

# Välkommen till Empowerment Thursdays

Göteborgs Stadsmission och Fryshuset bjuder tillsammans in till självstärkande grupper för kvinnor, tjejer och ickebinära. Vi erbjuder ett tryggt rum där du kan prata om dina känslor och upplevelser med andra som delar liknande erfarenheter utifrån beprövade program. Grupperna leds av utbildade gruppledare.

**När:** Åtta torsdagar med start 14:e september 2023, kl 16-18

**Var:** Drottninggatan 33, Göteborg

## **GRETA – samtalsgrupp för dig som upplevt våld**

Gruppen vänder sig till kvinnor och ickebinära som upplevt våld i en nära relation. Syftet med gruppen är att deltagarna bättre ska förstå och hantera sina egna och anhörigas reaktioner på det våld en varit utsatt för.

I samtalsgruppen får deltagarna lära sig mer om våld och hur våldet påverkar de som utsätts och ges möjlighet att prata om sina känslor och upplevelser med andra med liknande erfarenhet. Du är inte ensam!

Samtalsgruppen träffas vid åtta tillfällen med olika teman så som "Vad är våld?", "Normalisering" och "Vad är egentligen kärlek för mig?"

Samtalsgruppen anordnas av Nadja-mottagningen på Göteborgs Stadsmission och leds av två gruppledare med lång erfarenhet av att möta våldsutsatta personer.

Möjlighet till barnpassning finns i parallell barngrupp där barnen får möjlighet att pyssla, prata och leka.

*Anmälan:* Du kan anmäla intresse eller ställa frågor genom att kontakta oss. Nadja-mottagningen: 020-81 00 00 eller e-post: [nadja@stadsmissionen.org](mailto:nadja@stadsmissionen.org)  
Sista anmälningsdag är den 4:e september

## **United Sisters**

United Sisters är en feministisk och intersektionell verksamhet för dig som är tjej eller ickebinär mellan 12 - 20år.

Varje person ska kunna vara den hen själv är och vill och göra det just hen vill. United sisters arbetar för att skapa trygga rum, där du kan hänga och träffa andra och prata om självkänsla, självutveckling och normer. Ett rum att prata om exakt det du vill!

United Sisters har utbildade gruppledare som arbetar med metoder och övningar utifrån ett metodmaterial framtaget för gruppens behov och önskemål.

*Anmälan:* Du kan anmäla intresse eller ställa frågor genom att kontakta oss: 0760 01 08 16 eller e-post: [stephanie.cerqueira@fryshuset.se](mailto:stephanie.cerqueira@fryshuset.se)  
Sista anmälningsdag är den 4:e september

**GÖTEBORGS  
STADSMISSION**

**FRYSHUSET**