

**NB!**

**Tilbudet er gratis** og åpent for alle kvinner og barn.

Alle aktiviteter er lagt opp slik at de passer til **alle aldersgrupper**.

**Endringer** og tilføyelser i programmet vil bli publisert på Facebook.

**Ta med** egen mat og klær etter været til alle turene. Det kan være lurt å ha med ekstra skift til barn de dagene vi skal være i naturen.

**Spørsmål og påmelding** ring 22 11 69 20 eller skriv [administrasjon@mirasenteret.no](mailto:administrasjon@mirasenteret.no) (Husk navn, antall personer og telefonnummer)

**Følg oss på Facebook eller Twitter!**

[www.facebook.com/mira.senteret](http://www.facebook.com/mira.senteret)

[www.twitter.com/MiraSenteret](http://www.twitter.com/MiraSenteret)



**MiRA-Senteret**

Storgata 38 (4. etg.)

0182

Telefon: 22116920

E-post: [administrasjon@mirasenteret.no](mailto:administrasjon@mirasenteret.no)

Hjemmeside: [www.mirasenteret.no](http://www.mirasenteret.no)

## **SOMMERAKTIVITETER 2012**

For kvinner og barn

MiRA-senteret holder åpent hele sommerferien og inviterer kvinner og barn til å bli delta på ulike aktiviteter

Tilbudet er **gratis**



# SOMMERAKTIVITETER

## Før kvinner og barn

### Fiske krabber!



Hvor mange krabber kan du fange? Hvor store og hvor små krabber kan vi fange? Bli med og finn ut av det! Vi drar til Bygdøy, går en liten tur i skogen, koser oss på stranden og undersøker hva vi kan fange i havet.

Ta med strandteppe og matpakke, vi tar med fiskeutstyr.

**Dato:** fredag d. 13. juli

**Oppmøte:** Kl 11.00 på MiRA-Senteret(Storgt 38, 4.etg)

**Påmelding** ring 22 11 69 20 eller send e-post til [administrasjon@mirasenteret.no](mailto:administrasjon@mirasenteret.no)

### Norsk folkemuseum

Er du nysgjerrig på hvordan man levde i Norge for 500 år siden, hvordan husene var bygget, hvilke dyr de hadde og hvordan klærne så ut? Bli med på en koselig tur til Norsk folkemuseum.



**Dato:** tirsdag d. 17. juli

**Oppmøte:** Kl 11.00 på MiRA-Senteret (Storgt 38, 4.etg)

**Påmelding:** ring 22 11 69 20 eller send e-post til [administrasjon@mirasenteret.no](mailto:administrasjon@mirasenteret.no)

### Båttur til Hovedøya

Hovedøya er en spennende øy med variert terreng og rik på kulturminner. Denne turen byr på mye forskjellig:

Seiltur i Oslofjorden, besøk til gamle ruiner og piknik på stranden.

**Dato:** tirsdag 24. juli

**Oppmøte:** Kl 10.30 på MiRA-Senteret(Storgt 38, 4.etg)

**Påmelding:** ring 22 11 69 20 eller send e-post til [administrasjon@mirasenteret.no](mailto:administrasjon@mirasenteret.no)



### Salamanderdammen – hvilke dyr lever der?

Lillomarka er et kjempefint turområde med gode stier, mange grønne planter og forskjellige dyr.

Ikke langt inne i skogen finner man salamanderdammen, hvilke små dyr tror du vi finner der? – Bli med og finn ut av det! Er vi heldige kan det være vi også får se hester og kuer.

**Dato:** torsdag 26. juli

**Oppmøte:** Kl. 11.00 på MiRA-Senteret(Storgt 38, 4.etg)

**Påmelding:** ring 22 11 69 20 eller send e-post til [administrasjon@mirasenteret.no](mailto:administrasjon@mirasenteret.no)

