



2020-11-01

## #Nyhetsbrev 26 – Jämställdhetsbutikens

Hej!

Hoppas ni har det bra i höstrusket. Själv älskar jag den här tiden då det är helt okej att mysa inne, läsa böcker, pussla, skriva och göra sådant som jag tycker om att göra. Samt vad jag njuter av de dagar när hösten bjuder på krispig höstluft med stänk av sol och favoritfärgen orange på skogens löv och att då få promenera med min hund Wilma som enda sällskap. Bättre mindfulness kan jag inte tänka mig.



Halloween bjuder också på orange, orange, orange och det är kreativitetens och energins färg vilket en kan behöva en extra dos av i höstmörkret. Och i år när vi inte kan umgås som vanligt blir hösten ännu mer hemmamysets tid. Så om ni kan ta vara på den och tanka energi inför julens krav, som troligtvis finns kvar även ett Corona år, så gör det. Förbered er med att läsa Jämställdhetsbutikens bok Määh... jag vill också vara med! Köp Djuphavsfisken Orvar och den självlysande lampan till era barn och barnbarn i julklapp och där det nu även ingår inläst E-bok som de själva kan lyssna och titta på när ni tröttnat på att läsa boken. Ja ni vet, barn i 3-6 årsåldern har en tendens att vilja läsa samma bok ganska många gånger. 😊

Och gilla Jämställdhetsbutikens FB sida så får ni julkalendern för er vuxna digitalt. En lucka om dagen 1-24 december med tips på julstök och aktiviteter.

Kommer ni ihåg att jag i förra nyhetsbrevet oroade mig för att få tag i män som ville och kunde prata om (o)jämställdhet. Att det var svårt men nu har jag lyckats och två män för inspelning är på gång i november 🙌 så nu har jag varannan kvinna och man ända fram till april så det känns toppen.



Följ Jämställdhetsbutikens podd så får ni lyssna på alla kloka kvinnor och män som deltar. Den 6 november är det dags för Stina Höök som är regionråd och ordförande i regionala utvecklingsnämnden på Region Värmland och i december har jag som plan att själv göra podden för att ge er lyssnare lite reflektioner och tankar så här långt. Lyssna på Jämställdhetsbutikens podd här <https://anchor.fm/carola-gren> och/eller på Spotify, Jämställdhetsbutikens hemsida och FB flöde.

Det var allt för nu!

Ni får ha en bra november. Nästa nyhetsbrev kommer 1 december 2020.

Tills dess; Kom ihåg att jag gärna hör ifrån er gällande allt som rör jämställdhet och tips på personer som jag kan samtala med i podden. Så skriv till mig på mail; [info@jamstalldhetsbutiken.com](mailto:info@jamstalldhetsbutiken.com) eller på FB och Instagram.

Ta hand om er och krama de ni kan. Ha det gott!

Hälsningar Carola Ågren

