

تم تنفيذ ورشتين تدريبية حول المهارات الحياتية استهدفت (33 من عاملات المنازل من مختلف الجنسيات) وذلك بتاريخ (2024/11/8 – 2024/11/15).

تناولت الورشات حقوق العمال المنزليين المهاجرين ومهارات الحماية، حيث تم التركيز على الحماية القانونية، التواصل الفعال، والرفاه الشخصي. تم شرح قانون العفو العام وآليات الاستفادة منه، مع التوعية بمخاطر الاستغلال أثناء تسوية الوضع القانوني وأهمية الالتزام بعقود العمل وقوانين العمالة المنزلية. كما تمت مناقشة سبل الوصول إلى العدالة، التحديات المرتبطة بها، وطرق تجاوزها. شملت الجلسة الثانية تطوير مهارات الاتصال الفعال، التفاوض، التأكيد والرفض، اتخاذ القرار، والعناية بالصحة العقلية لمواجهة ضغوط العمل والحياة. أما الجلسة الثالثة فركزت على إدارة العواطف وتعزيز المرونة النفسية لمكافحة الاكتئاب والقلق.

