Positive Attitude, Brighter Future.

MATHARE GIRL POWER PROJECT

First Contribute Update June 2022

Onze doelen en doelstellingen

- Meisjes uit gezinnen met lage inkomens toegang geven tot hoogwaardig onderwijs en jonge vrouwen aanmoedigen leiderschapsrollen op zich te nemen en deel te nemen aan besluitvorming platforms.
- Leren verbeteren, burgerbetrokkenheid bevorderen en gemeenschappen in hun kleine dorpen ontwikkelen door maatschappelijke behoeften aan te pakken
- Een relatie tot stand brengen tussen lokale gemeenschappen en onderwijsorganisaties zoals scholen.
- Helpen bij de ontwikkeling van sleutel-talent door middel van loopbaanontwikkeling, onderwijs en leren, alsmede grotere betrokkenheid.
- Voor meisjes om hun horizon te verbreden en hun werkelijke potentieel te realiseren.
- Meisjes een grondig begrip van hun rechten bij te brengen.
- Meisjes aanmoedigen om het leven verder te zien dan hun huidige omstandigheden, om te streven naar meer succes, en om buiten de gebaande paden te denken.

Onze Doelen en Doelstellingen voor 2022

Mentorschap Programma - Dankzij de steun van Contribute zijn we nu in staat om ons mentorschap programma op onze scholen voort te zetten en meer meisjes aan te moedigen om ons programma te volgen. We willen in staat zijn om het probleem van menstruatie-armoede op onze scholen actief te bestrijden door sanitaire producten te verstrekken aan de meisjes die zich inschrijven voor ons programma, wat hen zal aanmoedigen om naar school te komen, op school te blijven en te profiteren van een opleiding.

Opleiding - We zullen ook nieuwe mentoren opleiden die in de scholen en ook in de bredere gemeenschap zullen kunnen werken, wat de gemeenschap ten goede zal komen.

Outreach - We zullen ook in staat zijn om het bereik van onze Empowerment programma's uit te breiden en een outreach programma op te zetten in landelijke gebieden waar meisjes zeer slecht toegang hebben tot onderwijs. Via onze gemeenschapsactiviteiten willen we onze programma's verspreiden naar plattelandsdorpen in de districten Turkana, Kajiado, Pokot, Kisumu en Isiolo.

Voedselprogramma - We zijn zo dankbaar voor de hulp van Contribute om fondsen te verstrekken voor ons voedselprogramma. Dit betekent dat we ontbijt kunnen blijven geven aan de 4000 kinderen op onze 10 scholen. De impact van de pandemie is zo groot geweest voor arme gezinnen, dat de noodzaak om kinderen te blijven voeden nog steeds groot is.

Girl Power Training/Adviescentrum - We gaan op zoek naar een geschikte ruimte om te huren die gebruikt zal worden als een plek om onze activiteiten te organiseren en te coördineren, mentoren op te leiden, workshops te geven en gebruikt zal worden als adviescentrum voor vrouwen in de gemeenschap. Het zal een veilige omgeving bieden voor vrouwen en meisjes om hulp en steun te krijgen. Het hebben van een "basis" zal mensen ook helpen om ons te vinden, aangezien we regelmatig om ons adres worden gevraagd als het woord zich verspreidt over ons project in de bredere gemeenschap.

Onze activiteiten tot nu toe

Mentorschap Programma op onze 10 scholen in Nairobi:

Ons doorlopend mentorschap programma pakt de volgende problemen aan: op gender gebaseerd geweld (GBV); vroege en kindhuwelijken; Vrouwelijke Genitale Verminking; menstruatie-management en hygiëne; riskant seksueel gedrag; spijbelen, drugsmisbruik en ander negatief gedrag; onderwerping van meisjes en vrouwen in stedelijke arme gemeenschappen; en het aanleren van levensvaardigheden en academische prestaties.

Ons Rural Outreach Project gaat van start:

Ons mentorschap programma voor het platteland is van start gegaan in 5 verschillende districten. De betrokken scholen zijn:

i. Olepolos Lagere school
ii. Lodariak lagere school
iii. Kiserian Lagere school
iv. Bright Educatief Centrum school
v. Malezi bora lagere school
vi. Lodwar Gemengde school
vii. Napuu Lagere school
viii. Alfred Powery school
ix. Okanja lagere school
x. Osino lagere school
xi. Kowuor lagere school
xii. Kambi Gabra lagere school
xiii. Bula lagere school
xiv. Tumaini lagere school.

Dit zijn plattelandsscholen die in het binnenland liggen en niet dicht bij steden. We hebben ze bezocht en ons empowerment programma geïntroduceerd. In deze scholen zijn de aangewezen leraren eerst getraind of georiënteerd op het leerplan van het programma, zodat ze daarna met onze mentoren kunnen werken. We zullen ze maandelijks bezoeken en lessen en trainingen geven.

Menstruatie armoede

Het gebruik van maandverband tijdens de menstruatie is een voorbeeld van hygiënische menstruatie praktijken. Helaas hebben de meeste vrouwen en adolescente meisjes geen toegang tot deze essentiële producten die hen helpen hun menstruatie gezond te houden, omdat ze te duur zijn of omdat ze niet beschikbaar zijn, vooral in plattelands gebieden, wat leidt tot onhygiënische menstruatie praktijken, waaronder het gebruik van tissuepapier, kranten of vodden.Tegen deze achtergrond zijn we erin geslaagd om 1500 meisjes in het stedelijke sloppenwijk mentorschap programma met maandverband, en 600 meisjes op het platteland met maandverband, herbruikbare maandverbanden, en menstruatie cups te bereiken.

Tijdens deze periode worden de meisjes begeleid door de vier fasen van de menstruatiecyclus en krijgen ze uitleg over lichaamshygiëne.

We hebben ook ondergoed aan sommige meisjes gedoneerd omdat we ontdekt hebben dat de meeste meisjes geen ondergoed hebben. Alleen maandverband geven zonder ondergoed was een uitdaging, omdat ze hand in hand gaan. We zullen veel meer ondergoed nodig hebben om uit te delen.

Deze menstruele hygiëne sessies worden maandelijks gehouden, zodat we het belang van reinheid bij onze meisjes kunnen blijven benadrukken.

Onze voedingsprogramma

Ons voedselprogramma vindt dagelijks plaats binnen onze scholen. Onze kinderen krijgen hun ontbijt elke dag van maandag tot zaterdag om 10.00 uur tot 10.30 uur.

Dit programma is zo nuttig voor hen, omdat het voor velen de enige maaltijd is voor deze kinderen. Ze moeten een heel eind reizen en 's morgens heel vroeg vertrekken, want ze moeten al om 6.30 uur op school zijn. Voor arme gezinnen is het moeilijk om voor een ontbijt te zorgen.

Onze methodologie

Mentorschap Programma in onze 10 scholen in Nairobi

- De mentorschap en outreach programma's worden gecoördineerd met onze getrainde mentoren en de door de school aangewezen leraren, en sessies in de scholen worden overzien door de directeuren of de hoofd-leraren van de school.
- De mentoren gebruiken rollenspellen, focusgroep discussies en klassen-presentaties om het leuker en aantrekkelijker te maken voor de meisjes.
- We gebruiken sticky notes om vragen op te schrijven en flip charts voor diagrammen, wat het eenvoudig maakt en het terugbrengt tot een taal die de meisjes kunnen begrijpen.
- De meisjes krijgen wekelijks lessen van docenten en mentoren, volgens ons curriculum en ons menstruatie workshops.

Ons Outreach Programma

Onze programma's op het platteland liggen allemaal op 5 tot 8 uur reizen van Nairobi. De mentoren besteden bijna een hele dag aan de reis naar het platteland, waar ze accommodatie en maaltijden zoeken. ‘s Avonds rusten ze uit, en na het diner hebben ze een kleine bijeenkomst om door te nemen wat er de volgende dag in de scholen zal worden onderwezen. Na het ontbijt gaan ze aan boord van een matatu (busje) naar de dorpsschool, waar ze de aangewezen leraar ontmoeten die

helpt bij de coördinatie en logistiek van het samenbrengen van de meisjes in een klas waar de sessies zullen worden gehouden.

- De sessies beginnen dan met introducties van de hoofdleraar, de mentoren en de leerling. Dit komt na de inleidingen over het onderwerp van de dag, het doel van het onderwerp, en de lessen die na het onderwerp te leren zijn. De sessie wordt tussentijds onderbroken met 'ijsbrekers', rollenspelen en liedjes die verband houden met het thema van de dag.
- Aan het einde van de sessie wordt een vraag- en antwoordsessie gehouden om te testen of de meisjes de sessie begrepen hebben, en de meisjes krijgen dan maandverband, waar ze allemaal reikhalzend naar uitkijken. Het is het hoogtepunt van alles.
- Dit is de methode die in alle scholen wordt gebruikt. Na de sessies keren de mentoren terug naar hun accommodatie en bereiden ze zich voor om de volgende dag naar Nairobi terug te keren. Vanwege de afstand hebben zij voor dit programma 5 dagen nodig. (2 dagen reizen, 3 dagen op de school)
- Invoering van een leerplan dat van vitaal belang is voor de gezondheid en het welzijn van meisjes die in extreme armoede leven in zeer rurale gemeenschappen.
- In de plattelandsscholen gebruiken we meer focusgroep discussies om de meisjes zover te krijgen dat ze zich openstellen. Meisjes zijn verlegen en gereserveerd in de plattelandsgebieden.
- Dit concept is totaal nieuw voor deze gebieden, voor leerkrachten en leerlingen, maar met de hulp van getrainde leerkrachten en onze mentoren, wordt ons lesprogramma beschikbaar gemaakt voor meisjes die anders geen onderwijs zouden krijgen.
- Het gebruik van rollenspellen en discussies heeft het voor de meisjes gemakkelijk gemaakt om mee te doen.

Menstruatie armoede

Armoede tijdens de menstruatie, een enorm probleem dat ons na aan het hart ligt. Armoede betekent geen geld voor maandverband. Armoede betekent ook en gebrek aan schoon water en is een onderwerp dat we aanpakken tijdens onze menstruatie workshops en lessen uit het lesprogramma. Dat doen we maandelijks.

- Ze leren over de menstruatiecyclus en goede menstruatie hygiëne.
- De meisjes krijgen ook maandverband en leren hoe ze dat moeten gebruiken, zodat jonge meisjes die op 12-jarige leeftijd beginnen met menstrueren, begrijpen hoe ze te werk moeten gaan en hoe ze voor zichzelf moeten zorgen in deze periode.
- We helpen de meisjes hun menstruatiecycli bijhouden, zodat we hen in die periode kunnen bijstaan en ervoor kunnen zorgen dat de meisjes die niet naar school gaan vanwege de menstruatie nu wel op school kunnen zijn.

Ons voedingsprogramma

Al onze scholen hebben mentoren toegewezen gekregen voor een betere coördinatie onder toezicht van de schoolhoofden.

De mentoren houden toezicht op het proces en zorgen ervoor dat de ingrediënten aanwezig zijn, dat het ontbijt wordt klaargemaakt en uitgedeeld aan al onze kinderen in elk van onze scholen

<u>De voordelen van onze activiteiten</u>

Mentorschap Programma in onze 10 scholen in Nairobi

- We leiden meisjes op en stellen hen daardoor in staat zichzelf te versterken en hun levenskansen te verbeteren.
- Meer opgeleide meisjes en vrouwen zullen leiders willen zijn, waardoor het leiderschap en de ondernemingscapaciteit van een land toenemen.
- Als meisjes studeren, gaat de economische groei sneller.

- Meer rechtvaardig onderwijs betekent meer economische empowerment voor vrouwen door meer gelijke kansen op werk.
- Meer opgeleide meisjes en jonge vrouwen zijn gezonder als volwassenen.
- Hogere slaagpercentages op middelbare scholen
- Grotere aanwezigheid
- Groter gevoel van eigenwaarde en zelfvertrouwen
- Verbeterd gedrag, zowel thuis als op school

Ons Outreach project op het platteland

- Onderwijs voor meisjes die anders geen toegang zouden hebben tot kwaliteitsonderwijs
- Empowerment van meisjes in arme plattelandsgemeenschappen.
- Ons programma draagt bij aan gezondere relaties en keuzes in levensstijl
- Meisjes hebben een betere houding ten opzichte van school en studie
- De introductie van ons mentorschap programma verbetert het gevoel van eigenwaarde en het zelfvertrouwen van meisjes
- Verbeterd gedrag, zowel thuis als op school
- Het bouwt sterkere relaties op met ouders, leraren en leeftijdsgenoten
- Verbeterde interpersoonlijke vaardigheden
- Verminderde kans om te beginnen met drugs- en alcoholgebruik
- Afname van het aantal HIV/Aids besmettingen onder tienermeisjes.
- Minder tienerzwangerschappen

Menstruatie armoede

We verstrekken maandelijks maandverband om de gezondheid en waardigheid van de meisjes in onze programma's te beschermen.

- Het verstrekken van maandverband zorgt ervoor dat de meisjes naar school gaan en zo de armoedecirkel doorbreken.
- Het beschermen van de reproductieve gezondheid van meisjes om hen te vrijwaren van ongepaste en schadelijke menstruatie praktijken.
- Het verminderen van de risico's op urogenitale ziekten veroorzaakt door slechte hygiëne
- Het voorkomen dat meisjes lijden onder slechte psychosociale resultaten als gevolg van een gebrek aan toegang tot maandverband.
- Het verminderen van het risico dat meisjes worden uitgebuit of erger nog, verhandeld om zoiets simpels als toegang tot maandverband.
- Voorlichting aan onze meisjes over menstruatiecycli en de gezondheid van vrouwen, zodat ze zich bewust zijn van veilige menstruatie praktijken.

Onze voedselprogramma.

- Kinderen een eenvoudige maar gezonde voeding geven, zodat ze gezond kunnen groeien en ontwikkelen.
- Helpen kinderen te beschermen tegen voedingsziekten.
- Het energieniveau van de leerlingen verhogen.
- Bieden hulp aan de ouders en voogden van de kinderen.
- Het helpen van de gemeenschap om de armoede te ontstijgen
- Het verbeteren van de voeding en de ontwikkeling van kinderen over de generaties heen.
- Schoolmaaltijden zijn vooral gunstig voor meisjes: ze worden gestimuleerd om langer op school te blijven, het huwelijk uit te stellen en de kans op tienerzwangerschappen te verkleinen.

Oprichting van ons Opleidings-/Adviescentrum

- Alle meisjes zullen het adviescentrum gebruiken als een veilige ruimte waar ze zich op hun gemak voelen, waar ze hun gedachten en gevoelens volledig kunnen uiten zonder bang te hoeven zijn om belachelijk gemaakt te worden, en waar naar hen geluisterd zal worden en oplossingen gevonden zullen worden.
- De ruimte zal worden gebruikt als Girl Power-ontmoetingsplaats, waardoor de kosten van het huren van een zaal worden bespaard.
- De ruimte biedt ook onderdak aan docenten en ouders die de bijeenkomst met de mentoren bijwonen.
- De ruimte kan worden gebruikt voor workshops en trainingen voor het programma, maar ook voor focusgroepdiscussies met meisjes en intergenerationele dialoog.

<u>De volgende stap</u>

Het voortzetten van het wekelijkse voedselprogramma, dat loopt van maandag tot zaterdag in onze stedelijke scholen.

- Ons mentorschap programma voortzetten en mentorschap op onze scholen aanmoedigen
- Deelnemen aan de volgende ronde van ons Rural Outreach project in de dorpen binnen de vijf districten.
- Een monitoring- en evaluatie sessie houden tijdens het eerste en tweede kwartaal met docenten, mentoren en trainers
- Onderzoek doen naar mogelijke locaties waar we een stuk land kunnen verwerven om gewassen te verbouwen om in ons voedselprogramma te voorzien. We willen dat dit voedselprogramma duurzamer wordt voor de toekomst en minder afhankelijk van de marktkrachten met stijgende prijzen.

CONTRIBUTE