних практик, отриманих із реального досвіду.

У виданні REMCREAD наведено конкретні рекомендації щодо створення підтримуючого та турботливого середовища для цих жінок. Наголошується на важливості поєднання творчих активностей — таких як мистецтво, рукоділля та сторітелінг — із цифровою освітою для підвищення залученості та ефективності навчання. Такі творчі підходи не лише сприяють розвитку навичок, а й надають жінкам змогу самовиражатися та ділитися своїм унікальним досвідом.

Зокрема, REMCREAD висвітлює стратегії розвитку соціальних і міжкультурних зв'язків між учасницями. Заохочуючи взаємодію та співпрацю, організації допомагають формувати відчуття спільноти та приналежності, що є надзвичайно важливим для добробуту іммігранток і біженок.

Організації, які прагнуть розробляти більш інклюзивні, орієнтовані на потреби цільової аудиторії та практичні програми підтримки, знайдуть у методах REMCREAD значне натхнення. Цей ресурс слугує цінним посібником для всіх, хто бажає зробити вагомий внесок у життя жінок із імміграційним досвідом, забезпечуючи їх організації інструментами для впровадження ефективної та чуйної підтримки.