

Aktivitetsplan høsten 2015

Åpent hus kl.15-19



M i R A

Hver onsdag fra kl.15.00 til 19.00 har vi åpent hus på MiRA-senteret. Her kan du komme innom for å slå av en hyggelig prat, møte andre kvinner, eller være med på aktiviteter.

September

Onsdag 23.september: Film om rasisme med påfølgende diskusjon

Onsdag 30.september: Quiz om tvangsekteskap

Oktober

Onsdag 7.oktober: Temamøte om praksisplass

Onsdag 14.oktober: Alt om jomfruhinnen - "Redd for å miste jomfruhinna"

Onsdag 21.oktober: Temamøte om familiegjenforening

Onsdag 28.oktober: Strikk og hekling

November

Onsdag 4.november: Temamøte om kvinner og menneskerett

Onsdag 11.november: Stress ned med fargelegging

Onsdag 18.november: Temamøte om diskrimineringsvernet

Onsdag 25.november: «Violence against women day» - Workshop om vold mot kvinner

Desember

Onsdag 2.desember: Hårflettekurs/kreativt verksted

Onsdag 11.desember: Filmkveld – «Norske verdier sett med minoritetsjenters øyne»

Mødre som veiledere

Vi tilbyr veiledningskurs og workshops for mødre med minoritetsbakgrunn, slik at kvinnene kan veilede andre kvinner i sine nærmiljø etter at de gjennomført kurs hos oss. Kursserien har som mål å øke kvinners kunnskapsnivå om egne og barns rettigheter, samt å styrke empowerment, livsglede og deltagelse blant mødre med minoritetsbakgrunn.



Oktober

Torsdag 1.oktober: Kurs med Tom Sydhagen om barneoppdragelse og oppvekstvilkår
Kl. 12.00 – 14.00 i Mortensrud Frikirke

Tirsdag 6.oktober: Workshop
Kl.12.00 til 14.00 på MiRA-senteret

Torsdag 15.oktober:
Kurs med Johanna om rettigheter i arbeidslivet
Kl. 17.00-19.00 (sted ikke bestemt enda)

Torsdag 22.oktober: Workshop
Kl. 17.00-19.00 på MiRA-senteret

Torsdag 29.oktober:
Kurs med Tom Sydhagen om barneoppdragelse og oppvekstvilkår
Kl.12.00-14.00 (sted ikke bestemt enda)

November

Tirsdag 3.november: Workshop
Kl.12.00-14.00 på MiRA-senteret

Torsdag 12.november: Kurs med Inge Ås i hvordan å håndtere stress
Kl.12.00-15.00 (sted ikke bestemt enda)

Mandag 16.november: Workshop
Kl.12.00-14.00 på MiRA-senteret

Torsdag 26.november: Kurs med Inge Ås i kommunikasjon
Kl.12.00-15.00 (sted ikke bestemt enda)

Desember

Tirsdag 1.desember: Workshop
Kl.12.00-14.00 på MiRA-senteret