

Diakoni

EVANGELIET I HANDLING

OMSLAGSFOTO: ANNIE SPRATT / UNSPLASH.COM



NORSK LUTHERSK
MISJONSSAMBAND

SINSENVEIEN 25, 0572 OSLO • 22 00 72 00 • NLM.NO

ET RESSURSEFFE FRA
NORSK LUTHERSK MISJONSSAMBAND

*Diakoni er lettere
gjort enn sagt.*

OLE D. HAGESÆTER

FOTO: RAMP/PIXEL / UNSPLASH.COM

EVANGELIET I HANDLING

I dette heftet presenterer vi 20 praktiske eksempler på ting som kan gjøres i egne liv, i forsamling eller på bedehus og i samfunnet vi lever.

Ordet Diakoni kommer opprinnelig fra gresk, og betyr «tjeneste» eller «å tjene». Det er en aktiv handling, og som kristne er vi kalt til å forkynne evangeliet både med ord og handlinger.

Jesus viste oss hvordan man kan tjene andre. Han hedret sine disipler ved å vaske føttene deres, og han gav verdi til syke og utstøtte ved å se dem og helbrede dem.

I Bibelen møter vi mange former for diakoni. Fellesnevneren kan være at man gir av sin tid, løfter opp den svake og kjemper sammen med dem som lider urett. Det er ikke en ovenfra og ned holdning som kommer tilsyne, men likeverd og glede.

Vår erfaring er også at det er en dynamisk samhandling mellom mennesker, hvor alle lærer noe og gleder seg sammen. Det er noe vi som kristne gjør fordi Jesus har bedt oss om å være gode mot hverandre.

En av lignelsene Jesus forteller i Bibelen viser dette på en fin måte. Det er lignelsen om den barmhjertige samaritan i Luk 10. Legg merke til hvordan Jesus vektlegger handlingene til samaritanen:

Da han fikk se han fikk han inderlig medfølelse med ham. Han gikk bort til ham, helte olje og vin på sårene hans og forbandt dem. Så løftet han mannen opp på eselet sitt og tok ham med til et herberge og pleiet ham. Neste morgen tok han fram to denarer, ga dem til verten og sa: «Sørg godt for ham. Og må du legge ut mer, skal jeg betale deg når jeg kommer tilbake.»

Jesus vil med fortellingen utfordre oss til å:

- Se våre medmennesker
- Inkludere de som er utenfor
- Løfte opp de som ligger nede
- Dele vår rikdom
- Arbeide mot fattigdom
- Gi styrke til mennesker i sårbare situasjoner
- Hjelp mennesker i nød

1 GJESTFRIHET

Bibelen lærer oss at gjestfrihet bør prege alle kristne. Det blir fremstilt som en dyd og vi formannes til gjestfrihet: *Glem ikke gjestfrihet! For ved den har noen hatt engler til gjester uten å vite det.* Heb 13,2.

Gjestfrihet er et forhold mellom en vert og en gjest, hvor verten tar imot gjesten med omsorg og kjærlighet. Dette gjelder både gjester, besøkende, eller fremmede.

I andre land og kulturer kommer kanskje gjestfriheten sterkere til uttrykk enn hos oss. Derfor er dette noe vi må arbeide med i Norge. Vi må oppmuntre enkeltmennesker, misjonsfellesskap og forsamlinger til å skape en gjestfri og inkluderende kultur. Det er viktig for alle, men ikke minst med tanke på innvandrere som skal bosette seg i landet vårt.

Vi kan for eksempel:

- *Invitere innvandrere hjem på kaffe, te og kaker.*
- *Arrangere selskap og fester for å markere høytider eller andre merkedager. Dette vil bidra til inkluderingen i samfunnet vårt.*
- *Hjelpe dem å bli kjent med norsk kultur og samfunnsliv.*

2 BESØK TIL ELDERE, UFØRE OG SYKE

Når mennesker kommer i en livssituasjon der de ikke lenger kan oppsøke det kristne fellesskapet selv, er det viktig at de ikke blir glemt. Hvis helsen svekkes og initiativet til å oppsøke fellesskapet er borte, er det viktig at de som står rundt dem tar en telefon og spør om å stikke innom for en prat. Det er viktig at besøkene blir regelmessige. Man må finne en regelmessighet som man kan leve med.

I sykdomsperioder får mange tunge tanker. Da er det viktig at de blir sett og oppsøkt, og at de ikke overlates til seg selv. Kan en ikke selv gjennomføre regelmessige besøk må misjonsfellesskapets leder informeres slik at besøkstjeneste kan organiseres. Er det vanskelig å få til alle besøkene, kan også en telefonprat være til oppmuntring.

Det er ikke unaturlig at man leser og ber sammen under et slikt besøk. Ønsker den syke å motta nattverd, må en sørge for at det tilbys.

Det er også et anliggende at alle mennesker som kommer i ens vei får omtanke og besøk. Det gjelder også de som ikke er kristne.

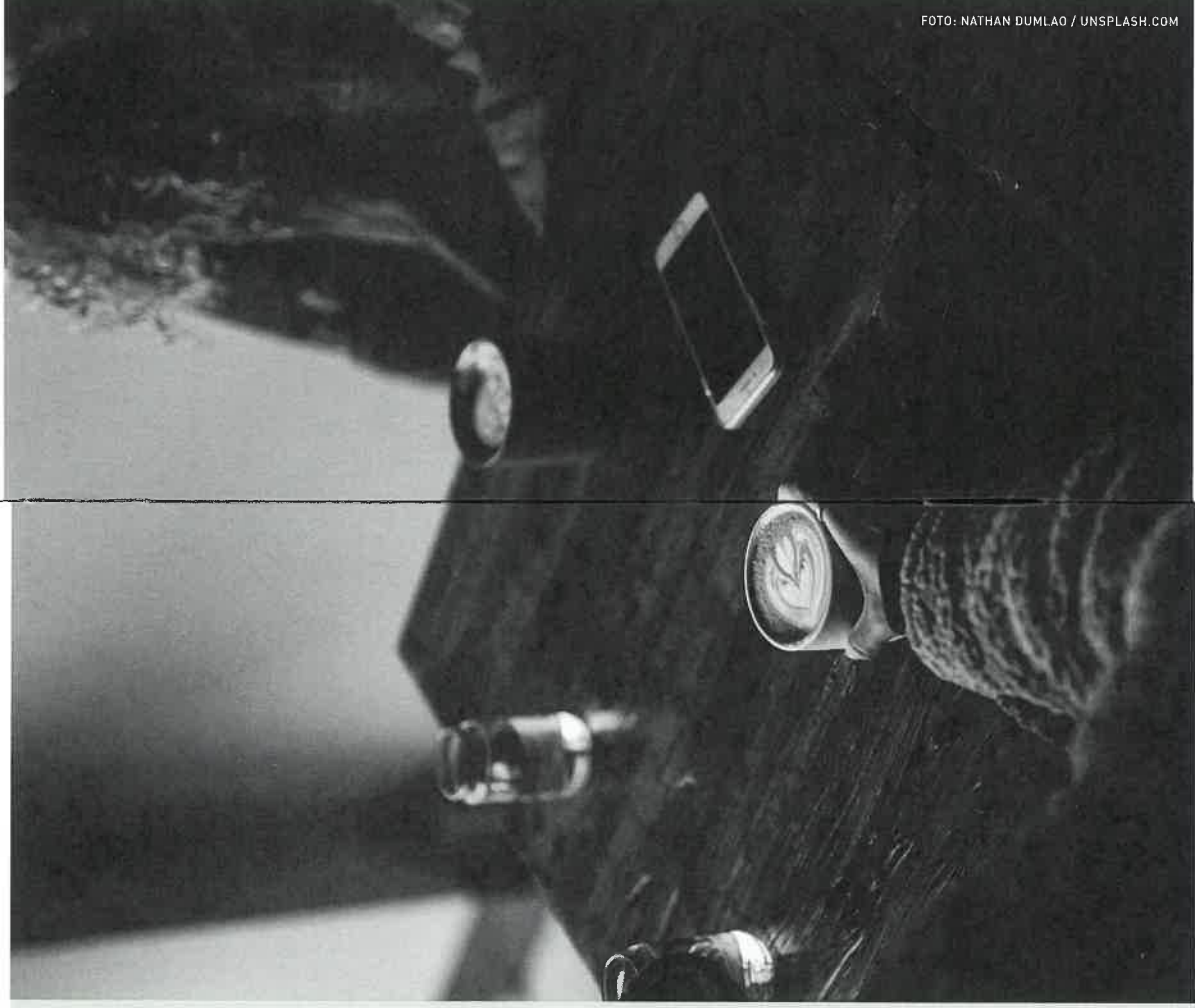


FOTO: NATHAN DUMLAO / UNSPLASH.COM

3 MEDVANDRING/ SAMTALEPARTNER

Medvandring handler om at to mennesker bestemmer seg for å møtes regelmessig for å snakke sammen, også over en åpen bibel. Det går ut på å dele både liv og tro.

Medvandring kan være mellom jevnaldrene venner, eller mellom personer med større aldersforskjell. Når man er medvandrør for noen, handler det først og fremst om å lytte til det den andre har å si, men man kan samtidig dele av egne livserfaringer. På denne måten blir det kristne livet modellert for en ny generasjon.

Andre ganger kan det være sjelesorg et menneske trenger. Da er det viktig at samtalepartneren først og fremst forsøker å lytte seg inn i det som det andre mennesket forteller. Det å ha tid, gi den andre rom – altså lytte, er de viktigste stikkordene. Det kan være naturlig å stille noen åpne spørsmål, og sammen reflektere over det som har blitt fortalt.

Det er viktig at det skapes rom i våre fellesskap der vi trygt kan dele livssmerter og sorg, troskriser eller andre livsutfordringer. Vi er kalt til å hjelpe hverandre og til å bære byrdene for hverandre. Ofte kan det være noen i fellesskapet som har dette som sin spesielle tjeneste. Da er det viktig at det er synlig på en slik måte at man vet hvem man kan gå til. (Ressurs: medvandring.no)



FOTO: PABLO HEIMPLATZ / UNSPLASH.COM

4 KURS FOR EKTEPAR

Ekteskapet er en del av Guds gode skaperordning som NLM ønsker å bidra til å verne om. I dagens samfunn oppleves press på ekteskapet fra mange kanter, og NLM ønsker derfor å tilby samlivskurs.

7 kvelder om å være 2

Dette er et DVD-basert undervisningsopplegg som er utviklet av Nicky og Sila Lee fra Holy Trinity Brompton Church i London. Kurset holdes over 7 kvelder med 7 ulike tema:

- 1) *Å bygge et sterkt fundament*
- 2) *Kunsten å kommunisere*
- 3) *Konfliktåndtering*
- 4) *Tilgivelsens betydning*
- 5) *Forholdet til foreldre og svigerforeldre*
- 6) *Et godt sexliv*
- 7) *Kjærligheten i praksis*

Et kurshefte følger med kurset. Kurskvelden starter med et måltid. I kurset er det vekselvis DVD undervisning og samtale-oppgaver. Under samtalen er det hvert enkelt par som samtaler om ulike spørsmål. Kurset legger ikke opp til gruppesamtaler.

Det anbefales at de som er vertskap for kurset har sett gjennom det på forhånd og innledningsvis under hvert tema kan dele personlig erfaring. Dette bidrar til å bygge bro mellom DVD-undervisning og kursdeltakerne, og der-

med gjøre kurset mer aktuelt og livsnært for deltakerne.

For mer info om hvordan arrangere kurset «7 kvelder om å være 2» sjekk norge.alpha.org.

Gottmannkurs

John Gottmann har forsket på samliv gjennom 40 år og utviklet et samlivskurs.

For å gjennomføre dette kurset må en ha lisensierte kursholdere som undervisere. Det finnes tre varianter av kurs innen Gottmannskurset. 3 timers kurs, 6 timers kurs og 12 timers kurs. I Gottmannkurs er det lagt opp til oppgaver det enkelte par skal arbeide med underveis på kurset.

For mer informasjon om Gottmannkurs, ta kontakt med Mona Sætre (msatre@nlm.no) eller Eivind Sætre (esatre@nlm.no).

FOTO: RACHAEL BORJESTANI / UNSPLASH.COM

5 BARNEVAKT

Småbarnsforeldre har det travelt. De kjenner ofte på tidsklemma, og får ofte liten tid til å gjøre noe sammen, uten barn. Kan du/foreningen/forsamlingen tilby barnevakt? Det kan skje på tradisjonell måte ved at en eller to sitter barnevakt i barnets hjem. Ordningen trenger ikke være gratis.

Det kan også skje på den måten at bedehuset eller forsamlingshuset åpner dørene for barneparkering noen timer på lørdag, midt i handletiden. Fyll timene med morsomme aktiviteter, en bibelhistorie og litt mat. Kanskje en til og med kunne ha en enkel middag klar, når mor og far kommer for å hente sine håpefulle? Åpent fra 11.00–15.00, med middagsservering den siste timen.

«Den som tar barnet på armen, tar moren om hjertet», heter det i et svensk ordtak. Å tilby en eller annen form for barnevakt vil gjøre at det kristne fellesskapet blir relevant og nyttig, og at avstanden til vanlige folks hverdag blir mindre.

Tilbud om barnevakt bør annonseres som et tilbud fra foreningen/forsamlingen. Det gjør det hele mer åpent, seriøst og trygt.

NB! I organisert arbeid må alle som har med barna å gjøre må innhente politiattest.

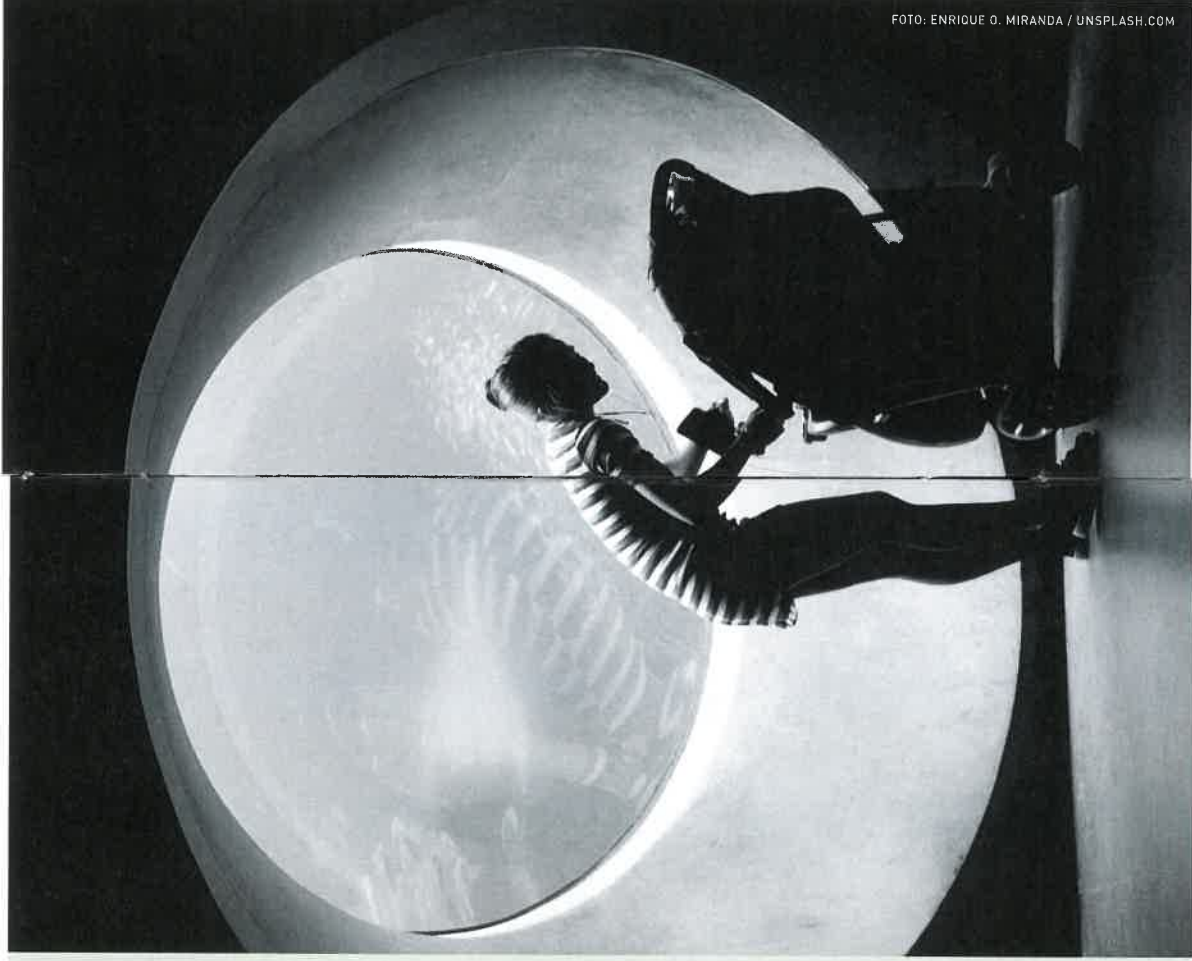


FOTO: ENRIQUE O. MIRANDA / UNSPLASH.COM

6 PRAKTISK HJELP

I Norge har vi noe som heter frivilligsentraler. Ideen bak disse er å koble mennesker som har bruk for hjelp, med mennesker som kan hjelpe. Det kan være enkle oppgaver som for eksempel:

- *handle eller hente medisiner på apoteket*
- *henge opp en rullegardin*
- *klippe gresset eller bytte et lysrør*
- *hjelpe med datamaskinen*
- *vaske et vindu eller olje hagebordet*
- *økonomisk rådgivning, o.l.*

Man trenger ikke etablere en frivilligsentral for å kunne tilby slik hjelp. I misjonsfellesskapet eller på bedehuset er det ofte store ressurser, med ulik kompetanse.

Hvorfor ikke informere om hvilke ressurser en har i det kristne miljøet, og tilby praktisk og gratis hjelp til de som trenger det?

For mange vil en slik hjelp også bety mye, rent økonomisk.

Så kan en selv sagt sette begrensning på omfanget ved å definere en tidsramme, for eksempel 1–2 timer per oppdrag.

7 FERIEAKTIVITETER

Det anslås at mellom 5 og 10 % av Norges befolkning er fattige. De har en inntekt som ligger under den definerte fattigdomsgrensen. Det er ikke en livstruende situasjon, men det påvirker livet slik at de ikke har råd til mer enn det som er helt nødvendig.

Noen grupper rammes av fattigdom mer enn andre. Dette ser vi blant annet hos unge enslige forsørgere, innvandrere, langtidssyke, langtidsledige og alderspensjonister som bor alene.

En av de tingene de først må bortprioritere er ulike ferieaktiviteter. Kanskje kjenner vi, eller vet om en eller flere slike familier? Hva kan vi gjøre for dem?

- Invitere til hyttetur?
- Låne bort hytta?
- La de låne campingvogna eller bobilen?
- Ta de med på båttur eller biltur?
- Arrangere en dagstur til et leirsted?
- Gi barna en leir?

Mulighetene er mange. Vær kreativ og frimodig!



FOTO: JOHNNY MCCLUNG / UNSPLASH.COM

8 PSYKISK UTVIKLINGSHEMMEDE

Psykisk utviklingshemmede kan lett oppleve seg utenfor i samlingene våre. Derfor er det viktig at denne gruppen får et særlig tilrettelagt tilbud.

Sang og musikk er viktige innslag på samlinger for denne målgruppen:

- *Bruk gjerne rytmeinstrumenter.*
 - *Gleden over kjente sanger er ofte større enn lysten til å lære nye.*
 - *Barnesanger kan fungere godt fordi de gjerne har enkle tekster med klare bilder.*
 - *Det er ellers nyttig å lære noen andre sanger som brukes i møter/gudstjenester også.*
 - *Og noen folkesanger fungerer godt fordi de har man gjerne lært andre steder.*
- Matservring er populært, og bør være sunn og god. Påsmurte rundstykker/brød forenkler gjennomføringen av måltidet.
- Formidlingen av Guds ord er viktig:
- *Bruk gjerne flanellograf og illustrasjoner og gi rom for spørsmål og kommunikasjon.*
 - *Gjentakelse av bibelhistoriene er ikke kjedelig, men skaper gjenkjennelse og deltakelse.*
 - *Bønn er også viktig. Det er vår måte å snakke med Gud på.*



FOTO: NATHAN ANDERSON / UNSPLASH.COM

Konkurranser og leker er morsomt og fellesskapsbyggende, men det er viktig å ta hensyn til ulikt funksjonsnivå, slik at alle føler seg sett og inkludert. Utlodning er spennende og utfordrende.

Det er en fordel å ha god kontakt med familien/bofellesskapet slik at de er godt orientert om innholdet i samlingene. Noen deltakere har med seg ledsager. Det kan virke positivt fordi man blir flere og vedkommende gir trygghet for den/de som kjenner ledsageren.

Foreldre/pårørende trenger også avlastning, selv om behovet er forskjellig. Avlastning kan de få ved at den psykisk utviklingshemmede inviteres på besøk eller at en skaffer selskap til vedkommende, slik at foreldre/pårørende kan gå ut. Arbeid blant denne målgruppen betinger tilfredsstillende politiattest.

9 BABYSANG

Å bli foreldre kan være en overveldende opplevelse. Å ha et sted å komme med bekymringer og gløder, et sted man kan drøfte søvn, mat og andre ting som plutselig tar alt fokus, har en enormt stor verdi for mange.

Det å få komme inn i et sosialt fellesskap med andre i samme livssituasjon skaper tilhørighet, glede, og trygghet.

Babysang er et tilbud for mødre/fedre som er hjemme med små barn. Erfaring viser at stabiliteten i oppmøtet øker med hyppigheten. Aller helst bør det være samlinger hver uke.

Start gjerne med lunsj og en liten sangstund. Sangene kan være en god blanding av sanger med kristent innhold og norske, tradisjonelle sanger, rim og regler.

Babysangen kan være en del av dåpsopp-læringstilbudet samtidig som det kan være et lavterskeltilbud for foreldre som vanligvis ikke har en tilhørighet til noen menighet.



FOTO: RAWPIXEL / UNSPLASH.COM

Forslag til måter man kan integrerer babysangen på i møtevirksomheten er:

- *Babysangmøte, hvor de som går på babysangen kan få delta på forskjellige måter.*
- *Inngå et samarbeid med andre grupper, som eldretreff eller formiddagstreff, kanskje det går an å spise lunsj sammen?*
- *IKO har kurs for babysangere som ønsker å starte opp.*
- *Det kan også være en god brobygger inn mot ordinær møtevirksomhet, som søndagsmøter/søndagsskole.*

10 FORSAMLINGS-WEEKEND

I et åndelig og sosialt fellesskap er det viktig med en arena for å bli bedre kjent med hverandre. En forsamlingsweekend kan være et flott tiltak i denne sammenheng.

NLM har mange fine leirsteder rundt i landet som kan brukes til dette formålet. Med eget opplegg for barna får man også med barnefamilier, så det kan knyttes kontakter på tvers av alle generasjoner.

I både store og små forsamlinger kan det oppleves utfordrende å bli kjent med nye, derfor kan en forsamlingsweekend også være en fin start på et nytt semester på høsten. Da har det ofte kommet nye medlemmer til, og å reise på tur sammen kan skape gode relasjoner man kan bygge videre på.

Man kan bruke interne bibeltimeholdere og talere eller invitere forkynnere fra andre områder.

En forsamlingsweekend med fokus på åndelig fellesskap vil være til stor velsignelse for hele forsamlingen og skape tilhørighet og trygghet for gamle og nye medlemmer.



FOTO: RAWPIXEL / UNSPLASH.COM



FOTO: RAWPIXEL / UNEPLASH.COM

11 INTERESSEGRUPPER

Vi mennesker er sosiale vesener. Vi har behov for kontakt og sosial omgang med andre. Ofte er denne kontakten nesten fraværende eller bare veldig overflattisk. Noen har sagt at vi lever som i et klinkekulesamfunn. Vi bor tett, men berøringsflaten mellom oss er liten.

En måte å bryte dette mønstret på, og øke kontaktheten, er å etablere en eller annen form for interessegruppe. Mennesker med samme interesse finner lettere sammen, og kan utvikle vennskap.

Eksempler på interessegrupper kan være:

- Strikking, eller annet håndarbeid
- Foto
- Sjakk
- Litteratur
- Baking og matlaging
- Turgåing, sykling, skiturer
- Tegning/maling, og mye mer

12

FORMIDDAGSTREFF

Mange kirker og bedehus har dette tilbudet. Målgruppen er de som ikke er aktive i arbeidslivet. Dette er for det meste eldre og uføre, men det kan også være arbeidsløse og folk i permisjon. I Norge bor det over 700.000 mennesker som er 67 år eller mer. Halvparten av disse bor alene. Og ensomhet er utbredt.

Samlinger på dagtid som gir et avbrekk i hverdagen og mulighet for sosialt samvær, er et godt tilbud til denne gruppen. Da er det viktig å vektlegge det sosiale og miljømessige, god mat, hyggelig vertskap, sang og musikk, innslag av kulturell karakter og gjerne en liten utlodning.

Hvis samlingen er i bedehuset eller forsamlingsens regi, er det naturlig å gi plass til en andakt.

Noen har med hell invitert foreldre som er i permisjon til slike samlinger. Eldre mennesker og små barn kan være en flott kombinasjon til glede for alle.

En må gjerne gå bredt ut med invitasjonen. Formiddagstreffene er kanskje de samlingene som i voksen sektor gir størst kontakflate med mennesker som vanligvis ikke oppsøker kristne samlinger.

Dette er et typisk diakonalt tiltak med en kristen profil, som det mange steder er mulig å få støtte eller sponsormidler til.



FOTO: PAN XIAOZHEN / UNSPLASH.COM

13

ETTER SKOLETID

Etter skoletid er det mange som ikke har så mye å gjøre. Da kan det være positivt å innby til aktiviteter, som leksehjelp, leker, spill, konkurranser, bibelfortelling og gjerne en enkel matserving. Slike samvær gir god språktrening for de som trenger det, og ulike former for læring på en morsom måte. Her er det ingen krav om pensum, da dette er et frivillig tiltak.

Et slikt tilbud vil være et supplement til skolefritidsordningen. Det er viktig at foreldrene gjøres kjent med opplegget og vet hva som foregår på samlingene. Lederne må fremskaffe politiattest.

14

LEKSEHJELP

Innvandrerbarn har ofte ikke foreldre som er i stand til å hjelpe dem med lekseene. Derfor kan leksehjelp i regi av forsamlings eller bedehuset være et godt tilbud.

Leksehjelpen kan være f.eks. 2 timer pr. uke, helst tidlig i uka. Lokalene bør være lyse og gode, og bord/stoler i tilpasset høyde slik at barna kan konsentrere seg om arbeidet den tiden man har til rådighet.

Det er fint om de som skal være leksehjelpere, er utdannet lærere eller har erfaring med å veilede barn. En person bør ha oppgaven som koordinator for de som skal være lekshjelpere. Det er en fordel om det er faste leksehjelpere hver uke, slik at barna blir kjent med dem og føler seg trygge. De bør være glad i mennesker og like å hjelpe uten å overta oppgaven som skal gjøres. Leksehjelpere for barn, må ha godkjent politiattest.

I noen tilfeller vil det være aktuelt med leksehjelp for voksne (jfr neste punkt om norsktrening). Forskjellen her er at variasjonen vil være større med hensyn til kultur, tidligere skolegang og erfaring. I noen tilfeller vil det være behov for et noe høyere kunnskapsnivå. Dette setter større krav til fleksibilitet hos leksehjelpere, men gir gode muligheter for samtale og læring på mange plan.

15 NORSK TRENING

Hvert år er det mange tusen innvandrere som kommer til Norge og får opphold. De skal lære seg språket og prøve å etablere seg i en fremmed kultur. Det er forståelig at innvandrere ofte søker sammen, og ikke alle har derfor like mye kontakt med den norsktalende befolkningen. Nordmenn er heller ikke så flinke til å ta kontakt med innvandrerne. Så selv om de fleste går på norskkurs enten i offentlig eller privat regi, er derfor muligheten til å praktisere norskkunnskapen, begrenset.

Kanskje skulle forsamlingen tilby trening i å snakke norsk? Det kan gjøres på individuell basis ved at enkeltmennesker tar kontakt med innvandrere og tilbyr samvær f. eks 2 timer pr uke der eneste formål er å snakke norsk.

Eller kanskje kan en gjøre noe i fellesskap? Hva med å henge opp følgende plakat på asylmottaket eller i gjenbruksbutikken:

Velkommen til kaffe på _____ hver tirsdag kl 18.00-20.00. Da vil du møte nordmenn du kan snakke norsk med. Vi serverer kaffe/te og kjeks.

Et slikt tilbud vil være verdifullt. Det bryter isolasjon og bygger ned avstander. En blir kjent. Det blir lettere å ta kontakt når en møtes på butikken dagen etterpå, og det gir trening i å snakke norsk.

16 NORSKUNDERVISNING

Innvandrerens største behov er å lære språket. Å kunne norsk er en døråpner til integrering i samfunnet. De fleste arbeidsplasser stiller minimumskrav til norskkunnskap og veien ut av isolasjon går gjennom å lære seg norsk. Som kristne har vi et ansvar, og også en mulighet, til å vise ekte medmenneskelighet ved å imøtekomme disse behovene.

Personer som har fått innvilget søknad om beskyttelse/asyl, overføringsflyktninger og personer med opphold på humanitært grunnlag har rett til gratis opplæring i norsk og samfunnskunnskap. Men for eksempel personer med opphold etter EFTA/EØS-regelverket, au pairer og studenter har ikke rett på gratis norskopplæring. I Norge bor det også eldre innvandrere, for eksempel kvinner som av religiøse og kulturelle grunner ikke har fått mulighet til å lære seg norsk.

På Frivilligsentralene, i forsamlingene og også i samarbeid med andre frivillige kristne organisasjoner kan det arrangeres norskkurs på ulike nivåer. Dette behøver ikke nødvendigvis være eksamensrettede kurs, men vil være kurs som også legger vekt på det sosiale og vil gjøre det lettere for våre innflyttere å finne en vei inn i det norske samfunnet.

Norsklærere med kristen tro vil kunne vise omsorg gjennom sin undervisning og også benytte seg av undervisning rundt de kristne høytidene som en del av vår kulturarv.

Det er sikkert mange pensjonerte lærere og andre som sitter inne med mye kompetanse som kan utfordres til holde norskkurs enten som hjelpelærere eller ansvarlige.

17 FLYKTINGGUIDE

Når flyktninger kommer til Norge, har de store forhåpninger, mange spørsmål og få svar. Det å finne fram i norsk byråkrati og samfunnsliv kan være vanskelig for noen og enhver, og da i særlig grad for de som er nye her. Å ha noen å støtte seg, vil lette utfordringen.

Som flyktningguide får man en glimrende mulighet for å bli kjent med nye kulturer, samtidig som man har muligheten til å lære flyktningen å leve i Norge. Det kreves ingen spesielle kvalifikasjoner. Det er først og fremst snakk om å være et medmenneske og en guide inn i lokalsamfunnet.

Hvilket kontor går man til med de forskjellige spørsmålene? Hvilke fritidsaktiviteter finnes?

Hva skjer 17. mai? Ofte vil flyktninger og guider som har samme interesse, kobles. Da kan en gjøre ting sammen, som begge har glede av. Det vanlige er å møtes 2-4 ganger pr måned.

Hvordan blir en flyktningguide? Ta kontakt med kommunen. De vet hvem som organiserer ordningen og som gir kurs og veiledning. Mange steder er det Røde Kors. Ordningen er et tilbud til slike som har fått opphold og som skal integreres i det norske samfunnet.



18 KREATIVE SAMLINGER

Å oppholde seg i et land uten å kunne språket fører lett til isolasjon. Når landskap, kultur og samfunn er annerledes enn det en er vant til, blir en lett fremmedgjort. En fin måte å bryte isolasjonen på er kunne delta i aktiviteter en kjenner.

Football og andre former for sport har universelle regler og ofte sitt eget språk. Å delta i lagidretter gir følelsen av å høre til, og opplevelsen av samhold. En aketur, skitur, fjelltur eller båtturn gir felles opplevelser.

Det å sette i gang en aktivitet et sted der en selv føler seg fremmed er ikke alltid like lett. Arranger derfor aktivitet og be med folk som ikke har kjennskap til nærmiljøet sitt. Dette kan skape ringvirkninger der de som er med blir trygge på sine nærområder og igjen tar initiativ til aktivitet.

Sang og musikk har noe av det samme med seg. Det går an å spille sammen uten at en kan snakke sammen.

Kreative aktiviteter med farge og formning gjør at en kan skape noe sammen, selv om den verbale kommunikasjonen er begrenset.



Alle former for lek og moro skaper bånd mellom mennesker, gir festlige og morsomme opplevelser og hjelper på humøret.

Vær kreativ. Skap en arena der mennesker kan møtes, gjøre ting sammen, skape noe sammen, oppleve ting og le sammen.

Mange av innvandrerne har også dårlig råd. Kanskje noen har utstyr som kan lånes eller gis bort?

19

VERDENSVID MIDDAG

Med verdensvid middag ønsker vi å vise gjestfrihet, vennlighet og inkludering, og å bygge vennskap. Det er derfor viktig at også mange fra forsamling/bedehus deltar.

Å spise sammen er i mange kulturer et uttrykk for vennskap og at en aksepterer hverandre. Middagen er derfor en viktig del av programmet. Innvandrere bidrar gjerne med kunnskap om hvordan retter fra deres hjemland lages. Inkluder også retter fra Norge. Kaffe og kaker serveres også. Arrangementet bør ikke koste noe.

Hvilket språk arrangementet skal ledes på, er ofte et tilbakevendende spørsmål. Bruk gjerne norsk, men da kan det være fint at det ledes også vises på skjerm, på engelsk og eventuelt andre språk.

Middager bør arrangeres minst to ganger i året. Målgruppa vil være innvandrere en kommer i kontakt med gjennom gjenbruksbutikk, barnehage, norskundervisning og eller i nabolaget. Programmet kan bestå av velkomst på forskjellige språk, allsang med forsangergruppe, sang av en eller to internasjonale grupper. Alle som vil får NT gratis, og Joh 3:16 blir lest på forskjellige språk. «Kveldens gjest» er også et innslag som fungerer godt.

20

TILBUD I HØYTIDENE

Mennesker som i utgangspunktet opplever stor grad av ensomhet og isolasjon, vil kjenne at dette trykker ekstra i høytidene. Mye kos hos noen gir økt ensomhetsfølelse hos andre.

Både norske og ikke etnisk norske som bor i landet vårt opplever dette.

Det store spørsmålet blir da: Er vi villige til ofre litt av egen velvære og familie-kos for å imøtekomme behovet hos andre?

Også her er det mye som kan og bør gjøres på individuell basis. Hvorfor ikke invitere noen til seg på julaften, eller en dag i påsken?

Kanskje enda bedre er det om fellesskapet gjør noe sammen. Det er lettere å si ja til et slikt tilbud enn en privat invitasjon.

Samlinger i høytidene, som tilbud til ensomme mennesker, kan gjerne prioriteres høyere. Formiddagstreffene bør ikke ta pause i høytidene.

Tilbud i høytidene gir også en god anledning til å presentere hva høytidene handler om.