



# Nicehearts Vantaa

## Kevät 2025

### Maanantai

#### Luku- ja kirjoitustaidon kurssi naisille

Kurssilla opetellaan lukemaan ja kirjoittamaan latinalaisilla kirjaimilla.

Ryhmä 1 klo 9–10.30

Ryhmä 2 klo 10.45–12.15

Lisätiedot: Ellen, 044 770 0578

#### Nuoret äidit -ryhmä klo 13–15

Ryhmä on suunnattu alle 28-vuotiaille äideille lapsineen. Vaihtuvaa ohjelmaa ja keskustelua vanhemmuuteen liittyen.

Lisätiedot: Laura, 044 763 5563

#### Naapuriäitien ryhmä klo 16.30–19

Joka kuukauden ensimmäinen maanantai 3.2 alkaen

Lummetie 2b, A-rappu  
4. kerros

### Tiistai

#### Digitaitojen kurssi klo 10–12

Opetellaan tietokonetaitoja (esim. Maisa, Kela) suomen kielellä.

Lisätiedot ja ilmoittautuminen:

Samira, 044 738 0857

#### Romaninaisten ryhmä klo 12.30–15

Avoin ryhmä romani-taustaisille naisille.

Lisätietoja: Ellen, 044 770 0578

#### Tyttöjen Tilan Tiistai klo 16–18

Avoimia iltoja 10–28 -vuotiaille tytöille. Illoissa vaihtuvaa ohjattua toimintaa, kuten leipomista, elokuvia ja taidetta.

Lisätiedot: Laura, 044 763 5563

Noudatamme kaikessa toiminnassamme turvallisemman tilan periaatteita!

### Keskiviikko

#### Naapuriäiti-koulutus klo 9–12

Vapaaehtoistyön ja auttamistyön koulutus Suomeen muuttaneille naisille. Koulutus järjestetään:

**19.3, 26.3, 2.4 ja 9.4. klo 9–12.**

Lisätiedot:

Maive, 044 745 5293

#### Tyttöjen Tilan Keskiviikko klo 15–17

Avoimia iltoja 10–28 -vuotiaille tytöille. Illoissa vaihtuvaa ohjattua toimintaa, kuten leipomista, elokuvia ja taidetta.

Lisätiedot: Laura, 044 763 5563



TYTTÖJEN  
TILA



NAAPURIÄITI®

Wahva  
Nainen®

### Torstai

#### **Naisten cafe klo 10-12**

Avoin kahvila Suomeen muuttaneille naisille. Voit tavata vertaisia ja keskustella yhdessä suomeksi tai englanniksi.

Lisätiedot: Maive, 044 745 5293

#### **Darin ja persian kielinen naisten ryhmä klo 13-15**

Yli 50-vuotiaille naisille suunnattu ryhmä, jossa teemoina mm. hyvinvointi ja liikunta. Ryhmä toteutetaan yhteistyössä Jade yhteisö ry:n kanssa. Ryhmä kokoontuu: **13.2, 20.2, 27.2, 6.3, 13.3,**

**27.3, 10.4, 17.4, 8.5** ja **15.5.**

Lisätietoja: Jila, 044 067 1419

#### **Romanitaustaisten tyttöjen ryhmä klo 17-19**

Avoin ryhmä 12-18 -vuotiaille. Ryhmässä voi viettää aikaa, jutella ohjaajien kanssa ja tutustua uusiin ihmisiin.

Lisätiedot: Ellen, 044 770 0578

#### **Vantaan queer-olohuone klo 16-19**

Turvallinen tila 16-29 -vuotiaille sukupuolensa tai seksuaalisuutensa moninaisesti kokeville tai identiteettiään pohtiville. Ryhmä toteutetaan yhteistyössä Vantaan Poikien Talon ja Vantaan nuorten aikuisten palveluiden kanssa. Ryhmä

kokoontuu **osoitteessa Ratatie 2.**

Lisätiedot: Tania, 050 468 3931

### Perjantai

#### **Luku- ja kirjoitustaidon kurssi naisille**

Kurssilla opetellaan lukemaan ja kirjoittamaan latinalaisilla kirjaimilla.

Ryhmä 1 **klo 9-10.30**

Ryhmä 2 **klo 10.45-12.15**

Lisätiedot: Ellen, 044 770 0578

#### **Arabiankielinen naisten vertaisryhmä klo 13-17**

Ryhmässä voi tavata muita naisia eri puolilta maailmaa, käydä yhteisillä retkillä, saada tietoa ja tavata uusia ystäviä.

Lisätiedot: Samira, 044 738 0857





# Nicehearts Vantaa

## Kevät 2025

### AJANVARAUKSELLE

#### Palveluohjausta Suomeen muuttaneille naisille ma-to klo 9-15

Ohjaaja voi auttaa sinua esimerkiksi:

- asunnon hakemisessa
- pankkiasioissa
- Kela-papereiden täyttämässä
- lääkärillä käymisessä ja ajan varaamisessa
- TE-toimiston asioissa
- perheeseen liittyvissä asioissa

#### Varaa aika:

Jila, 044 067 1419  
(suomi, persia, dari)

Samira, 044 738 0857  
(suomi, ranska, arabia)

#### Naapuriäitien tukeminen

Tukea ja ohjausta  
Naapuriäideille

#### Soita tai laita viestiä:

Maive, 044 745 5293  
maive.saar@nicehearts.com

#### Naapuriäiti auttaa!

Tarvitsetko sinä tai ystäväsi vapaaehtoisen Naapuriäidin tukea? Naapuriäiti on Suomeen muuttanut nainen, jonka kanssa voit keskustella luottamuksella eri kielillä ja saada vertaistukea.

#### Soita tai laita viestiä:

Maive, 044 745 5293  
maive.saar@nicehearts.com

#### Seksuaalineuvonta 12-28-vuotiaille

Seksuaalineuvonnassa voit pohtia ammattilaisen tukemana mm. seksuaalisuuteen, suhteisiin tai sukupuoleen liittyviä aiheita. Seksuaalineuvonta voi koostua yhdestä tai useammasta tapaamisesta. Vastaanotto on maksuton.

#### Lisätiedot ja ajanvaraus:

Mirka, 044 493 8951  
mirka.lahtinen@nicehearts.com

#### Lisätiedot:

Sanna Heikkinen, 050 366 7994  
sanna.heikkinen@nicehearts.com

[www.nicehearts.com](http://www.nicehearts.com)



TYTTÖJEN  
TILA



NAAPURIÄITI®

Wahva  
Nainen®