

Stuttgart  
02.03.2016

## It's my life – ich mach' was draus

Projekt des Wohlfahrtswerks für Teilnehmerinnen des FSJ

**Mit dem Projekt „It's my life – ich mach' was draus“ will das Wohlfahrtswerk für Baden-Württemberg als Träger des Freiwilligen Sozialen Jahres junge Frauen, die ein Freiwilliges Soziales Jahr absolvieren, bei der Berufs- und Lebenswegplanung unterstützen. In diesem Rahmen werden an mehreren Seminartagen Angebote zu den Themen Berufsorientierung, Lebensplanung, Suchtprävention, positiver Umgang mit dem eigenen Körper und Selbstverteidigung gestaltet. Unter dem Motto „It's my life – ich mach' was draus“ findet am Freitag, den 11. März 2016, ein Seminartag mit Vorträgen und Workshops statt.**

Das Projekt „It's my life – ich mach' was draus“ wendet sich an minderjährige Teilnehmerinnen, die zum 01.09.2015 für 12 Monate ein Freiwilliges Soziales Jahr (FSJ) in verschiedenen sozialen Einrichtungen begonnen haben. Zwei Seminargruppen des Regionalbüros in Stuttgart und eine Gruppe vom Regionalbüro Heilbronn mit jeweils ungefähr 30 jungen Frauen zwischen 15 und 18 Jahren nehmen an dem Projekt teil. „It's my life – ich mach' was draus“ wird durch Mittel des Ministeriums für Arbeit und Sozialordnung, Familien, Frauen und Senioren Baden-Württemberg gefördert. Die zusätzlichen Fördermittel werden dazu genutzt, den jungen Frauen während des Jahres besondere Angebote und Unterstützungsleistungen zur Verfügung zu stellen.

Durch „It's my life – ich mach' was draus“ möchte das Wohlfahrtswerk die jungen Frauen im Rahmen der pädagogischen Begleitung intensiv bei der Berufs- und Lebenswegplanung unterstützen. Dazu gehört, die eigenen Kompetenzen zu entdecken und weiterzuentwickeln, Selbstbewusstsein zu erlangen und sich für einen selbstbestimmten Berufs- und Lebensweg zu entscheiden. An den 25 Seminartagen über das ganze Freiwillige Soziale Jahr wird das Projekt unter anderem durch Angebote zur Berufsorientierung, Lebensplanung, Selbstmotivation, Suchtprävention, Entspannung, zum positiven Umgang mit dem eigenen Körper sowie zur Selbstverteidigung umgesetzt.

Am Freitag, den 11. März 2016, gestaltet das Wohlfahrtswerk für die Teilnehmerinnen des Projekts im Bürgerzentrum West in Stuttgart einen Seminartag unter dem Motto „It's my life – ich mach' was draus“.

Um 10:30 Uhr hält Übergrößen-Model Kera Rahel Cook einen Vortrag mit anschließender Fragerunde. Kera Rahel Cook referiert an Schulen zu Themen wie Essstörungen, Schönheitswahn oder die mediale Übersexualisierung der Frau und setzt sich dafür ein, dass vor allem jungen Frauen sich selbst mehr schätzen lernen. In der Mittagspause werden die Teilnehmerinnen mit gesundem Fingerfood vom Catering Service Esskultur versorgt. Von 13:30 bis 15:30 Uhr stehen den Mädchen fünf Workshops mit externen Referenten zu den Themen Selbstbehauptung und Selbstverteidigung, Rhetoriktraining, Tanz und Bewegung, Essstörungen und gesunde Ernährung zur Auswahl.

## **Das Wohlfahrtswerk für Baden-Württemberg**

Das Wohlfahrtswerk für Baden-Württemberg ist eine Stiftung des bürgerlichen Rechts und wurde 1817 von Königin Katharina von Württemberg gegründet. An 18 Standorten in Baden-Württemberg betreibt die Stiftung Pflegeheime und Seniorenwohnanlagen. Dazu kommen ambulante Dienste, mobile Essensdienste sowie ein eigenes Bildungszentrum. Mit über 1.250 Teilnehmerinnen und Teilnehmern pro Jahrgang ist das Wohlfahrtswerk einer der größten Träger des Freiwilligen Sozialen Jahrs (FSJ) in Baden-Württemberg und gleichzeitig Träger des Bundesfreiwilligendienstes (BFD).