

MARTE NETTVERKSSENTER for aleneforeldre

NOVEMBER 2025

➤ TIRSDAGER: KL.16:30-19:30 - åpen dør

Middag og aktiviteter for foreldre og barn.

- 04.nov Vi tar morsomme bilder av oss med polaroidkamera
- 11.nov Vi besøker Deichman bibliotek
- 18.nov Vi har bingokveld med premier
- 25.nov Vi danser ulike danseleker

➤ ONSDAGER: KL.16:30-19:30 - påmelding

Middag og ulike aktiviteter for foreldre og barn.

- 05.nov Barna lærer strikking og hekling/Kahoot for foreldre
- 12.nov Barna maler/Yoga for foreldre
- 19.nov Filmkveld for barna/Samtalegruppe for foreldre
- 26.nov Spillekveld for barna/Krisesenteret kommer på besøk og holder foredrag om temaet vold i nære relasjoner

➤ TORSDAGER: KL.11:00-14:00 - Åpen dør foreldretreff

Aktivitet kun for foreldre dagtid

- 06.nov Smak på lunsj fra et annet land (*påmelding)
- 20.nov Vi har «SPA dag» med neglestell og ansiktsmaske

➤ SØNDAGER: ca. KL.11-15 - Aktiviteter

Aktiviteter for foreldre og barn. Påmelding.

- 02.nov Søndagsmiddag hjemmelaget pizza / Brettspill og puslespillkonkurranse (Kl.14:30-17:30)
- 16.nov Grilling i lavo i Skådalen
- 23.nov Vi besøker Nasjonalmuseet og deltar på familieverkstedet: «Mal din egen tallerken»

KONTAKT OSS:

Tlf: 926 22 901

epost: marte@redcross.no

Urtegata 50, 0187 OSLO

Link til påmelding sendes ut til alle registrerte deltakere.

Vil du registrere deg som deltaker?

Send en e- post til: marte@redcross.no.