



Idéhefte
for
**Flerkulturelle
kvinnegrupper**

*Suppe
såpe
frelse*



Flerkulturelle kvinnegruppe

Hensikten med flerkulturell kvinnegruppe er å møte behov, skape fellesskap og være brobyggere mellom kvinner med ulik etnisk bakgrunn og kultur og det norske samfunn. Dette arbeidet skal drives med vekt på brobygging inn til Frelsesarmeens aktiviteter og menighetsarbeid.

Verdigrunnlag

Vi skal:

- Ha en klar kristen profil med respekt for ulike trosretninger
- Skape trygge fellesskap
- Se enkeltmennesket
- Legge til rette for nettverksbygging
- Være en verdifull del av korpsets aktiviteter

Temaer skal ha fokus på å utforske og øke forståelse for hverandres kulturer.

Det bibelske fundamentet for Frelsesarmeens arbeid:

- Bibelen er inspirert av Gud, og rettesnoren for kristelig tro, lære og liv
- Gud er en treenig Gud: Fader, Sønnen og Den hellige ånd
- Jesus Kristus er Guds sønn og menneskenes frelser
- Alle mennesker har syndet og trenger Guds tilgivelse
- Alle som tar i mot Jesus blir Guds barn
- Alle mennesker er like verdifulle, fordi menneskets verdi er gitt utenfra – av Gud
- Alle mennesker har mulighet til forandring, utvikling og vekst

Materiellet er utarbeidet av en arbeidsgruppe bestående av :

Magda Iversen

Liv Anne Joensen

Heidi Langås

Liv Berit Alvestad Tveito

Birgit Taarnesvik Fosen

Med vennlig hilsen og ønske om Guds velsignelse

Birgit Taarnesvik Fosen

Territorial sekretær for Frelsesarmeens kvinner

September 2012



Tips til tilrettelegging:

Hvordan få kontakt med innvandrere i din kommune:

Ta kontakt med Introduksjonssenteret/Innvandrercenteret i kommunen.

Alle kommuner har et introduksjonsprogram rettet mot nyankomne innvandrere som får oppholdstillatelse i Norge.

www.indi.no (Integrerings- og mangfoldsdirektoratet) Dette nettstedet gir mange nyttige opplysninger.

Tid og mat:

Mat er viktig i alle kulturer. Det kan være praktisk å starte med mat, slik at det ikke er så synlig om noen kommer sent. Dette gir en naturlig åpning til å bli kjent med den enkelte. Buffé skaper en god mulighet til å gå litt rundt og bli kjent med fler.

Ulike trosretninger har forskjellige regler for hva en kan spise. Muslimer spiser ikke svinekjøtt, andre kan ikke spise storfe. Velg derfor mat som alle kan spise, f. eks. vegetar eller fisk. Erfaringen har vist at mange liker/ønsker å bidra med mat fra egen kultur, hjelpe til med kaffekoking og lignende.

Trygge rammer for gjennomføringen:

En adresseliste er praktisk for å kunne ta kontakt ved forandringer av programmet eller minne om spesielle aktiviteter i korpset generelt.

Navneskilt:

Navneskilt er en god hjelp for å lære navn og å bli bedre kjent med hver enkelt.

Generelt:

Det bør legges til rette for at tilbudet kun er for kvinner. Det kan f.eks. gjøres ved å sette opp en plakat med ”menn ingen adgang”, og at man trekker for gardinene slik at det ikke er innsyn fra gaten.

Bruk fortrinnsvis kvinnelige foredragsholdere. Kommer det mannlige foredragsholdere, bør en gi beskjed på forhånd.

Mange kvinner har aleneansvar for barna. Uansett tidspunkt, er det lurt å tenke igjennom om barna kan være med. Det er fint om en klarer å lage et tilbud til barna, slik at kvinnene kan ha sin egen tid.

En fin måte å samle damene på etter måltidet, er å begynne med en sang, for eks.: ”Jeg blir så glad når jeg ser deg.”

De fleste som har disse gruppene har ikke andakter. Gjennom samtaler snakker en om tro. Da blir det naturlig å komme inn på den kristne troen. (Dette gjelder grupper med mange muslimer). Gjør det som er naturlig for deres gruppe. Til de forskjellig høytidene blir det fortalt hvorfor disse feires.

Ønsker en å starte en flerkulturell gruppe er det viktig å være bevisst på at det er mange forskjeller. En må ofte ”la veien bli til mens en går”.

Det er viktig at en viser toleranse og raushet!

Ladys day

De fleste kvinner synes det er kjempekoselig å møtes en kveld hvor tema er spesielt rettet mot dem. Dette er kanskje et tema hvor ”innvandrerkvinnene”/deltagerne kan være med å vise noe fra sin kultur. Eller en kan få en fra en av yrkesgruppene til å fortelle og vise litt fra sitt fag.

Forslag til tema:

- Make-up
- Fargeanalyse
- Frisør
- Fotterapi
- Manikyr
- ”Tråding” - Arabisk metode for fjerning av ansiktshår.
- Magedans



Mat og kosthold

Mattradisjonene har vi med oss fra barndommen og fra våre hjemsteder. Slik er det også for de som kommer fra andre deler av verden.

I en flerkulturell gruppe er det hensyn vi må ta: muslimer spiser ikke svinekjøtt (også som ingrediens i en matvare) eller blodmat. Andre spiser ikke storfe eller de er vegetarianere.

Tips til program:

- **Inviter helsesøster, diabetessykepleier eller lege**
Tema: Sunt kosthold, forebygging av forskjellige sykdommer.
- **En kokk, baker eller en flink «husmor»** kan inviteres. De kan vise hvordan de lager en matrett eller foreslå variasjoner av en råvare, som for eksempel fisk.
- **Lag norsk mat sammen**
Norske kjøttkaker, fårikål eller komler (blainnaball, for de som kjenner den) seibiff eller norsk julemat. Da er ribbe kanskje ikke så aktuell, men pinnekjøtt.
- **Mat fra andre kulturer**
Kvinner fra andre kulturer vise hvordan de lager mat fra sitt hjemland.
- **Lag en fest**
Alle har med mat fra sitt hjemland, slik at alle kan smake.
Merk hvilke land rettene kommer fra hvis de er fra mange forskjellige land.
Det samme gjelder ved baking. Vi har forskjellige tradisjoner på kaker. Det er ikke sikkert alle har smakt vår bløtkake!
- **Matpakke**
Ikke alle har tilgang til kantine på skole, jobb, eller har råd til å gå dit. En kan vise forskjellige alternativer til brødkivene med ost, lage hjemmelaget pizza (som kan deles opp og fryses). Lage pastasalat eller annen salat, wraps, frukt eller grønnsaker.



Håndarbeid og hobby

En kan ha samlinger med håndarbeid eller hobbyarbeid, eller en kan la håndarbeid være en del av hver samling.

Noen av kvinnene er sikkert flinke og kreative, bruk dem til å vise noe fra sitt hjemland.



- **Strikking:**

Finn enkle oppskrifter, kopier opp slik at alle får.

En enkel oppskrift er lommestøfler med bare rettstrikk.

Hekling, hakking og annet er også aktuelt og krever ikke mye utstyr.

- **Toving:**

Ull kan kjøpes i mange farger og toves: Sitteunderlag, grytekluter, tøfler, votter, såler, kuler med rangle inni, epler til pynt. (Vann på 45 gr. + grønnsåpe er viktige deler av prosessen).

Strikkede sokker og votter kan toves i vaskemaskinen på 60 gr..

- **Søm:**

Har en tilgang til symaskin, kan en reparere klær eller annet.

Sy gardiner eller lage enkel lappeteknikk.

- **Kortlagning/Scrapbooking.**

Du kan kjøpe kort som kan dekores, eller man skjærer ut i kartong.

Mye fint dekorasjonsmateriell kan kjøpes.

Visdomsord, dikt eller bibelsitat kan skrives på kortet.

- **Fotoalbum** kan lages over forskjellige tema.

Hent gjerne ideer fra nettet.

- **Decoupage.**

Her brukes servietter og et spesielt lim. Brukes på tre, glass og til lys.

Du kan laminere serviettbilder og lage lyslykt.

Lys kan pyntes, og egg kan dekores.

- **Maling:**

Hver enkelt kan få lage en akvarell eller et oljemaleri.

Et minikurs i maling over 3 - 4 ganger kan også være en idé..

- **Pynting av bord:**

Vis borddekking, serviettbretting og lag blomsteroppsatser.

Inviter gjerne en fra en blomsterforretning til å vise hvordan man lager enkle oppsatser.

Det kan trekkes lodd om hvem som skal få oppsatsene.

Ved å søke på nettet kan du finne mange ideer. Det er mange som blogger eller har hjemmesider og legger ut bilder.

Høytidsfeiring

Feiring av høytider er av stor betydning i alle kulturer. Gruppen er ikke bare flerkulturell, den er også flerreligiøs. Religion er en viktig del av alle kulturer, og her kan vi lære mye av hverandre

- **Advent:**

Bruk en samling i adventstiden til å informere om advent, hva vi legger i dette. Lys/farger. I løpet av adventstiden kan en eventuelt lage noe julepynt.

- **Kristen jul**

Hva betyr jul i kristen tro?

Invitere til norsk julefeiring med julemat (obs. ikke svinekjøtt).



- **Påske:**

I løpet av fastetiden forklare de enkelte dagers betydning.

Lage påskepynt, male påskeegg etc.

- **Pinse:**

Hvorfor feirer vi pinse?

Det er en fin tid for utflukt – og igjen en fin anledning til å snakke om pinsens betydning/det nye livet i naturen.

- **17.mai:**

Arranger 17. mai feiring. Server “Nasjonal mat”.

Invitere noen til å fortelle om sin først 17. mai.

“Tur til Eidsvoll via powerpoint”

- **Nyttår:**

La noen fortelle om nyttårsfeiring fra sitt hjemland.

- **FN dagen:**

Bruk nasjonaldrakter og ha mat fra ulike land.

Invitere noen hvor en snakker om hva en kan gjøre for å få en “forent” verden uten krig, folk på flukt etc.

Alt begynner i det små!



- **Muslimske høytider:**

Ramadan og id. Hajj - pilgrimsreise til Mekka.

Viktig at andre religioner blir presentert.

Hvorfor og hvordan feires disse?

- **Nasjonaldager:**

Noen land har fått sin uavhengighet etter å ha vært koloni i mange år.

Sette av en samling til å snakke om/feire en slik dag. Alle er heller ikke muslimer (eller andre religioner)/det kan være kristne fra andre kulturer/ortodokse kristne også.

Det er viktig at alle får anledning til å si noe om hvordan de praktiserer sin tro.

Språk/Historiefortelling

- **Sagn og eventyr:**
Fortelle/lese norske eventyr – finn paralleller i andre kulturer.
Spesielle norske ordtak eller fraser er det greit å vite betydningen av, som:
“svart katt over veien” eller “bank i bordet”.
Du kan også invitere en ”god forteller”.
Dette bør også gå andre veien.
- **Babels forvirring:**
Språkforvirring. Les historien slik vi finner den i 1. Mos. 11.
Dette kan være en god innledning til samtale/diskusjon om språk generelt.
- **Ord med flere meninger:** (i det norske språket)
Vi har mange ord som gir flere meninger. Det kan jo bli komisk når ordene kommer helt ute av sin sammenheng, for eks: Bønner - *bønn*, *grønnsaker* og *bønder*. Dette blir svært forvirrende for folk med liten norsk kunnskap.



Møte med det offentlige

For mange vil et møte med det offentlige være nyttig, og det kan bryte ned noen grenser eller fordommer.

Der det er mulig, benyttes en kvinne som foredragsholder.

Nedenfor er det noen forslag på hvem en kan invitere og noen aktuelle tema.

Politiet:

- Forebyggende arbeid blant barn og unge.
- Vold i hjemmet.

Brannvesenet:

- Hvordan forebygge brann i hjemmet.

Helsesøster:

- Vaksinasjon – Barnesykdommer etc.

Diabetessykepleier:

- Kosthold. Mange innvandrerkvinner får diabetes.
Hvor viktig er kostholdet?

Røde Kors:

- Førstehjelp.

Lærer:

- Hvilken betydning har foreldremøter?
- Hva er leirskole?
- Hva er dugnad?
- Hvorfor er det viktig å delta på dette?

Bankpersonell:

- Hvordan ordne med bankkort – nettbetaling etc

Valg:

- Besøk fra IMDI eller fra innvandrerrådet.
- Upolitisk.
- Orientering om valg/valgordning.
- De forskjellige partier.
- Viktigheten i å delta.



© Mette Hjerpseth - Papirgleder.no



Trim/Turer

Det er viktig med fysisk aktivitet, og det er både hyggelig og sosialt. Dette kan gjøres på forskjellige måter.

Trim:

Inviter noen, eller bruk noen av de som er der allerede på disse samlingene til å instruere i:

- ”Vanlig”, enkel trim
- Yoga, i kristen sammenheng
- Magedans
- Dans fra andre land

Du trenger:

CD-spiller og musikk som passer til de forskjellige aktivitetene.



Turer:

- Til stranden. Aktivitet: Bading, grilling og lek.
- I nærområdet. Spør Friluftsrådet eller andre om   organisere turer for dere.
- Til bondegård.
- I et turområde.
- I skogen, plukke b r, sopp, etc.



Frelsesarmeen

Det er viktig at også denne gruppen blir kjent med hva Frelsesarmeen står for og hvilke type tiltak og frivillige aktiviteter som drives. Inviter også de i kvinnegruppene til andre møter/aktiviteter i Frelsesarmeen.

Få noen til å fortelle om:

- Frelsesarmeens arbeide - *lokalt - sentralt - internasjonalt*
Dere kan vise en kortfilm, som forklarer litt om FA's arbeid i Norge. Film er tilgjengelig fra kommunikasjonsavdelingen, Frelsesarmeens Hovedkvarter, Oslo.
- Korpset ditt (*korpsleder*)
- Hjemforbundet
- Kvinneforum
- Ungdoms- og barneaktiviteter
- Andre relevante grupper/aktiviteter
- Sosialt arbeide (*diakoner/diakoniarbeider*)
- FA's arbeid i det landet de kommer fra (*f.eks India, Pakistan osv.*)
Hvis det ikke er noe FA virksomhet i lande, fortell heller om FA i den verdensdelen. (*Bruk FA "Year Book" som kilde*)
- Sally Ann, Krigsropet, Ettersøkelsen. Det finnes en god del info på www.perleportalen.no. Du kan også vise bilder fra nettsiden.
- Fretex. Er det Fretex i nærheten, kan dere be noen om å komme å fortelle om dette arbeidet - vise ting en kan kjøpe der - ting som lages - ha mannekengoppvisning. Dere kan også spørre om gruppen kan komme på besøk til Fretex.



