

"The first No-Stress-Tour"

Summer is the time when lots of things are happening in Germany, also in and around Berlin. People profit of the sun, they become more active and open up. This offers opportunities, particular for refugees, to think of new strategies to build up a better communal life.

For this reason **CISPM and Afrique Europe Interact**, international networks for emancipation and integration of refugees, are planning a project called „**No Stress Tour**“, which should take place this summer from June until October.

The aim of the project is **to bring refugees and other inhabitants of the city closer to each other** and to provide support with regard to the current complex asylum policy. Despite the willingness of refugees, to open up to other residents and the willingness of other citizens to reach out to refugees, we noted that there are still barriers, based on anxious information.

„Refugees are rapist, suicide assassins or simply undesirables and Germans are historically radical racists“ - this opinion, which is based on individual cases and is used for the electoral game influences the public opinion, causing despotism on one side and stress among others.

As the „No Stress Tour“ is primarily organized and planned by persons who are themselves refugees and European citizens, they will also directly or indirectly profit from the benefits the project offers.

Because of its flexibility, the „No Stress Tour“ facilitates the **exchange between refugees and other inhabitants** of the districts and sensitizes people on issues such as the controversial asylum policy, with special focus on the **emancipation of women and children**.

To achieve our goal, we will organise **weekends full of activities in various refugee camps from June to October**, which will be carried out in two camps each month **in or around Berlin and Bielefeld**.

Invited are in particular refugees, citizens of the concerning districts, doctors and lawyers for refugees, mayors, socially active groups and people with migration background. The various activities are addressed to all the persons directly concerned. To the citizens of the districts, to all refugees and particular to all women and children.

Planned weekend schedule for the „No Stress Tour“:

Friday:

- *soccer: mixed: Neighbours of the Heims/ Refugees*
- *Exchange concerning “Stress with families, women and children (with a psychologist)*

Saturday:

- *volleyball: mixed: Woman/Men*
- *Exchange with families, woman and children (with an Imam)*

Sunday:

- *Music workshop (choir)*
- *Space for children to play*
- *Concert, performances of 5 different groups of artists*

Besides the fact that we want to bring the citizens closer to refugees and at the same time to show refugees that there are people supporting them in their rights, we also want to conscientize and enforce women who particularly live in a difficult situation facing special troubles being women, as well as we want to conscientize children in their right to education.

Due to the participation of refugees and locals, we expect this project to be very promising. But of course the activities which will take place in the camps throughout the whole weekend require financial support.

We hope to establish a good atmosphere between all inhabitants in order to continue and to improve the project in the next years.

Contact us:

no.stress.tour.2016@gmail.com

Come to our reunion:

**Every Sunday from 4pm to 6pm
at Seminarraum, near Cafè Kotti
Adalbertstraße 3
(U8 Kottbussertor)**

"The first No-Stress-Tour"

Der Sommer ist eine Zeit, in der in Deutschland viel passiert, vor allem auch in den Bezirken Berlins. Die Einwohner*innen profitieren von der Sonne, sie werden festlicher und offener. Das bietet vielfältige Gelegenheiten, unter anderem für Geflüchtete, sich Strategien für ein schönes Zusammenleben zu erdenken und zu erbauen.

Aus diesem Grund planen **CISPM und Afrique Europe Interact** als internationale Netzwerke für Emanzipation und der Integration von Geflüchteten, ein Projekt Namens „**No Stress Tour**“, welches diesen Sommer von Juni bis Oktober stattfinden soll.

Ziel ist es, **Geflüchtete und andere Einwohner*innen der Stadt näher zu bringen** und sie mit Blick auf die aktuelle sehr komplexe Asylpolitik zu unterstützen.

Trotz der Bereitschaft der Geflüchteten, sich den anderen Einwohner*innen zu öffnen und dieser wiederum, auf Geflüchtete zu zugehen, haben wir festgestellt, dass beide Seiten Hürden überwinden müssen, welche auf angstschürenden Informationen beruhen.

„Flüchtlinge sind Vergewaltiger, Selbstmordattentäter oder einfach Unerwünschte und Deutsche sind historisch gesehen radikale Rassisten“ - diese Meinung, die sich auf Einzelfällen stützt und wahltaktisch genutzt wird, prägt die öffentliche Meinung und verursacht Despotismus bei den Einen und Stress bei den Anderen.

Die „No Stress Tour“ wird in erster Linie von Personen durchgeführt, die dadurch, dass sie selber Geflüchtete oder europäische Bürger*innen sind, selbst direkt oder indirekt von den Verbesserungen, welche das Projekt bringt, profitieren.

Die „No Stress Tour“ ermöglicht durch seine Flexibilität den **Austausch von Geflüchteten und anderen Einwohner*innen** der Bezirke und sensibilisiert Menschen für Themen wie der kontroversen Asylpolitik, mit besonderem Blick auf die **Emanzipation von Frauen und Kindern**.

Um unser Ziel zu erreichen, organisieren wir **von Juni bis Oktober Wochenenden mit diversen Aktivitäten in verschiedenen Flüchtlingsunterkünften**, die in zwei Heimen pro Monat in ganz **Berlin und Bielefeld** durchgeführt werden.

Eingeladen sind insbesondere Geflüchtete, Einwohner*innen der Bezirke, Ärzt*innen und Rechtsanwält*innen für Geflüchtete, Bürgermeister*innen, sozial aktive Gruppen und Menschen mit Migrationshintergrund.

Die verschiedenen Aktivitäten richten sich direkt an die Betroffenen:
An die Einwohner*innen der Bezirke, an alle Geflüchtete und besonders an alle Frauen und Kinder.

Geplanter Ablauf eines Wochenendes der „No Stress Tour“:

Freitag:

- *Fußballspiel: gemischt NachbarInnen der Heime/Geflüchtete*
- *Austausch bezüglich „Stress“ mit Familien, Frauen, Kindern (Mit einem Psychologen)*

Samstag:

- *Volleyball, gemischt: Frauen/Männer*
- *Austausch mit Familien, Frauen, Kindern (Mit einem Imam)*

Sonntag:

- *Musik Workshop (Chor)*
- *Gelegenheit zum Spielen für die Kinder*
- *Konzerte von 5 verschiedenen KünstlerInnengruppen*

Wenngleich dieses Projekt den Einwohner*innen der Bezirke näher bringen möchte, „*wer die Flüchtlinge sind*“ und den Geflüchteten praktisch zeigen möchte, dass sie in ihren Rechten unterstützt werden, wollen wir auch Frauen unterstützen, genauso wie Kinder in ihrem Recht auf Bildung.

Wir denken, dass dieses Projekt aufgrund der Beteiligung von Geflüchteten und lokalen Bewohner*innen besonders erfolgsversprechend ist.

Die Aktivitäten, welche stets das gesamte Wochenende in Heimen stattfinden, bedürfen jedoch noch finanzieller Unterstützung.

Wir streben an, eine gute Atmosphäre mit allen Einwohner*innen aufzubauen, um in den kommenden Jahren dieses Projekt weiter zu führen und zu verbessern.

Kontaktiert uns:

no.stress.tour.2016@gmail.com

Kommt zu unserem Treffen:

**Jeden Sonntag 16.00-18.00 Uhr,
Seminarraum, neben Cafè Kotti
Adalbertstraße 3
(U8 Kottbussertor)**

Organisiert durch: No Stress Tour Team und Unterstützer*innen

No Stress-Tour

جولة مندون ضغوط

Summer is the time when lots of things are happening. This offers opportunities, particularly for refugees, to think of new strategies to build up a better communal life. For this reason we planning a project called "No stress Tour "which should take a place in this summer months of this years.

الصيف هو الفصل الذي يحدث فيه الكثير من الأشياء , وهذا سيوفر فرصاً كثيرة خصوصاً للاجئين , ليدفعهم الى التفكير في استراتيجيات جديدة لبناء حياة اجتماعية افضل . و لذلك خططنا لمشروع "رحلة من غير اجهاد" و التي ستكون في صيف هذا العام .

The project has different objects: to bring refugees and other habitants of the communities through the atmosphere of summer together to encourage refugees in their daily stress and create a positive impression of a good living together for both sides to find strategies to inform people about their rights during their asylum process through music and sports .this project shall address everyone who is interested in participating. In our organization groups we want to find a way to put a special focus on women and children. During the weekends of those summer months we are going to visit one refugee camp per month with a mobile stage in order to make music that appeals to the respective cultural community in the camp and organize a lot of different activities.

و يتكون المشروع من مواضيع مختلفة :لجلب اللاجئين وغيرهم من سكان المجتمعات معا خلال اجواء الصيف و ذلك لدعم اللاجئين في ضغوطاتهم اليومية ولخلق انطباع ايجابي للحياة الجيدة لكلا الجانبين ولإيجاد استراتيجيات لتوعية الناس بحقوقهم خلال عملية اللجوء من خلال الموسيقى والرياضة. يجب على كل الراغبين في هذا المشروع الإشتراك معنا.

في منظمنا نريد ان نجد طريقة لنركز بشكل خاص على النساء و الأطفال .من خلال نهايات الاسبوع في اشهر الصيف هذا حيث اننا سنقوم بزيارة مخيم واحد للاجئين في الشهر ,مع التجهيزات اللازمة للموسيقى التي تجذب المجتمع الثقافي, وسنقوم بتنظيم الكثير من الأنشطة المختلفة ايضاً

There is still a lot space for ideas! Therefore you are invited to share your creativity and time with us and become a part of our organization group!

لا يزال هناك مكان للكثير من الأفكار ,لذلك انتم مدعوون للمشاركة معنا بابداعاتكم و اوقاتكم, و لتصبحو جزء من مجموعتنا

Planned schedule for a weekend

الجدول الزمني المقرر لعطلة نهاية الاسبوع

Friday:

Soccer: mixed – neighbors of the Heime / refugees

Exchange concerning, stress, with families, women and children (with a psychologist)

Saturday:

Volleyball : mixed: women/men

Exchange with families ,women and children(with an Imam)

Sunday:

Music workshops (choir)

Space for children to play

Concert – performances of 5 different groups of artists

الجمعة:

كرة قدم مع الجيران في الهام

التبادل حول الضغوطات بين الأطفال و النساء مع طبيب

السبت :

كرة الطائرة الرجال و النساء مع بعضهم البعض

التبادل بين العائلات و الأطفال مع الإمام

الأحد :

ورشة عمل موسيقية

مساحات للعب للأطفال

حفلة مع 5 مجموعات مختلفة من الفنانين

The refugees who live in this Heim are confronted with different problems causing stress. The new asylum laws from Asylpaket 2 come tighten their bad living conditions, distancing them more and more from the other habitats of the communities.

تواجه اللاجئين الذين يقيمون في الهام الكثير من المشاكل المختلفة والتي تسبب التوتر. قوانين اللجوء الجديدة لدفعه اللاجئين الثانية ضيق ظروف الحياة وابتعدت اللاجئين عن المجمع

"The first No-Stress-Tour"

L'été est un moment qui bouge en l'Allemagne et particulièrement dans tous les districts de Berlin. Les habitants profitent du soleil en devenant plus festifs et ouverts.

C'est une occasion à plusieurs volets, y compris pour les réfugiés de se construire des stratégies vers la joie du vivre ensemble.

C'est pourquoi en tant que Structure Internationale pour l'émancipation, l'intégration des réfugiés et basé à Berlin, **CISPM, Afrique Europe Interact**, portons le projet "**No Stress Tour**" qui, débutera cet été, du mois de Juin à Octobre.

Dans l'objectif de **rapprocher de plus près des habitants de la ville aux réfugiés** tout en les assistant dans le contexte actuelle de la politique complexe d'asile.

Nous avons remarqué que malgré une volonté pour certains d'aller vers les réfugiés, et pour les réfugiés de s'ouvrir aux habitants de la communauté, il existe entre les deux une palissade à franchir, construite sur des informations anxieuses:

„Les réfugiés sont des violeurs, kamikazes ou tout simplement des indésirables et les Allemands sont historiquement des racistes radicaux.“ Ces avis popularisés par des cas isolés et le jeu électoral restent greffés dans l'inconscient collectif, faisant grandir le despotisme chez les uns et le Stress chez les autres.

Ce projet est conçu à la base par des personnes concernées directement et indirectement à travers les améliorations qu'apportera ce projet!

Le "No Stress Tour" permet par sa flexibilité d'établir **le rapprochement des habitants de la communauté aux réfugiés**, sensibiliser d'un coté et de l'autre sur les politiques controversées de l'asile avec un regard exceptionnel sur **l'émancipation des femmes et des enfants**.

Afin d'atteindre notre idéal sur le plan de cette objectivité, nous organisons **de Juin à Octobre** un **week end d'activités dans différents foyer de réfugiés**, avec une capacité de deux "Heime/mois" et **dans toute la région de Berlin et Bielefeld** tout en invitant particulièrement les personelles de la mairie, les médecins et avocat de réfugiés, les habitants de la communauté, les réfugiés, les groupes socialement actifs et même les héritiers de l'immigration.

Les différentes activités ciblent directement les concernés de la situation: Les habitants de la communauté, les réfugiés, les femmes et les enfants.

Programme prévu pour un week end du „No Stress Tour“

Vendredi:

Match de football mixte; Allemand /Refugié(e)s et Stratégie de rencontre des femmes et des enfants)

Samedi:

Volleyball, mixte: Femmes / Hommes et Stratégie de rencontre des femmes et des enfants.

Dimanche:

Visite guidée du Heim.

Concert - 5 différents groupes d'artistes enregistrés

Monologue d'asile

Stratégie d'informations.

Bien que ce projet trouve des démarches d'informations vis à vis des habitants sur la question; qui sont les réfugiés ? et aux réfugiés leur témoigner pratiquement qu'ils sont assistés par des habitants de la communauté y compris leurs droits; aux femmes comment peuvent elles agir dans des cas relativement sensibles à leurs conditions; c'est à dire sortir de femme abattu à femme battante; aux enfants sur leurs droits à l'éducatons.

Nous pensons que le grand succès de ceci résulte du fait qu'il soit organisé par les initiatives des bénéficiaires, et que ses activités soient concentrées tout le weekend au coeur du Heim sans oublier que certaines obligations permettront une rémunération.

Nous comptons développer cette bonne atmosphère avec tous les membres de la communauté, afin d'assurer la possibilité de continuer les prochaines années le même projet amélioré.

Contactez-nous:

no.stress.tour.2016@gmail.com

Viens à notre réunion:

Toutes les dimanches de 16.00

au 18.00 heures,

Seminarraum, à coté du Cafè Kotti

Adalbertstraße 3

(U8 Kottbussertor)

