****

**جمعية الثقافة والفكر الحر  
الحاجة إلى** **مدربات / يوغا**

**عن الجمعية:**

**جمعية الثقافة والفكر الحر، وهي مؤسسة أهلية فلسطينية غير ربحية، مستقلة، تأسست عام 1991، تلعب دورا قياديا في تطوير المجتمع المدني الفلسطيني من خلال العمل على تطوير وتعزيز حقوق الأطفال والشباب والمرأة في المحافظات الجنوبية والوسطى من قطاع غزة.**

**عن المشروع:**

**تنفذ جمعية الثقافة والفكر الحر مشروع تعزيز حماية واحترام حقوق النساء المهمشات > 18 عامًا والفتيات اللاتي تقل أعمارهن عن 18 عامًا (مع وبدون اعاقة، و الناجيات من سرطان الثدي، و الناجيات من العنف المبني على النوع الاجتماعي)عن طريق تعزيز الوصول إلى الاستجابات متعددة القطاعات المستجيبة للنوع الاجتماعي وفقا لمعايير القانون الدولي الإنساني والقانون حقوق الانسان الدولي. (بما في ذلك الخدمات النفسية والاجتماعية والمساعدة القانونية والورشات التوعوية والتمكين الاقتصادي). بتمويل من الصندوق الانساني للأرض الفلسطينية المحتلة.**

**ووفق ذلك تعلن جمعية الثقافة والفكر الحر عن حاجتها استقطاب مدربات / جلسات يوغا**

**الفرصة المتاحة** **: 2 مدربة يوغا .**

**منهجية الجلسات :**

**تهتم جمعية الثقافة والفكر الحر، بالتدريب المبني على المشاركة الكاملة مع الفئات المستهدفة، وتهتم بالتدريبات التي تجمع ما بين النظري والعملي في آن واحد.**

**الفئة المستهدفة من التدريب:**

**الفئة المستهدفة من التدريب هنَّ** 32 سيدة (16 ذوات إعاقة)، 32 فتاة (16 ذوات إعاقة)، 32 نساء ناجيات من السرطان، و الناجيات من العنف المبني على النوع الاجتماع **بإجمالي 96 مستفيدة .**

**المتوقع من الجلسات :**

* أن تتعرف الفئة المستهدفة على فوائد اليوغا النفسية و الجسمية ، و التأثير الفعّال لليوغا على الدماغ وعلى الحالة النفسية .
* أن تتحسن الحالة النفسية للفئة المستهدفة و تساعد على تخفيف آثار الصدمات النفسية.
* أن تتمكن الفئة المستهدفة من مهارات ممارسة أنشطة اليوغا بعد انتهاء التدريب .

**المطلوب:**

- تنفيذ 24 جلسة يوغا **لستة مجموعات في كل مجموعة 16 مشاركة و كل مشاركة تحضر 4 جلسات من الفئة المستهدفة الموضحة أعلاه**.

**بحيث تشمل الجلسات على التالية:**

1. **أن تستخدم كل مدربة تقييم قبلي و بعدي لقياس الأثر .**
2. أن تستخدم كل مدربة , اليوغا العلاجية و آلياته في التفريغ النفسي للسيدات و الفتيات المستهدفات.
3. أن تقدم كل مدربة معلومات عن فوائد اليوغا على الجسم و الحالة النفسية .

**مكان عقد الجلسات:**

**في مؤسسات أهلية مستضيفة في المناطق المستهدفة / البيوك في رفح – قيزان النجار في خان يونس – مخيم المغازي .**

**عدد المشاركين:**

**عدد 96 من النساء و الفتيات مقسمات الي ست مجموعات (في كل مجموعة 16 مشاركة)**

**الخدمات المطلوبة :**

* مدربتان كفوء في اليوغا العلاجية .
* ستقوم كل مدربة بتنفيذ 12 جلسة يوغا مقسمة على 3 مجموعات في كل مجموعة 16 مشاركة .
* أن تقدم كل مدربة تقرير بعد انتهاء كل مجموعة تشرح فيه التحسن الذي طرأ على الفئة المستهدفة .

**شروط التقدم للتدريب:**

- أن تكون المدربة حاصلة على بكالوريوس تربية رياضية أو أحد المجالات ذات العلاقة.

- أن تكون لديها خبرة لا تقل عن 3 سنوات في اليوغا العلاجية .

- أن تكون لديها خبرة واسعة في العمل مع السيدات و الفتيات ذوات الإعاقة و دون الإعاقة و من الناجيات من السرطان و الناجيات من العنف المبني على النوع الاجتماعي .

**الفترة المتوقعة للبدء في التدريب :**

* من المتوقع البدء بالجلسات خلال النصف الأول من شهر مارس.

يطلب من المهتمين/ات تقديم السيرة الذاتية ، وذلك عن طريق البريد الالكتروني trainer@cfta-ps.org كتابة اسم الفرصة في خانة العنوان الخاصة بالرسالة الالكترونية.

الموعد النهائي لتقديم الطلبات هو الخميس الموافق 20/02/2020