

# Erfaringsudveksling

## Intro

Én gang om måneden mødes Bydelismødrene for at udveksle erfaringer, lytte til hinanden, lære af hinanden, støtte hinanden og hjælpe hinanden.

Der er mange måder at gøre det på, her er et eksempel på hvordan man kan gøre.

## Formål:

- At fastholde motivationen
- At synliggøre den forandring Bydelismødre er med til at skabe

Det tager ca 30 minutter alt efter hvor mange i er

## Sådan gør I:

Vælg en mødeleder der holder øje med tiden.

## Tal sammen to og to:

- Sæt jer sammen to og to
- Vælg hvem der først skal fortælle
- Fortæl om en oplevelse, hvor du oplevede, at det du gjorde som Bydelismor, forandrede noget for en kvinde.
- Hvad gjorde du?
- Hvad gik godt?
- Hvad var det sværeste?
- Kunne du have gjort noget andet?
- Kunne nogen have hjulpet eller støttet dig?
- Hvad har du lært?

Når der er gået 10 minutter, beder jeres mødeleder jer om at bytte roller. Nu er det den anden Bydelismor, der fortæller.

## Udfyld samtale-skema:

Udfyld et skema for hver samtale, I har haft

## Fælles runde:

- Sæt jer i en rundkreds eller rundt om et bord
- Fortæl en efter en: Det nye, I har lært idag
- Det, I synes var særligt interessant

