



Velkommen til workshopen

Frihet – JA!

Thon Hotel Orion
Adresse: Bradbenken 3, 5003 Bergen

Fredag 12. og lørdag 13. november 2021

*Hva betyr frihet for meg?
Forstår vi klarer hva frihet er, hvis vi har erfart hvordan det er å ikke ha den?
Hva er sosial kontroll?
Hvordan påvirkes vi av kultur? Kan vi skape ny kultur?
Hva er menneskerettigheter?
Hvilke kvinnelige forbilder finnes? Er jeg selv et forbilde?
Kan jeg selv lære opp andre kvinner?*

Disse spørsmålene er bare noen av dem som står i sentrum på workshopen *Frihet - JA!*. Gjennom to spennende dager vil et tyvetalls kvinner arbeide sammen i grupper, samtale, gjøre øvelser og forhåpentligvis få ny kunnskap og mange nye tanker.

Som deltaker...

- blir du kjent med mange andre kvinner
- får du kunnskap om kvinners rettigheter og likestilling
- får du deltakerdiplom
- får du mulighet til å samarbeide videre med Menneskerettighetsakademiet og selv organisere opplæringsaktiviteter for kvinner i ditt nærmiljø

Kurset er gratis og inkluderer servering begge dagene. Kaffe og te med mer, wraps med kylling eller vegetar på fredag ettermiddag og lunsjbuffé lørdag formiddag.

Meld deg på!

**For påmelding, spørsmål eller mer informasjon,
ta kontakt med prosjektkoordinator Elsa Yohannes Samuel på
mobil 95894021 eller e-post elsa@mr-akademiet.no**



Program workshop

Fredag 12. november 14.00 - 19.00

- Velkommen
- Frihet - JA! Refleksjon og samtale i plenum
- Hvilke frihet er viktigst? gruppearbeid om frihetens ulike sider
- Hva sier menneskerettighetene og norske lover?

Pause med wraps (kylling eller vegetar)

- Mennesker i grupper. Øvelse
- Å ta vare på hverandre, eller kontrollere? Gruppearbeid med analyse av ulike situasjoner
- Ett minutt. Energilader
- Avrundning

Lørdag 13. november 09.00 - 15.30

- Stå på linje og si navn
- Kulturer i endring. Refleksjon og gruppearbeid
- Kort om kvinners menneskerettigheter
- Tidslinje om milepæler i kvinnehistorien. Gruppearbeid med bilder

Dagens lunsj 12.00

- Hvor mye skal barn få lov til å bestemme? Om barneoppdragelse
- Dialogøvelsen. Diskusjon om aktuelle dilemmaer
- Evaluering
- Avslutning med diplom

Pauseserveringer med kaffe, te med mer begge dagene

Kursledere

- **Lillian Hjorth**, daglig leder i Menneskerettighetsakademiet
- **Elsa Yohannes Samuel**, prosjektkoordinator i Menneskerettighetsakademiet

Where after all do human rights begin? In small places, close to home – so close and so small that they cannot be seen in any maps of the world.

Eleanor Roosevelt

FRIHET

JA!

Om prosjektet Frihet – JA!

- I 2021 og 2022 skal Menneskerettighetsakademiet (MRA) og partnere organisere en rekke workshops, en nasjonal holdningskampanje og flere andre aktiviteter for kvinner og menn i minoritetsmiljøene, samt for pedagoger som har integrering som fagfelt.
- To-dagers workshops og andre aktiviteter skal gjennomføres i Agder, Viken, Troms og Finnmark, Trøndelag, Rogaland, Oslo og Vestland.
- Workshopene er basert på den nyutviklede pedagogikken i håndboken *Frihet, JA!*, som MRA fikk støtte av Integrerings- og mangfoldsdirektoratet (IMDI) til å utvikle i 2020. Gjennom workshopene og veiledning i bruk av håndboken, er målet at flere deltakere selv skal gjennomføre opplæring i egne nærmiljøer.
- Målet med *Frihet, JA! - prosjektet* er å øke respekten for menneskerettighetene og bekjempe negativ sosial kontroll. Prosjektet vil styrke kvinner og menn til å ta selvstendige valg, gi informasjon og veiledning til foreldre, samt mobilisere til forebyggende arbeid. På lengre sikt forventer vi at respekten for menneskerettighetene og norsk lov øker i miljøer preget av negativ sosial kontroll, noe som vil være fundamentalt viktig for livsutfoldelsen til dem det gjelder.
- I tillegg til MRA, er partnere i prosjektet Stiftelsen Mangfold i arbeidslivet (MiA) og Agder fylkeskommune v/Agder for alle.

Frihet, JA! er støttet av Integrerings- og mangfoldsdirektoratet (IMDI)

Om Menneskerettighetsakademiet

Den ideelle stiftelsen Menneskerettighetsakademiet (MRA) ble etablert i 2008 og arbeider i Norge og utlandet. Gjennom kurs og undervisningsvirksomhet, prosjekter, rådgivning og ekspertise, utvikler vi demokratisk kompetanse, økt respekt for menneskerettighetene og mer inkluderende fellesskap. MRA er medlem av Nasjonalt museumsnettverk for demokrati og menneskerettigheter, NGO-forum for menneskerettigheter og Nettverk for holdningsskapende formidling om demokrati, fred og menneskerettigheter. MRA er også medlem av DARE-nettverket (Democracy and Human Rights Education in Europe). MRA har kontorer i Frivillighetshuset på Tøyen i Oslo, sammen med en rekke andre frivillige organisasjoner.

www.menneskerettighetsakademiet.no