



Empowerment Retreat Camp

ERC 2025

POWERSPACES | SELFCARE | COMMUNITY

**Für BIPOC Fachkräfte & Multiplikator:innen
aus den sozialen Bereichen**

Vom 28.11.-30.11.2025

Empowerment Retreat Camp 2025

Vom 28. bis 30. November 2025 in Wermelskirchen

Beim diesjährigen ERC wollen wir uns auf die Ressourcen unserer Ahn:innen zurück besinnen. Kraftgebende, heilsame und Community-erhaltende Praktiken wie Sound-healing, Yoga, Kurdischer Tanz, traditionelle Amazigh Tonarbeit und gemeinschaftliche Afro-Hair Care-Sessions stehen dieses Jahr im Mittelpunkt und bieten uns Räume der seelischen Ernährung und Erden. Lasst uns gemeinsam diese so wertvollen Praktiken unserer Vorfahr:innen kollektiv pflegen, als Geschenk empfangen und weiter in die Zukunft tragen und beleben.

Dafür haben wir einige tolle Menschen organisiert, die verschiedene Workshops im Laufe des Wochenendes anbieten werden. Am Samstagabend wollen wir ein Open MIC anbinden. Packt eure Texte, Musik und sonstige Kunststücke und Performances ein: The stage ist yours!

Programm

Tag 1 | Freitag, 28.11.2025

- | | |
|-----------|--|
| 17.00 Uhr | Ankommen Empfang und Qualiteatime-Flohmarkt |
| 18.00 Uhr | Abendessen |
| 20.00 Uhr | Start des ERC2025 Begrüßung & Kennenlernen
Moderation durch Safiya Yon & Dorsa Billstein
Abendprogramm |

Tag 2 | Samstag, 29.11.2025

- | | |
|------------------|--|
| 08.00-09.00 Uhr | Yoga |
| 08.30-09.30 Uhr | Frühstück |
| 10.00-11.00 Uhr | Offizieller Beginn Vorstellung des Programms sowie
Planung und Abstimmung für den Tag Achtsamkeit mit
Dileta |
| 11.00-11.15 Uhr | Pause |
| 11.15-13.30 Uhr | <ul style="list-style-type: none">• Re-Imagining Prayer: Eine Rück-Kehr zu indigener Spiritualität mit Cucuteni• Amazigh Tonarbeit mit Karima Benbrahim• Krav Maga mit Shelly Simons |
| 13.30 -14.30 Uhr | Mittagessen |



PROGRAMM



- 15.00-17.00 Uhr**
- Freedom dreams - in den Stapfen der Visionen unserer Ahn*innen mit Sebastian Fleary
 - Kurdischer Tanz mit Viyan
 - Black Hair Care Space mit Safiya Yon
 - Musik Empowerment Space für Kids mit Zainab Lax & Joel-Joao

18.00 Uhr **Abendessen**

20.00 Uhr Open Mic | Musik von Zainab Lax und Joel-Joao

Tag 3 | Sonntag, 30.11.2025

08:00-09:00 Uhr Yoga

08.30-09.30 Uhr **Frühstück**

10.00-10.30 Uhr Großes Plenum | Achtsamkeitsübung

10.45-11.00 Uhr **Pause**

- 10.30-12.30 Uhr**
- Supervision mit Steven
 - Soundhealing mit Senthuran Nageswaran
 - Traditionelles Tarot Lesen mit Amdrita Jakubi
 - Kreativ-Space für Kids mit Judith Baumgärtner

12.30 -13.00 Uhr Abschlussrunde

13.00-14.00 Uhr **Mitagessen & Abreise**

**Detaillierte Informationen zu den Workshops unter
lab.coach-koeln.de/erc2025**

Bewerbungs-Link:

<https://forms.office.com/e/2xHX9fcvTg>

Bewerbungsfrist: 15. 10.2025

Ansprechpersonen:

Sima Nodjavan
nodjavan@coach-koeln.de

Safiya Yon
yon@coach-koeln.de

Ferdaous Kabteni
kabteni@coach-koeln.de

Alle Infos unter lab.coach-koeln.de/erc2025

KONTAKT

Eine Veranstaltung von

Coach e.V.

Gefördert durch



Stadt Köln

KURT & MARIA
DOHLE STIFTUNG



**Caritas
Stiftung**

im Erzbistum Köln