

SIMPLE

Integración social de migrantes y activación de itinerarios de aprendizaje y empleabilidad

Nuestra **S**imple historia



El proyecto SIMPLE nació debido a la escasez de métodos y herramientas innovadoras que apoyen el bienestar emocional de las mujeres migrantes. Nos centramos en la adaptación de métodos alternativos útiles para expresar eventos angustiosos pasados experimentados por una gran parte de los recién llegados, especialmente refugiados, durante sus viajes. Nuestras suposiciones se basan en los resultados de la investigación y las entrevistas realizadas con los operadores sociales de Suecia, Italia, España, Países Bajos, Alemania, y Reino Unido implicados en el proceso de recepción e inclusión.

Todos los resultados se recopilan y presentan en el primer Informe de investigación de SIMPLE, disponible en nuestra web: <https://www.simple-project.eu/>

LO QUE HAY DE NUEVO

1 - Nuestra historia

2 - Resultados de SIMPLE

HISTORIAS DE MIGRANES A TRAVÉS DE IMÁGENES

4 - CAMINOS HACIA LA INCLUSIÓN SOCIOECONÓMICA

5 - LO QUE TODA MUJER DEBE LLEVAR ...

6 - LOS EVENTOS DE SIMPLE



SIMPLE VISUAL NARRATIVE METHODOLOGY



Os presentamos....

Los resultados de SIMPLE



Disponible en el sitio web SIMPLE y en versión e-book

IO1: Informe europeo que identifica las prácticas existentes que apoyan el bienestar emocional de los recién llegados (libro electrónico)

IO2: Marco metodológico de la técnica narrativa no verbal SIMPLE (libro electrónico)

IO3: Manual para profesionales: materiales y herramientas "Historias de migrantes mediante el uso de imágenes" (libro electrónico)

IO4: Vías de aprendizaje para la inclusión socioeconómica: descripción de 3 talleres; (libro electrónico)

IO5: Guía de sostenibilidad

Todos los materiales se publican bajo la licencia Creative Commons: esta licencia permite distribuir, mezclar, adaptar y construir sobre el material en cualquier medio o formato solo con fines no comerciales, y siempre y cuando se acredite el creador. Si remezcla, adapta o construye sobre el material, debe atribuir el material modificado bajo una licencia en los mismos términos.

Principales objetivos del proyecto SIMPLE:

- Desarrollo de un método narrativo no verbal
- Desarrollo de 3 vías para la integración socioeconómica
- Pilotaje del método y de las vías de inclusión en los 6 países socios



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



STORIES THROUGH THE USE OF IMAGES, USING SHUAN TAN'S GRAPHIC NOVEL "THE ARRIVAL"

Silent Books have become a powerful TOOL for illuminating the individual lives and share real-life experiences of **MIGRATION**.



"I am safe"

Stabilization



"I am here"

Narration



"I am building my future"

Integration

Recordar para soportar

HISTORIAS DE MIGRANTES MEDIANTE EL USO DE IMÁGENES

Durante el proyecto SIMPLE, intentamos resaltar la importancia del **bienestar emocional** de un recién llegado, tan relevante como la asistencia material y la seguridad. La conciencia emocional y el bienestar pueden considerarse como un trampolín para una integración exitosa. El **empoderamiento y la autoconciencia** están en el centro de nuestro proyecto. En el "Manual para profesionales" (IO3), encontrará herramientas como "**la ventana de tolerancia**", narrativas visuales, p. Ej. "**La Llegada**" y otras prácticas de mindfulness, apoyan la regulación de las emociones, desarrollando la autoconciencia y con ello, mayores niveles de adaptabilidad, flexibilidad e independencia. Necesitamos **recordar para soportar**, enfocarnos conscientemente en cómo nos sentimos, identificar y nombrar las emociones para tener un sentido de comprensión y validación.

VISUALIZA el video que explica la herramienta la "**ventana de tolerancia**" en el canal YouTube de SIMPLE .

Mostramos conmovedoras historias basadas en la vida real de mujeres refugiadas **narradas con el uso de la técnica narrativa visual y la aplicación de imágenes del libro "LA LLEGADA" de Shaun Tan.**



#1_ITALY

SIMPLE non verbal narrative technique #1 ITALY

ASSESSMENT OF SKILLS

- Awareness about emotions, personal strengths and weaknesses;
- Identification of employability skills

SOCIAL MEDIA AWARENESS

- My social media presence
- awareness about digital footprint with gaming elements

SHOWCASE YOUR SKILLS

- Identification of skills for well-tailored CV
- Showcase of skills with Europass online
- Personal Portfolio Creation



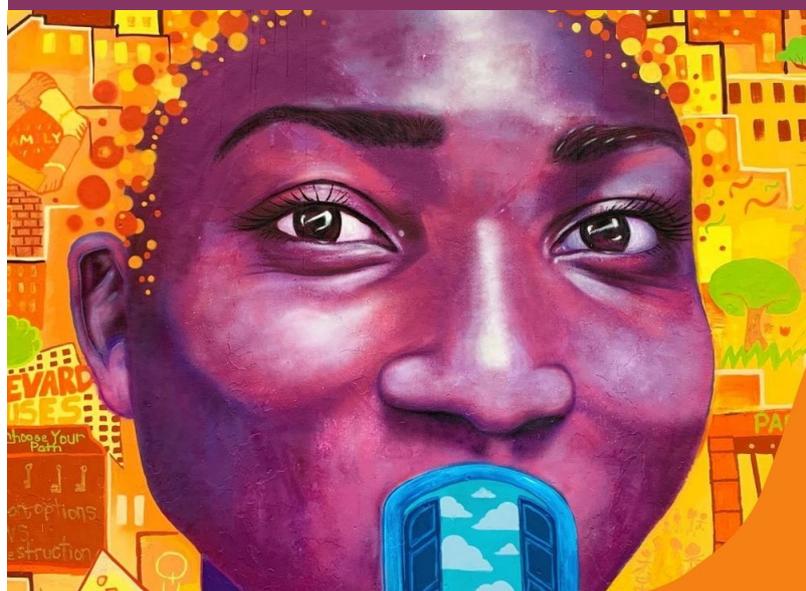
Vías hacia la inclusión socioeconómica

El proyecto SIMPLE proporciona a los profesionales que trabajan en el campo de la inclusión social un conjunto de herramientas gracias a las cuales los individuos (beneficiarios de la ayuda) pueden **reconstruir su capacidad de elección y recuperar la percepción de su propio valor**, sus potencialidades y oportunidades. IO4 Vías hacia la inclusión socioeconómica amplía la dimensión de las acciones de apoyo y extiende la intervención a las acciones centradas en el futuro que faciliten la inclusión económica de las mujeres nacidas en el extranjero. Esto incluye una **búsqueda activa de trabajo, preparación de CV, cursos cortos sobre el desarrollo de habilidades blandas enfocados en la marca personal y el uso consciente de las redes sociales.**

Lo que dijeron nuestros participantes después de los talleres:

- *"Pude volver a conectar con mis logros a través de una sesión bien estructurada".*
- *"Aprendí cómo adaptar y mejorar mi CV para el mercado del Reino Unido".*

Pictures: courtesy of Joel Bergner



Lo que toda mujer debe llevar...

REFLEXIONES, PENSAMIENTOS, COMENTARIOS DE LOS SOCIOS... ACERCA DEL PROYECTO SIMPLE, QUE SE ESTÁ TESTANDO EN EL REINO UNIDO

Este proyecto fue un gran éxito y nos complace haber podido permitir que tantas mujeres diferentes compartieran sus historias a través de métodos tan creativos.

La prueba piloto de IO3 consistió en un taller de narración de historias que exploró la atención plena y las herramientas basadas en el arte para fomentar una perspectiva positiva, una mayor resiliencia y una mayor confianza.

Compartimos muchos recursos, y lo mejor que surgió del taller fue este poema colaborativo de los participantes titulado "Lo que toda mujer debería llevar", que explora su viaje y hondas reflexiones sobre la identidad de migración.

What Every Woman Should Carry...

A sense of being whole, not a half of a whole,
Knowledge she is an artist with the ability to give birth to treasures
A sparkling jewel reflecting inner light

She journeys with a smile on her face,
With a positive mindset, a good heart and humour,
Humming a list of songs that feed her soul

With shoes or barefoot, she has distance to life and herself.
She is practical, has water
Drinks in new experiences

Has freedom, independence, ambition
Has her notebook with handwritten scrawls in the margins
Packs a FUD, (female urination device)!

To remind her she is unique
ID and keys to her safe place
A rainbow packed with dreams and a tissue to share with her favourite sisterhood

In cautious alert mode she holds her pocket knife
Conjures the lion heart of her father
Clutching a packet of seeds to plant new trees

The touch of her mother
Floats her big smile, confidence, curiosity, empathy
Power to disconnect when she wants

Her energy thrums to the tune of her goals
She views life differently
More questions than certainties... is happy.

- Written by the women of the SIMPLE training.

Lo que nuestros increíbles participantes dijeron:

- *“Una excelente discusión sobre la narrativa personal. Actualmente estoy escribiendo algunos ensayos personales y encontré información excelente ”*
- *“Lo disfruté inmensamente y me encantó el poema. Mientras compartía mi foto me inspiré en los recuerdos y sentimientos al respecto y escribí un breve poema que me conecta con mis raíces y mi tierra ”.*
- *“Este taller me ayudó a tomarme un momento de mi vida para comprender mi entorno, relajarme un poco y expresar mis emociones a través del arte. Aprendí que solo necesito 2 minutos para encontrar la paz en mi vida.”*





Seeing comes
before words.

John Berger, Ways of Seeing

EVENTOS SIMPLE

Como parte del proyecto SIMPLE, cada país realizó un evento multiplicador para celebrar los éxitos y avances del proyecto. Se presentaron los resultados del proyecto durante los eventos para mostrar el trabajo realizado a escala internacional. Se invitó al público en general, incluidos políticos, organizaciones y profesionales y operadores que tratan con migrantes en el proceso de recepción. Los eventos se organizaron en dos partes: la primera parte de la sesión fue teórica, con una descripción del proyecto y sus actividades; y la segunda parte fue práctica. Los participantes pudieron tener una experiencia práctica con los materiales y relacionarlos con ellos mismos o con su propia práctica. En general, el evento fue un gran éxito y una forma útil de difundir el proyecto SIMPLE, sus productos y materiales, apoyando la sostenibilidad del proyecto.

MULTIPLIER EVENT SIMPLE VISUAL NARRATIVE METHODOLOGY



"Yo, como mujer de un país extranjero, por lo general escucho a familiares y amigos que es realmente difícil conseguir un trabajo que me convenga, ya que este no es mi país de origen, oír esto duele y a la larga lo he estado asimilando. La sesión de SIMPLE me ayudó a resaltar esos miedos y ahora tengo que esforzarme en superarlos":
comentarios de una participante



Integración social de migrantes y activación de itinerarios de aprendizaje y empleabilidad

imágenes: cortesía de Joel Bergner



[HTTPS://WWW.SIMPLE-PROJECT.EU/](https://www.simple-project.eu/)



@SIMPLE.PROJECT.COMUNITY