

Jahresrückblick – End of the year review

of MARA's work in 2022

Wer sind ich? Identität*en und Zugehörigkeit*en im Lehren und Lernen von Deutsch als Fremd- und Zweitsprache

Dieses Jahr begann mit der Jahrestagung des **Österreichischen Verbands für Deutsch als Fremdsprache/Zweitsprache (ÖDaF)** im Februar. Dort durften wir einen Vortrag zum Thema *Das Konstrukt der kollektiven Identität und seine Folgen* halten. Ausgehend von persönlichen Erfahrungen, brachten wir dieses Thema mit Erkenntnissen der Achtsamkeitsforschung, der Entwicklung des Familienrechts im Vergleich sowie mit aktuellen Kenntnissen über „Ehrkulturelle Milieus“ in Verbindung und stellten aktuelle sozialpädagogische Interventionen in Österreich vor.

Filmdrama „Die Fremde“

der österreichischen Regisseurin **Feo Aladağ**
mit der deutschen **Schauspielerin Sibel Kekilli** in der Titelrolle
Deutschland 2010 Welturaufführung
Zahlreiche nationale und internationale **Auszeichnungen**



„Warum?“
fragt der kleine Sohn Cem am Ende des Films, bevor er in den Armen seiner Mutter Umay stirbt. Acar, Umays jüngerer Bruder, brachte es nicht übers Herz, seine Schwester zur Wiederherstellung der Familienehre zu töten. Der ältere Bruder Mehmet übernimmt dies und ersticht dabei versehentlich den kleinen Cem.

© Bildquelle: Mojestic Filmvertrieb GmbH

„Kollektive Identität“ als Konstrukt



Die Vorstellung von „wir“ und „die Anderen“ ist meinem Verständnis nach aus der Sicht der Achtsamkeit ein Konstrukt

Angebot für Burschen

Projekt Heroes® – gegen Unterdrückung im Namen der Ehre

des Vereins für Männer- und Geschlechterthemen Steiermark (VMG) in Kooperation mit der Caritas Steiermark

Für männliche Jugendliche aus traditionell-patriarchalen / ehrkulturellen Milieus

Wird seit 2017 vom Land Steiermark, der Stadt Graz und vom Bundeskanzleramt finanziert



- Ziel ist ein partnerschaftliches, gleichstellungsorientiertes und gewaltfreies Geschlechter- und Generationenverhältnis
- Vorbereitung von jungen Männern aus traditionell-patriarchalen / ehrkulturellen Milieus auf die Leitung von Workshops
- Mit Peer-to-Peer-Methode und theaterpädagogischen Methoden werden Diskussionen angeregt

© Bildquelle: VMG Steiermark – Fachstelle für Burschenarbeit

Angebot für Mädchen

Projekt HELDINNEN – Workshops für Schülerinnen

der Caritas Steiermark – Frauenberatungsstelle DIWAN

Speziell für Schulen mit besonderen Herausforderungen

Wurde 2019 vom Österreichischen Integrationsfonds finanziert



- Ziel der Enttabuisierung und eines langfristigen Wandels in den Communities in Bezug auf traditionsbedingte Gewalt
- Vorbereitung von Mädchen / jungen Frauen mit Migrationshintergrund auf die Leitung von Workshops für andere Jugendliche
- Diese Peers fungieren als role-models

© Bildquelle: Caritas Steiermark – Projekt Heldinnen

At this annual conference, organized by the **Austrian Association for German as a Foreign/Second Language (ÖDaF)**, we gave a lecture on the subject of *The construct of collective identity and its consequences*. Based on personal experiences, we connected this topic with findings from mindfulness research, the development of family law in comparison and with current knowledge about "honor-cultural milieus" and presented current socio-educational interventions in Austria.

Who are I? Identities and affiliations in teaching and learning German as a foreign and second language

Soziale Transformation. Die Rolle der Erwachsenenbildung bei aktuellen Themen, wie Demokratiebrüche, Digitalisierung, Klimakrise, Migration u.v.m.

Im Rahmen der **Werkstattgespräche 2022** der **Initiativgruppe** Philipp Assinger und Simone Müller, (**Universität Graz**), Irene Cennamo (**Universität Klagenfurt**), Daniela Savel (**Österreichisches Volkshochschularchiv**) und Stefan Vater (**Verband Österreichischer Volkshochschulen VÖV**) durften wir im April einen **Kurzvortrag** zum Thema

Achtsamkeit als Grundlage für soziale Transformation

Warum wir es sinnvoll finden, Achtsamkeit in die Erwachsenenbildung einfließen zu lassen

halten. Wir freuen uns über das Interesse an Achtsamkeit in der Erwachsenenbildung in Österreich!

<p>Persönlicher Zugang zu diesem Thema</p> <p>Ein ERSTER VERSUCH einer Darstellung</p> <p>Überzeugung der Sinnhaftigkeit basiert auf WISSENSCHAFTLICHEN GRUNDLAGEN über Achtsamkeit sowie auf BERUFSERFAHUNG</p> <p><i>„Wenn wir den Mut haben, Probleme an ihrer Wurzel zu erfassen, dann können wir den Grundstein für nachhaltige Veränderungen legen“</i></p>	<p>Wirkung von Achtsamkeit aus der Berufserfahrung</p> <p>Eine achtsame Haltung in der Arbeit mit Gruppen führt zu</p> <ul style="list-style-type: none"> o schnellem Erkennen der Bedürfnisse der Teilnehmenden o schneller Herstellung einer angenehmen Arbeitsatmosphäre o weniger Stressempfinden für alle o schnellem Erkennen von auftauchenden Problemen o verbesserter Problemlösungskompetenz in Konfliktsituationen o mehr Freude im Arbeitsalltag o besserer Qualität des Unterrichts o erhöhtem Prüfungserfolg der Teilnehmenden <p>spontanem, verantwortungsvollen Handeln</p>
<p>Soziale Kompetenz durch Achtsamkeitstraining</p> <p>Sichtweise von Albert Einstein aus <i>Ideas and Opinions</i> (1954)</p> <p><i>„Der Mensch ist ein Teil des Ganzen, das wir Universum nennen, ein in Raum und Zeit begrenzter Teil. Er erfährt sich selbst, seine Gedanken und Gefühle als abgetrennt von allem anderen – eine Art optische Täuschung des Bewusstseins.</i></p> <p><i>Diese Täuschung ist für uns eine Art Gefängnis, da sie uns auf unsere eigenen Vorlieben und auf die Zuneigung zu wenigen Nahestehenden beschränkt. Unser Ziel muss es sein, uns aus diesem Gefängnis zu befreien, indem wir den Horizont unseres Mitgefühls erweitern, bis er alle lebenden Wesen und die gesamte Natur in all ihrer Schönheit umfasst.</i></p> <p><i>Niemand kann das vollkommen erreichen, aber das Streben nach solch einer Errungenschaft ist selbst schon ein Teil der Befreiung und eine Grundlage für Innere Sicherheit.“</i></p>	<p>Voraussetzungen für Lehrende</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 be mindful 2 teach mindfully 3 teach mindfulness <p><small>Quelle: Mindfulness in Schools Project (MISP)</small></p> <p>Der Weg dorthin erfolgt nach dem Prinzip des Lebenslangen Lernens</p>

In April, as part of the **workshop discussions 2022** of the **initiative group** Philipp Assinger and Simone Müller (**University of Graz**), Irene Cennamo (**University of Klagenfurt**), Daniela Savel (**Austrian adult education center archive**) and Stefan Vater (**Association of Austrian Adult Education Centers VÖV**) we were asked to give a short lecture on the topic

Mindfulness as a basis for social transformation

Why we think it makes sense to incorporate mindfulness into adult education

We are pleased about the interest in mindfulness in adult education in Austria!

Social transformation. The role of adult education in current issues, such as breaches of democracy, digitization, climate crisis, migration and much more

Achtsamkeit mit Kindern und Jugendlichen (AmiKi) – Online-Kongress

Achtsamkeit erhöht die emotionale Intelligenz, macht glücklicher, fördert Neugier, Begeisterung, Engagement und hilft bei der Selbstregulation. Gleichzeitig belegen zahlreiche Studien, dass auch Lehrkräfte, Erzieher*innen und Menschen in therapeutischen Berufen von einer solchen Praxis profitieren.

Auf dem AmiKi Online-Kongress von **Arbor-Seminare gGmbH in Deutschland** führte Lienhard Valentin, Geschäftsführer von Arbor-Seminare, mit uns ein **Interview** zum Thema **Achtsamkeit im Deutschunterricht für Geflüchtete**.

Der Kongress zeigte aus einer wissenschaftlichen sowie erfahrungsorientierten Perspektive, wie ganzheitliches Lernen und Lehren funktionieren kann und bot einen praktischen Überblick über Möglichkeiten, Anforderungen und Grenzen bei der Vermittlung von Achtsamkeit an Kinder und Jugendliche.

to the video clips



Mindfulness increases emotional intelligence, makes you happier, promotes curiosity, enthusiasm, engagement and helps with self-regulation. At the same time, numerous studies show that teachers, educators and people in therapeutic professions also benefit from such a practice.

At the AmiKi Online Congress hosted by **Arbor-Seminare gGmbH in Germany**. Lienhard Valentin, Managing Director of Arbor-Seminare, conducted an **interview** with us on the topic of **Mindfulness in German lessons for refugees**.

The congress showed from a scientific and experiential perspective how holistic learning and teaching can work and offered a practical overview of the possibilities, requirements and limitations of teaching mindfulness to children and young people.

Mindfulness with children and youth (AmiKi) – Online Congress

Migration & Mindfulness in a constantly changing world

Die derzeitige Fluchtbewegung mit Millionen von Asylsuchenden weltweit lässt sich als Folge von jahrtausendelangen Konflikten verstehen. Diese und weitere Entwicklungen stellt Menschen in den Konflikt- und Aufnahmeländern vor große Herausforderungen. Bei dieser **3-tägigen Konferenz** im Mai kamen Menschen aus den Bereichen Migration, Achtsamkeit, Gesundheit, Pädagogik, Ethik, Journalismus und Musik zu Wort und tauschten sich aus.

Im Konsens sehen wir einen **notwendigen Schritt im konstruktiven Umgang mit Trauma** sowohl zum Zeitpunkt des Entstehens als auch danach. **Achtsamkeit spielt eine Schlüsselrolle**. Einen sehr großen Handlungsspielraum haben Länder außerhalb der Konfliktzonen.

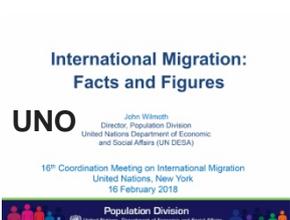
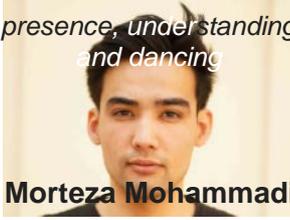
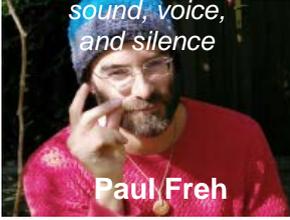
Zukunftsfonds
der Republik Österreich

Wir bedanken uns ganz herzlich beim Zukunftsfonds der Republik Österreich für die finanzielle Unterstützung

The current refugee movement with millions of asylum seekers worldwide can be understood as a result of thousands of years of conflicts. This poses great challenges for people in the conflict and host countries. At this **3-day conference** in May people from the fields of migration, mindfulness, health, education, ethics, journalism and music talked and exchanged ideas.

In consensus, we see a **necessary step in dealing constructively with trauma**, both directly at the time it occurs and after the trauma has taken place. **Mindfulness plays a key role** here. Countries outside of the conflict zones have a particularly large scope for action.

to all video clips

 <p><i>being fully present</i> Sarah Tulivu</p>	 <p>International Migration: Facts and Figures UNO John Winthrop Director, Population Division United Nations Department of Economic and Social Affairs (UN DESA) 18th Coordination Meeting on International Migration United Nations, New York 18 February 2018 Population Division</p>	 <p><i>Peace Education in Vienna</i> Friesgassencombo</p>	 <p><i>Research on Mindfulness</i> Assaad Mounzer</p>
 <p><i>world of music, and poetry</i> Elena Shirin</p>	 <p><i>presence, understanding and dancing</i> Morteza Mohammadi</p>	 <p><i>sound, voice, and silence</i> Paul Freh</p>	 <p><i>Research on Mindfulness, Trauma Pedagogy and Religion</i> Gülmihri Aytac</p>
 <p><i>Q & A</i> Edita Lintl</p>	 <p><i>Mindfulness and Trauma Injury</i> Edita Lintl</p>	 <p><i>Responding to trauma in working with refugees Part 2</i> Gabriele Siebert</p>	 <p><i>Responding to trauma in working with refugees Part 1</i> Gabriele Siebert</p>
 <p><i>Peace Education in Ukraine</i> Kateryna Zezulina</p>	 <p><i>Ukrainian Humanitarian Resiliency Project</i> Elaine Miller-Karas</p>	 <p><i>Ukrainian Humanitarian Resiliency Project Peace Education long version</i></p>	 <p>Teaser Migration & Achtsamkeit in einer sich ständig wandelnden Welt migration & mindfulness in a constantly changing world</p>

Online Magazin für Ethik und Achtsamkeit in Deutschland

Im Mai durften wir einen **Artikel** von Elaine Miller-Karas, Traumatherapeutin und Direktorin für Innovation am Trauma Resource Institute in Kalifornien, aus dem Englischen ins Deutsche übertragen und in gekürzter Version im **Online Magazin für Ethik und Achtsamkeit** veröffentlichen.

zum Artikel auf Deutsch

In diesem Artikel erzählt Elaine Miller-Karas über ihre bisherigen Erfahrungen im Rahmen des **Projekts zur Förderung der Resilienz für Menschen**, die derzeit **in der Ukraine** leben (Ukrainian Humanitarian Resiliency Project). Es handelt sich um ein Online-Angebot, das mit 25. Februar 2022 gestartet hat. Das Besondere dabei - dem Trauma begegnen, während es gerade entsteht. Innerhalb der ersten **40 Tage** gab es auf Facebook rund **50.000 Zugriffe** auf die Webinare. Das Unterstützungsangebot fußt auf dem Resilienzmodell für Gemeinschaften (Community Resiliency Model CRM®), das vom Trauma Resource Institute entwickelt wurde.



What or who uplifts you?
What or who gives you strength?
What or who helps you get through hard times?



Was oder wer richtet dich auf?
Was oder wer gibt dir Kraft?
Was oder wer hilft dir, schwere Zeiten zu überstehen?

In May, we had the honor of translating an **article** by Elaine Miller-Karas, trauma therapist and director of innovation at the Trauma Resource Institute in California, into German and publishing it in an abridged version in the **online magazine for ethics and mindfulness**.

to the original article in *Psychotherapy Networker*

In this article, Elaine Miller-Karas shares her experience so far with the **Ukrainian Humanitarian Resiliency Project**. It is an online offer that started on February 25, 2022. The special thing about it – encountering the trauma while it is occurring. Within the first **40 days**, there were around **50,000 views** on the webinars on Facebook.

The support offering is based on the Community Resiliency Model CRM® developed by the Trauma Resource Institute.

Online magazine for ethics and mindfulness in Germany

dafdz2022: Weiter geht's! Ziele — Inhalte — Methoden in der Schweiz

Im Rahmen der **9. Gesamtschweizerischen Tagung für Deutschlehrerinnen und Deutschlehrer** an der Universität Freiburg/Fribourg in der Schweiz, eine Veranstaltung von AkDaF und Ledafids, durften wir im Juli zu zweit (Anja Kainberger und Ingrid Otepka) **zwei Workshops** zum Thema **Lernen mit dem Trauma — Möglichkeiten, Ideen, Grenzen** halten. Die Grundlage dieser Workshops ist Achtsamkeit.

Für diese Workshops adaptierten wir eine Achtsamkeitsübung speziell für Lehrer*innen mit der Absicht, das Erlernen von Empathie durch mentales Training erfahrbar zu machen. Konkret geht es um die Schulung eines „gesunden“ Umgangs mit dem Thema „Krieg“.

Das Interesse an den Workshops war groß, die Dringlichkeit, sich mit diesem Thema fundiert auseinanderzusetzen, wurde uns in vollem Ausmaß bewusst, es gab Anfragen zu vertiefenden Weiterbildungen online und in Präsenz für Lehrer*innen in der Schweiz und es wurde nach einer vergleichbaren Anlaufstelle wie MARA in der Schweiz gefragt.



As part of the **9th Nationwide Congress for German Teachers in Switzerland**, organized by AkDaF and Ledafids, we (Anja Kainberger and Ingrid Otepka) were invited to hold **two workshops** on the topic of **Learning with trauma — possibilities, ideas, limits** in July. The basis of the workshops is mindfulness. For these workshops, we adapted a mindfulness exercise especially for teachers with the intention of making it possible to experience the learning of empathy through mental training. Specifically, it is about training a “healthy” way of dealing with the topic of war.

The interest in the workshops was great, we were fully aware of the urgency to deal with this topic in depth, there were inquiries about in-depth training courses online and face-to-face for teachers in Switzerland, and a place to go comparable to MARA in Switzerland was asked.

German2022: Here we go! Objectives — Content — Methods in Switzerland

mit.sprache.teil.haben – IDT 2022 in Wien

Im August durften wir im Rahmen der **17. Internationalen Tagung der Deutschlehrerinnen und Deutschlehrer (IDT 2022)** an der Universität Wien gemeinsam mit Daniela Hell von *Frohes Lernen* in Deutschland einen Pecha-Kucha-Vortrag mit anschließender Plakatpräsentation zum Thema

Achtsamkeit im Kontext O *Unter welchen Voraussetzungen kann Achtsamkeit eine Kraftquelle für Lernende und Unterrichtende sein?*

halten. Diese 6-tägige Tagung wurde vom Österreichischen Verband für Deutsch als Fremdsprache/ Zweitsprache (ÖDaF) organisiert. Es gab knapp 3.000 Besucher*innen aus rund 110 Ländern.

Wir machten auch auf das **Schulbuch *The Toolbox is You*** des Vereins für Achtsamkeit in Osterloh (Deutschland), auf das **UNHCR-Handbuch *Flucht und Trauma im Kontext Schule*** von Gabriele Siebert (Österreich) sowie auf eine **Empathieübung** von *mindscool* (Deutschland) aufmerksam.



In August, as part of the **17th International Conference of German Teachers (IDT 2022)** at the University of Vienna, we gave a Pecha Kucha lecture together with Daniela Hell from *Happy Learning* in Germany, followed by a poster presentation on the topic

Mindfulness in context O *Under what conditions can mindfulness be a source of strength for learners and teachers?*

This 6-day conference was organized by the Austrian Association for German as a Foreign/Second Language (ÖDaF). There were almost 3,000 visitors from around 110 countries.

We also drew attention to the **school book *The Toolbox is You*** by the Mindfulness Association in Osterloh (Germany), to the **UNHCR handbook *Flight and Trauma in Context of Schools*** by Gabriele Siebert (Austria) and to an **empathy exercise** by *mindscool* (Germany).

participate.with.language – IDT 2022 in Vienna

Challenges and New Horizons – SLTED 2022 in Vienna

In September, as part of the **Second Language Teacher Education (SLTED 2022)** at the University of Vienna, organized by the Department of English and American Studies, we gave a lecture on the topic ***How dealing with trauma in the classroom in a responsible way?***

There was a lot of interest, we came into contact with people who were dealing with similar topics in the English language classroom, and so a broader exchange began.

<p><i>Ideas for dealing with people with extreme experiences</i></p> <p>Prevention</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Knowledge about trauma ○ Address the topic at work ○ Exchange with colleagues, superiors, ○ Keep information about possible contact points within reach ○ Creating preventive structures ○ Strengthening the resources of participants  <p><small>© Picture: Gordon Johnson on Pixabay</small></p>	<p><i>Ideas for dealing with people with extreme experiences</i></p> <p>In the classroom itself</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Staying with ourselves ○ Recognizing and protecting the own limits ○ Take our needs seriously !!! ○ Offering a break ○ Move the topic to a later date ○ Offer of language resources (if necessary) ○ Empathically listening (if possible) ○ Getting colleagues for support  <p><small>© Picture: Eliza on Pixabay</small></p>
<p><i>Ideas for dealing with people with extreme experiences</i></p> <p>Conditions in the workplace</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Strong team ○ Creation of stable relationships in the team ○ Possibility of needs-based supervision in the sense of professional support  <p><small>© Picture: Gerd Abmann on Pixabay</small></p>	<p><i>Ideas for dealing with people with extreme experiences</i></p>  <p>SELF CARE</p>

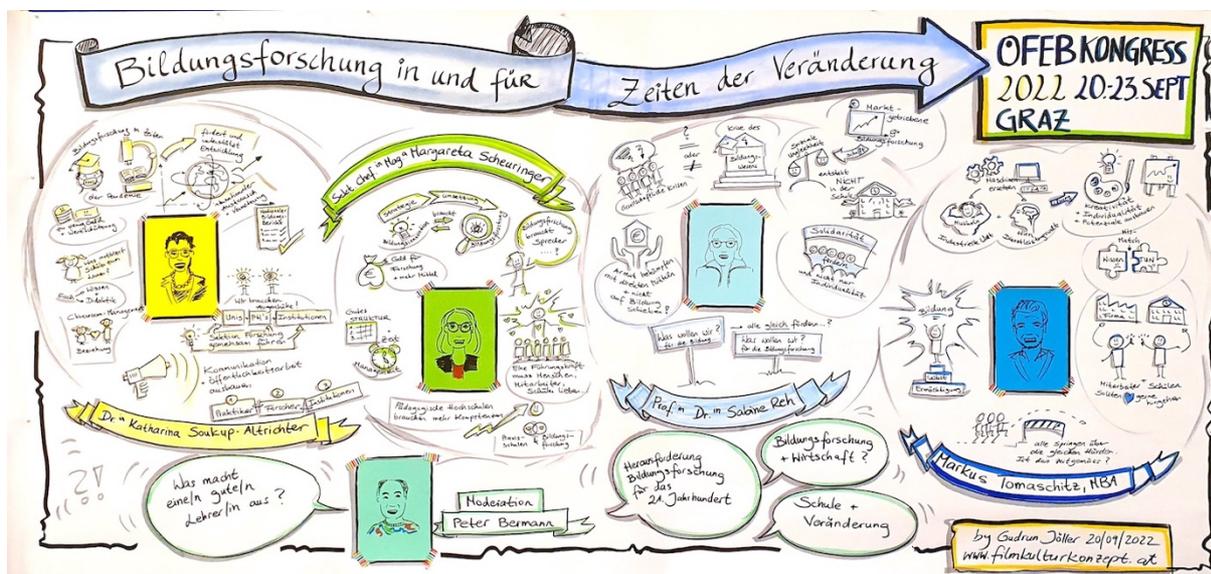
Im September durften wir im Rahmen der **Second Language Teacher Education (SLTED 2022)** an der Universität Wien, organisiert vom Institut für Anglistik und Amerikanistik, einen Vortrag zum Thema ***Wie können wir verantwortungsvoll mit Trauma im Unterricht umgehen?***

halten. Das Interesse war groß, wir kamen mit Menschen in Kontakt, die sich im Rahmen des Englischunterrichts mit ähnlichen Themen befassten, und so begann ein breiterer Austausch.

Bildungsforschung in und für Zeiten der Veränderung – ÖFEB-Kongress in Graz

Den Abschluss von Präsentationen auf wissenschaftlichen Kongressen bildete der **Kongress der Österreichischen Gesellschaft für Forschung und Entwicklung im Bildungswesen (ÖFEB)** an der PPH Augustinum und an der PH Steiermark im September in Graz. Auf der Pre-Conference durften wir einen **Vortrag** zum Thema **Begegnung von Trauma in Deutschkursen** halten. Auf dem eigentlichen Kongress moderierten wir ein 2-stündiges **Collective Learning** zum Thema **Möglichkeiten der Begegnung von kollektivem Trauma im Deutschunterricht**. Dabei ging es um die gemeinsame Weiterentwicklung des vorgestellten Forschungsthemas auf interdisziplinärer Ebene durch das Miteinbeziehen des Potentials von allen Anwesenden.

Der Wunsch nach praxisrelevanten Weiterbildungen, die Bildung eines Netzwerks sowie eine institutionelle Verankerung des Forschungsthemas kamen zum Ausdruck.



Our experts

- Helga Luger-Schreiner and Gülmihri Aytaç (University of Vienna)
- Irene Cennamo (University of Klagenfurt)
- Christoph Hofrichter (FH JOANNEUM of Graz)
- Verena Plutzar (KPH of Vienna/Krems)
- Anja Kainberger (Interface Wien in Vienna)
- Elaine Miller-Karas (Trauma Resource Institute in California)

The conclusion of presentations at scientific congresses was the **congress of the Austrian Society for Research and Development in Education (ÖFEB)** at the PPH Augustinum and at the PH Steiermark in September in Graz (Austria). At the pre-conference we gave a lecture on the topic of **Encountering trauma in German courses**. At the congress itself, we moderated a 2-hour **Collective Learning session** on the topic of **Possibilities for encountering collective trauma in German lessons**. It was about the joint further development of the presented research topic on an interdisciplinary level by including the potential of all those present.

The desire for practice-oriented further training, the formation of a network and an institutional anchoring of the research topic were expressed.

Educational research in and for times of change – ÖFEB Congress in Austria

Worldwide Community Work



In October, we were invited to participate at an event of the **worldwide community of MBSR/MBI teachers** on the topic of *Honouring and Celebrating MBSR in the World*, organized by the **Centre for Mindfulness Ireland**. Through this community, we also have the possibility to get an access to current scientific research on the impact of mindfulness.

It's a great honour for us to be part of this wonderful community.

MBSR – **M**indfulness-**B**ased **S**tress **R**eduction (Stressbewältigung durch Achtsamkeit)

MBI – **M**indfulness-**B**ased **I**nterventions (Interventionen mit Achtsamkeit als Grundlage)

Im Oktober wurden wir zu einer Veranstaltung der **weltweiten Gemeinschaft von MBSR/MBI-Lehrer*innen** zum Thema *MBSR in der Welt würdigen und feiern* eingeladen, die vom **Centre for Mindfulness Ireland** organisiert wurde. Über diese Community haben wir auch die Möglichkeit, Zugang zu aktueller wissenschaftlicher Forschung über die Wirkung von Achtsamkeit zu erhalten.

Es ist eine große Ehre für uns, Teil dieser wunderbaren Gemeinschaft zu sein.

In November, MARA became an official member of the **global movement Catalyst 2030**, which is based on mindfulness. **The aim** of Catalyst 2030 is to connect people and create collaborations around the world to **accelerate the achievement of the SDGs** by 2030.



SDGs – **17 Sustainable Development Goals** (Ziele für nachhaltige Entwicklung) of the United Nations

Seit November ist MARA offizielles Mitglied der **globalen Bewegung Catalyst 2030**, deren Grundlage Achtsamkeit ist. **Das Ziel** von Catalyst 2030 ist es, Menschen zusammenzubringen und Kooperationen auf der ganzen Welt zu schaffen, um die **Erreichung der SDGs bis 2030 zu beschleunigen**.

According to Catalyst 2030, **without interventions**, the SDGs will not be achieved by 2092 because of

- | | | |
|---|---|--|
| Lack of Resources | ○ | Ressourcenmangel |
| Minimal collaboration and siloed work | ○ | Minimale Zusammenarbeit und isolierte Arbeit |
| Disconnect between funding models and needs | ○ | Trennung zwischen Finanzierungsmodellen und Bedürfnissen |
| Lack of voice in decision making processes | ○ | Fehlendes Mitspracherecht bei Entscheidungsprozessen |

Catalyst 2030 faces these challenges

Wir freuen uns, Teil dieser Bewegung sein zu dürfen!

Ausblick – Prospects

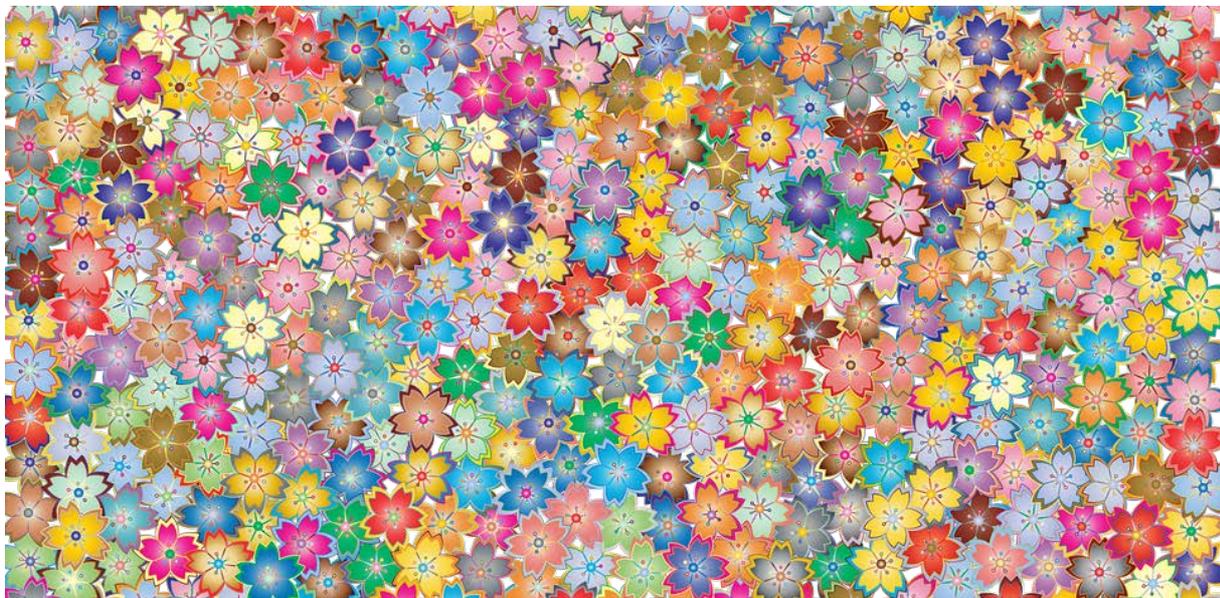
of MARA's work in 2023

Bei Bedarf veranstalten wir **achtsamkeitsbasierte Workshops und Seminare**. In einer Gemeinschaftspraxis **am Schöpfwerk** im 12. Bezirk in Wien gibt es seitens der Klient*innen Interesse an einem **MBSR-Kurs**. Sobald die Finanzierung geklärt ist, können wir beginnen.

2023 möchten wir weiterhin auf **Konferenzen** vertreten sein, um möglichst vielen Menschen die Möglichkeiten, die sich durch eine achtsame Haltung ergeben, näherbringen zu können. Für **November** ist eine **MARA-Konferenz** zum Thema **Mindful Communities** geplant.

Vielleicht findet sich 2023 auch eine Möglichkeit, das **Community Resiliency Model (CRM)**[®] des Trauma Resource Institutes in Kalifornien nach Österreich zu bringen, und möglicherweise ergibt sich ein **Kooperationsprojekt über Catalyst 2030**.

Und natürlich bleiben wir weiterhin offen für alles, was sich auf einfache Art und Weise ergibt 😊



© Bildquelle: Gordon Johnson auf Pixabay

If required, we organize **mindfulness-based workshops and seminars**. In a group practice in **a community building** in Vienna's 12th district, clients are interested in an **MBSR course**. As soon as we have established the necessary costs, we can begin.

In 2023 we would like to continue to be represented at **conferences** in order to be able to bring as many people as possible closer to the possibilities that arise from a mindful attitude. A **MARA conference** on **Mindful Communities** is planned for **November**.

There may also be an opportunity in 2023 to bring the **Community Resiliency Model (CRM)**[®] from the Trauma Resource Institute in California to Austria, and there may be a **collaborative project through Catalyst 2030**.

And of course we remain open to anything that comes up in a simple way 😊

Vielen herzlichen

Dank

für das

