



Idéhefte 2
for
**Flerkulturelle
kvinnegrupper**

*Suppe
såpe
frelse*



INNHALDSFORTEGNELSE

Tips til flerkulturelle kvinnegrupper

Side:

2. Innholdsfortegnelse
3. Flerkulturelle kvinnegrupper
4. Tips til tilrettelegging
5. Barnebursdag
6. Barn, barnehage og skole.
7. Dugnad
8. Gjensidig formidling av kultur og tradisjoner
9. Helsesystemet i Norge
10. Konfirmasjon
11. Plikter i arbeidslivet for arbeidstaker
12. Rettigheter i arbeidslivet
13. Rett til skolegang i Norge for utenlandske borgere
14. Ung i dag
15. Ungdom og kjærighet

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

Dette er **Idéhefte 2 for flerkulturelle kvinnegrupper**.

Vi sender ut heftet i papirformat, men ideene finnes også på Frelsesarmeens nettside.

Hefte er utarbeidet av major Gunn Ingeborg Andersen.

Idéhefte 1 kan også fås tilsendt ved henvendelse til FA kvinner ved Frelsesarmeens hovedkvarter.

Med vennlig hilsen og ønske om Guds velsignelse

Birgit Taarnesvik Fosen

Territorial sekretær for Frelsesarmeens kvinner

2017



Tips til tilrettelegging:

Hvordan få kontakt med innvandrere i din kommune:

Ta kontakt med Introduksjonscenteret/Innvandrercenteret i kommunen.

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

www.imdi.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!



Barnebursdag

Det har blitt veldig vanlig at barn skal ha bursdagsselskaper som koster veldig mye penger, f.eks. temabursdag med utkledding og spesiell mat, dekorasjoner osv. Eller bursdagen skal foregå i zoologisk hage, på McDonalds eller et liknende sted. Man skal også gi gaver til alle gjestene og de skal være mange. Dette er et stort problem for mange, ofte på grunn av hva det koster. Her kommer noen opplysninger og tips om hva du bør gjøre, og hvordan du kan gjøre, for at fødselsdagsbarnet og gjestene skal få en fin bursdag. Og det uten at du sliter deg ut, eller bruker mange penger.

Hvor mange gjester skal dere be? Hvem skal bes? I mange barnehager er det regler for dette – at hvis du skal levere innbydelse i barnehagen (som er veldig praktisk), så skal enten alle guttene, alle jentene, alle på samme alder eller gruppe inviteres. Ofte er det slik på barneskolen også.

Lag innbydelser selv. La barnet tegne på kartong eller tykke ark, klipp ut og skriv bakpå. Bruk vanlige kopper eller billig engangsservise.

Bak enkle kaker. For eksempel; pannekaker med sukker og syltetøy til, hveteboller, gele i forskjellige farger i små glass, sjokoladekake i langpanne med melisglasur eller små muffins med glasur i forskjellige farger.

Varm mat. Hvis du vil ha: Kyllingpølser med brød eller lompe, hjemmelaget enkel pizza. Er dere ute kan dere grille eller steke pølser på spidd. Drikke kan godt være saft eller billig brus.

Ha bursdagen på gratis steder. Barnehagens uteområde etter stengetid, en park, egen hage eller bakgård. Hjemme hos deg selv kan du skyve møblene inn til veggen og lage god plass på gulvet til å sitte og leke.

Hva gjør vi? Enkle, gode, billige leker som alle barn liker: Slå på gryta, adjektivhistorie, ballongleken, Kims spill, flasketuten peker på, tampen brenner, skuespill med utkledding i gamle klær osv. Søk etter disse lekene på internett. Flere forslag finner du her :

<https://www.aktivioslo.no/info/danseleker/>

<http://nett.nyttiginfo.no/bursdagsleker/>

Forslag til andakt: Alle mennesker er Guds barn.



Barn i barnehage og skole

- a. Alle barn i Norge har rett til barnehageplass når det har fylt 1 år. Barnehager i Norge må følge Barnehageloven <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/2005-06-17-64>. Barn med forskjellige spesielle behov har rettigheter til ekstra hjelp i barnehagen f.eks. ved sen utvikling, sykdom og nedsatt funksjonsevne. Barnehagene skal samarbeide med foreldrene og foreldrene plikter å følge opp barna. Vanligvis må foreldrene betale en egenandel til barnehagen for at barnet kan gå der.
- b. Mat og klær, forskjellige årstider.
 - i. Gode råd om hvordan kle barn i vinterkulda på forskjellige språk. <http://morsmal.no/foreldre-norsk/2382-kle-barna-riktig-i-vinterkulda>
 - ii. Det er veldig viktig at barn og voksne i Norge får nok D vitaminer på grunn av vinteren og lite sol. Spesielt ved mørk hudfarge.
 - iii. <http://www.helsekostopplysningen.no/Innhold/Livsfaser/Ikkevestlige-innvandrere/>. God barnemat med fisk finnes her: <http://www.godfisk.no/Kampanjer/Barnemat>
 - iv. Barnehagene skal gi barn mat ifølge retningslinjer gitt av Helsedirektoratet. Ingen matvarer er i utgangspunktet 'forbudt', men 'kosemat' som pølser skal ikke serveres hver dag. <http://helsedirektoratet.no/retningslinjer/retningslinjer-for-mat-og-maltider-i-barnehagen>
- c. Forventninger til foreldrene.
 - i. I barnehagene har foreldrene også ansvar, som f.eks. ikke å sende et sykt barn i barnehage, lese beskjeder som sendes hjem, hente barnet i tide osv. <https://www.abcnyheter.no/livet/2011/07/08/133742/dette-irriterer-de-ansatte-i-barnehagen>
 - ii. Eksempel på hvordan barnehage vil at foreldre skal opptre. [Søk nedlastning på : forventninger foreldre ravnanger barnehage](#)
- d. Oppfølging fra barnehage og skolen.
 - i. På denne nettsiden finnes mye informasjon, spesielt under Pedagogikk <http://www.barnehage.no/>
 - ii. Foreldrene til elever i grunnskolen skal ha opplysninger om:
 - Opplæringsmålene i de enkelte fagene.
 - Hvordan opplæringen er lagt opp.
 - Arbeidsmåter.
 - Vurderingsformer.
 - Ordensreglement.
 - Forhold ved skolen som kan ha negativ innvirkning på elevenes helse.Skolen skal gi informasjon uoppfordret om slike forhold. Foreldrenes rett til informasjon er langt videre enn det som fremkommer av listen, og de har ved henvendelse til skolen rett til svar på de fleste typer spørsmål. Denne nettsiden fokuserer spesielt på hjem – skole og samarbeid <http://www.fug.no/>

Forslag til andakt: Snakk om Bibelens lære om barn og foreldre.



Dugnad

Dugnad er et felles utført og vanligvis ulønnet og frivillig arbeid av betydning for fellesskapet eller en enkeltperson. Dugnader utføres vanligvis i et lokalsamfunn, (for eksempel vårrydding i et borettslag, oppføring av en låve, ei båtstø, ei kai eller en lekeplass), som nabohjelp i forskjellige situasjoner, men noen ganger også på regionalt eller nasjonalt plan.

Dugnad forekommer i barnehager, klubber, borettslag, idrettslag, skoleklasser osv. Når det kommer informasjon om en dugnadsdag, er det forventet at alle deltar i dugnaden dersom en har mulighet. Det vil si at dersom ditt barn eller noen i familien er med i en aktivitet der det arrangeres dugnad, eller det er dugnad der du bor, så er det forventet at alle deltar.

Hvorfor brukes dugnad? Det er for å spare penger eller få inntekter til noe spesielt.

Det kan være at idrettslaget eller skoleklassen ønsker å reise på en tur.

Ofte arrangerer borettslag opprydding på vår og høst eller de trenger å betale noen for å plante i felles hage osv. Dugnad er også en måte å bli bedre kjent med naboer og familien til de som tilhører samme idrettslag eller skole som en selv.

Hva kan dugnaden bestå i? Du kan bli bedt om å bake en kake, koste og rydde, hjelp til på loppemarked, vaske gulv, male en vegg, plukke søppel, selge kjeks m.m.

Hvorfor delta i dugnad? 'Sannheten er at dugnad er et fantastisk konsept som bringer voksne og barn sammen i arbeid mot et felles mål, som for eksempel å selge toalett-papir eller kaker for et fotballag, lage vafler for barnehagen, eller rydde i bakhagen sammen med naboene. Det gir deg et genialt påskudd til å snakke med folk og spise masse vafler og pølser.' (Lorelou Desjardins., innvandrer)

Konsekvenser ved ikke å delta i dugnad.

Å ikke delta i dugnad kan oppfattes som veldig negativt av dem som organiserer og arrangerer dugnaden. Det gjør også at du ikke blir med i fellesskapet på samme måte som de andre. Dugnad bygger fellesskap og er en flott anledning til å bli kjent og integrert

Du kan få nye venner!

Gyldige grunner til ikke å delta i dugnad.

'Du kan ikke nekte å delta i dugnad så lenge du ikke har gode unnskyldninger. Spesielt hvis det er snakk om dugnadsarbeid som du og familien din også drar nytte av. I mitt borettslag skrev de i påminnelsen at «De som ikke kan hjelpe til med fysisk arbeid på dugnaden, må steke vafler og bidra med godt humør for å motivere de som jobber».

Med andre ord, hvis du ikke greier å bære eller løfte noe fordi du er gammel, syk eller gravid så har du muligens en god unnskyldning til å slippe akkurat det..

(Lorelou Desjardins)

Det er frivillig å delta! Det er ikke tillatt å bøtlegge dem som ikke stiller.

Tema til andakt: Vi hører alle til i Guds familiefellesskap.



Gjensidig formidling av kultur og tradisjoner

- a. **Innflytternes kultur.** Utfordre en eller flere i gruppen til å bidra med kulturelle innslag fra deres eget land til en spesiell fest eller samling. Dette kan være:
 - i. Sang og dans
 - ii. Mat og drikke
 - iii. Fremvisning av tradisjonelle klær, pyntegjenstander, instrumenter osv.
- b. La det være tid til reaksjoner, samtaler og spørsmål om betydningen og innholdet i det kulturelle innslaget.
- c. Ha en plenumsamtale om hva det vil si å ha respekt for hverandres kultur, og hva gjensidig respekt og toleranse betyr mellom nasjoner og folkeslag.

Toleranse

Toleranse er et mye misbrukt begrep i kulturell kommunikasjon. I dagligspråket oppfattes toleranse ofte som overbærenhet og fordragelighet. Toleranse synes å innebære en viss tilbakeholdenhet når det gjelder å si at noe er sant eller galt. Enkelte bruker toleranse omtrent i betydningen: «Alt er like bra og alt er like dårlig, enhver får gjøre som hun eller han vil, det er ikke så farlig med noe.», men dette er en misforstått toleranse. Dersom begrepet brukes slik, blir det et annet ord for likegyldighet. Konsekvensen av en slik innstilling er at alle syn blir like riktige eller like gale, og det å ikke ha noe syn er kanskje aller best, for da kan man være nøytral.

Verdinøytralitet – om det er mulig – har vært oppfattet nærmest ensbetydende med toleranse.

Det går an å problematisere en slik holdning. Er verdinøytralitet tolerant?

Dersom man krever av andre at de skal være verdinøytrale i betydningen ikke ha noen mening, så er man ikke tolerant. Et krav om slik nøytralitet forneker toleransens innhold.

Tvang til toleranse i betydningen **relativisme** – at alt er likegyldig – blir intolerant!

Et slikt nøytralistisk toleransebegrep er blitt tappet for sitt egentlige innhold.

Ordet toleranse skriver seg fra et latinsk verb som betyr «å tåle, ha evne til å holde ut».

Et krav om å tåle blir bare meningsfullt dersom det en skal tåle, er forskjellig fra det en selv mener er rett.

Toleranse kreves av den som har et annet syn. Den som ikke mener noe, er likegyldig.

Å ha en overbevisning selv er en forutsetning for å kunne tåle andres overbevisning, å være tolerant.

Vi må vite hvor grensene går for det vi kan si ja og det vi må si nei til.

Å si nei og påpeke urett er ikke det samme som å være intolerant. Tvert imot er det et vitnesbyrd om at vi tar vår meningsmotstander eller kommunikasjonspartner på alvor som et moralsk og myndig menneske.

Det gjelder også i møtet mellom ulike kulturelle univers. Det er her viktig å skille person og sak.

Toleranse er en holdning som viser tålsomhet overfor en person med meninger som går på tvers av ens egne. Det er ikke nok bare å tåle personen og la vedkommende få forfekte sitt syn, det kan lett slå

over i likegyldighet. Jeg må også kunne lytte til meningsmotstanderens anliggende og ta vedkommende alvorlig. Han eller hun må få anledning til å forfekte sitt syn – og jeg mitt. Ulike deltakere i en

kommunikasjon kan diskutere det de er uenige om, dersom vi var enige i alt, ville det ikke blitt noen kommunikasjon.. Vi må godta at vi kan være uenige om mange ting. Det er en menneskerett å ha frihet

Til å uttrykke seg også om kontroversielle saker. Vi må alle ha frihet til å låne, frihet til å gi, frihet til å ta imot, frihet til ikke å ta imot, frihet til å omskape og frihet til å nyskape! Det er kulturmøtets spennende

mulighet! (Fra NDLA – Nasjonal digital læringsarena for videregående skole)

Forslag til andakt: Jesu budskap om at vi skal elske hverandre, venner og fiender!

Helsesystemet i Norge



a. Helsestasjonen

i. Svangerskapskontroller.

Alle gravide har rett til svangerskapsomsorg hos jordmor på helsestasjon. Helsestasjon. Den gravide kan velge om hun vil gå til sin fastlege eller jordmor. Tilbudet er gratis, og skal sørge for at du får råd og veiledning, slik at både du og barnet har det best mulig. <https://helsenorge.no/gravid/svangerskapskontroller>

ii. Helsestasjon for barn (0-5 år). Helsestasjon er til barn 0-5 år og deres foreldre.

Grunnbemanningen består av jordmor, helsesøster, lege og fysioterapeut. Helsestasjonen samarbeider også med kommunepsykologer, barnehageansatte, familieterapeuter, barnevern, koordinerende enhet og pedagogisk-psykologisk tjeneste (PPT) ved behov. Helsestasjonen ser alle barn fra fødselen av, og følger med på barnets fysiske og psykososiale utvikling. Du kan be om tolk dersom du har behov for det.

iii. Skolehelsetjenesten. Skolehelsetjenesten skal finnes på alle barneskoler, ungdomsskoler og videregående skoler og kan bestå av helsesøster, skolelege, psykolog og fysioterapeut evt. andre. Skolehelsetjenesten er ansvarlig for vaksinasjon og gir i samarbeid med skolen tilbud om undervisning i klasser, grupper og enkeltsamtaler. Alle henvendelser tas imot og tjenesten har taushetsplikt.

iv. Helsestasjon for ungdom (opptil 20 år). Helsestasjon for ungdom (HFU) er et gratis og tverrfaglig tilbud til unge mennesker. Tjenesten kan bestå av helsesøster, lege og psykolog, og er tilgjengelig på ettermiddagen.

b. Legevakt og sykebil.

i. Legevakt. Alle kommuner i Norge har en legevaktordning for øyeblikkelig helsehjelp hele døgnet. Ring 116 117 for å komme i kontakt med legevaktsentralen i området der du oppholder deg. Er det akutt og står om liv, ring 113.

<https://helsenorge.no/hjelpetilbud-i-kommunen/legevakt>

ii. Ambulans. Trenger du akutt medisinsk hjelp ring 113. Du kan bli hentet i bil, båt, helikopter eller fly.

iii. Rett til fastlege. Alle innbyggere som i folkeregisteret er registrert bosatt i en norsk kommune, har rett til en fastlege. Du kan velge fastlege hvis legen har ledig plass på listen sin. Personer med D-nummer har ikke rett til fastlege. Følgende grupper med D-nummer har likevel denne retten: Asylsøkere med D-nummer, og deres familie. NATO-personell med D-nummer, og deres familie. D-nummer er et ID-nummer, som tildeles personer som ikke fyller vilkårene for å få tildelt ordinært fødsels- og personnummer. Andre personer med D-nummer har ikke krav på fastlege, men derimot nødvendig helsehjelp. Kommunene er ansvarlige for å tilby slik hjelp. Personer som har flyttet innenfor Norge, og meldt flyttingen til en annen kommune til folkeregisteret, kan få tilbake tidligere fastlege om de flytter tilbake til opprinnelig kommune innen tre år. Er du i tvil om du har rett til fastlege, ring tlf. 800 43 573.

c. Spesialister. For tilstander (både fysiske og psykiske) som krever spesialisert behandling, henvises pasienten fra primærhelsetjenesten, oftest fra fastlegen. Spesialisthelsetjenesten skal sørge for diagnostikk, behandling og oppfølging av pasienter med akutte, alvorlige og kroniske sykdommer og helseplager. Alle pasienter kan velge hvilket sykehus de vil bli behandlet på – også private sykehus som har inngått avtaler med det offentlige.

d. Sykehusene. Sykehusene tilbyr befolkningen spesialisert behandling. I tillegg har sykehusene oppgaver innen forskning, utdanning og opplæring av pasienter og pårørende. Helse- og omsorgsdepartementet har et overordnet ansvar for alle sykehus i Norge, og staten eier de offentlige sykehusene. Sykehusene er organisert i fire regionale helseforetak.

Konfirmasjon

- Konfirmasjon i Frelsesarmeen** er et tilbud til alle som kunne tenke seg dette. Det kreves ikke noen tidligere tilknytning eller formelt medlemskap for å kunne stå til konfirmasjon hos oss. Det er Frelsesarmeen i ditt lokalmiljø som er tilbyder av og som gjennomfører konfirmasjonen. Ta kontakt med Frelsesarmeen der du bor for mer informasjon. Konfirmasjon i Frelsesarmeen er åpent for alle uansett bakgrunn og tro. Undervisningstidspunkt lokalt bestemmes av konfirmanter og konfirmantlærer. Konfirmantuka avholdes i løpet av skolens høstferie hvert år. Hva skjer på konfirmantuka? Konfirmantuka inneholder mye etikk-undervisning, som for eksempel menneskeverd, rus, sex og samliv, bistand, identitet, kjøpepress, film og påvirkning. I tillegg får konfirmanten et introduksjonskurs om Frelsesarmeen, gudstjenester på kveldene, showkveld, morsomme og utfordrende uteaktiviteter, m.m. Påmelding gjøres hos ditt lokale korps.
- Konfirmasjon i Den norske kirke** er i dag en forbønnshandling med bekreftelse av Guds løfter ved dåpen. Å være døpt er en forutsetning for å delta i selve konfirmasjonsgudstjenesten, men alle kan delta i konfirmasjonstiden i Den norske kirke. Konfirmasjon og dåp henger sammen. Derfor blir mange unge døpt i løpet av konfirmasjonstiden. Et konfirmantår består av én undervisningsdel og én leirdel. Du kan velge mellom hele 6 forskjellige undervisningsformer, og 3 flotte leiropplegg. Alle er laget for å gi en best mulig konfirmasjonstid.
- Konfirmasjonsdagen.** Selve konfirmasjonen skjer i Frelsesarmeen eller i en kirke i løpet av en gudstjeneste. Alle konfirmantene i gruppen er deltakere. De deltar i gudstjenesten på forskjellige måter; med opplesning, å svare på spørsmål om hva de har lært, viser en filmsnutt osv. Konfirmasjonen gjøres ved en forbønnshandling for hver enkelt konfirmant, gjerne med håndspåleggelse. Så får hver enkelt med seg en hilsen, gjerne i form av et bibelvers.
- Hvordan feire dagen?**
 - Konfirmanten får nye, pene klær. I Norge brukes ofte bunad.
 - Det holdes et selskap etter gudstjenesten, med mat og drikke i et egnet lokale. Man sitter rundt bord som er pent pyntet med bordkort, blomster og annet. Maten kan være det konfirmanten ønsker seg, f.eks. middag eller koldtbord med mange småretter. Det er ikke vanlig å servere alkohol i konfirmasjon.
 - Det inviteres gjester som konfirmanten ønsker; familie og venner. Alle gjestene kommer med en gave til konfirmanten. Det kan være penger eller andre ting.
 - Under måltidet gis det anledning for alle til å komme med en hilsen til konfirmanten = holde en liten tale. Det er vanlig at en av foreldrene eller begge holder tale. Konfirmasjon sees på som en overgang fra å være barn til å være på vei inn i de voksnes verden.
 - Etter maten er det en liten pause der konfirmanten åpner gaver og gjestene ser på dem.
 - Etter en stund serveres det kaker, kaffe og brus. Det hele varer i 3 – 4 timer.
 - Det er vanlig å ta konfirmasjonsbilder. Disse kan du ta selv eller få noen i familien til å gjøre.
 - Det er også vanlig å ha sanger som er trykket på ark. Det er gjerne en sang spesielt skrevet til konfirmanten. Men dette er ikke noe du må.
 - Noen har underholdning i form av at en eller flere av gjestene synger eller leser opp noe.
- Dette** kan bli veldig dyrt, men det trenger det ikke. Hvis du begynner forberedelsene tidlig kan du:
 - Lage mye av maten selv og fryse ned. Kjøp når det er på tilbud.
 - Spørre venner om de vil bake en kake, eller lage noe annet godt.
 - Få noen bekjente til å servere maten og vaske opp osv.
 - Vær tidlig ute og bestill et lokale som ikke er for dyrt. Kanskje du eller noen venner har plass hjemme, eller du kan leie eller låne i borettslaget der du bor?
 - Du kan pynte med ting du har hjemme og ikke kjøpe noe nytt. Eller ta en tur på Fretex og/eller loppemarked.
 - Vanligvis er konfirmasjonen om våren og du kan gå ut og finne markblomster og grønne grener til å pynte bordet med.
 - Gode tips til billige servietter, lys og annen pynt er å handle på Nille og Europris.





Plikter i arbeidslivet for arbeidstaker

For å få en jobb og kunne beholde den uten at arbeidsgiver har rett til å gi deg avskjed finnes det regler. Du må oppfylle visse krav for å ha rett til arbeid og til å beholde arbeidet.

To saker fra virkeligheten kan belyse dette godt:

Arbeidstakeren mener at arbeidsoppgaven er unødvendig eller upraktisk

Mener arbeidstakeren at arbeidet bør gjøres på en annen måte enn det arbeidsgiveren ønsker, kan han foreslå dette for arbeidsgiveren. Men hvis arbeidsgiveren ikke vil følge arbeidstakerens råd, må arbeidstakeren normalt adlyde ordre. En verkstedsansatt i Drammen kommune fikk beskjed om å kjøre en lastebil til et bestemt verksted og der sette lemmer på lasteplanet. Han mente imidlertid at det var så rotete på dette verkstedet at han nektet å dra. Han fikk da beskjed om at hvis han ikke fulgte ordre, ville han få avskjed. Avskjed er sterkere enn oppsigelse, det innebærer at man må gå på dagen. Han nektet fortsatt, og ble avskjediget. Han gikk til sak, som til slutt endte i Høyesterett, der han tapte. (Rt 1971-310) Hvis ordren har preg av ren maktutøvelse, altså at arbeidsgiveren gir den for å provosere eller å sette arbeidstakeren på plass, vil det ikke nødvendigvis kvalifisere for oppsigelse dersom arbeidstakeren nekter å utføre ordren.

En ansatt på kjøkkenet i Peppes Pizza i Oslo fikk før en helg beskjed om å lage 80 liter med rømmedressing. Etter rutinene ble slik dressing laget på fredager, slik at restauranten hadde nok for helgen og en tid fremover. Arbeidstakeren ville imidlertid ikke lage mer enn 40 liter, og viste til at det fortsatt sto 60 liter på kjølerommet og at 100 liter var mer enn nok til nødvendig forbruk.

Både han og den overordnede sto på sitt, og arbeidstakeren ble til slutt bedt om å forlate bedriften. Arbeidstakerens holdning var klar ordrenekt, men både byretten og lagmannsretten kom likevel til at det ikke kvalifiserte for oppsigelse. Grunnen var at miljøet og stemningen i bedriften var svært dårlig, og at ordrenekt-situasjonen etter domstolens syn oppstod som følge av det dårlige miljøet. (RG-2003-1588).

1. Plikter i arbeidslivet for arbeidstaker.

a. <http://www.arbeidsrettsadvokater.no/ansettelse/arbeidstakers-opptreden-paa-jobb/>

b. Hva må jeg gjøre?

- i. Arbeidsplikt
- ii. Lydighetsplikt
- iii. Lojalitetsplikt

c. Hva må jeg ikke gjøre?

i. <http://www.oppsigelse.no/>

ii. Du må ikke bryte arbeidsavtalen.

Ethvert arbeidsforhold bygger på en arbeidsavtale.

Arbeidsmiljøloven bestemmer at arbeidsavtaler skal være skriftlige, og at de skal inneholde bestemte regler

Dersom det ikke finnes noen skriftlig avtale, gjelder den muntlige avtalen.

<http://www.lovdatab.no/all/tl-20050617-062-014.html#14-5>

2. Ved problemer med rettigheter og plikter kommer Arbeidstilsynet inn.

a. <http://www.arbeidstilsynet.no/>

Rettigheter i arbeidslivet

Arbeidslivet i Norge blir styrt av mange lover og avtaler, for eksempel arbeidsmiljøloven og ferieloven. Politikerne på Stortinget vedtar lovene, arbeidsgivere og arbeidstakere blir enige om avtaler gjennom fagforeningene sine. Lovene gjelder for alle arbeidsgivere og arbeidstakere, mens avtalene gjelder for bestemte yrkesgrupper. Eksempel på lovbestemte rettigheter:

- * Alle arbeidstakere i Norge har rett til en arbeidskontrakt. Kontrakten skal blant annet inneholde avtalt lønn og arbeidstid. Ei normal arbeidsuke er 37,5 timer.
- * Arbeidstakere i Norge har rett til minimum fire uker ferie i løpet av et år.
- * Arbeidstakere i Norge har rett til å være borte fra jobben med full lønn et visst antall dager dersom de selv eller barna er syke
- * Arbeidstakere som får barn, har rett til permisjon med lønn.
- * Arbeidstakere har rett til lønn under opplæring.
- * Les mye mer på denne nettsiden som er på mange forskjellige språk.

<http://www.samfunnskunnskap.no/>

1. Hva skal arbeidsgiver gjøre?
 - i. Arbeidsgiver har mange plikter overfor arbeidstaker etter Arbeidsmiljøloven. Den finner dere her: <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/2005-06-17-62>
- 2.. Hva har arbeidsgiver ikke lov til?
 - i. Arbeidsgiver må følge norske lover og forskrifter for arbeidslivet.
 - ii. Har du mistanke om at lover eller forskrifter blir brutt på din arbeidsplass kan du melde fra, iblant skal du melde fra:

Virksomheten **skal ha** utarbeidet rutiner for **intern varsling** eller sette i gang andre tiltak som legger forholdene til rette for intern varsling ved kritikkverdige forhold. Arbeidstaker skal varsle i henhold til disse rutinene, med mindre det er forhold som gjør at intern varsling ikke er hensiktsmessig.

Påstander om kritikkverdige forhold kan være en belastning både for den eller dem det varsles om, for virksomheten og kolleger samt miljøet på arbeidsplassen.

Mange opplever også det å varsle om kritikkverdige forhold som en belastning for seg selv. Det anbefales derfor at du søker rådgivning, gjerne hos Arbeidstilsynet, tillitsvalgt eller advokat, før du eventuelt går til det skritt å varsle om kritikkverdige forhold i virksomheten. Arbeidstaker bør spørre seg selv: Har jeg grunnlag for kritikken? Hvordan bør jeg gå frem? Hvem bør jeg si fra til?

3. Arbeidstilsynet.
 - i. På denne nettsiden finner dere mye nyttig informasjon, og den er på flere språk: <http://www.arbeidstilsynet.no>

Forslag til andakt:

Som Guds barn har vi alle rett til å bli behandlet som uendelig verdifulle.



Rett til skolegang i Norge for utenlandske borgere

I utgangspunktet har alle som har lovlig opphold i Norge rett til utdanning. Det er gratis å studere. Her trenger dere noen datamaskiner for å se på og lete på nettsidene. Storskjerm er også en fordel, eller dere kan få tak i en fra det offentlige. Kontakt for eksempel kommunens flyktningekoordinator. Ha en liten innledning med grunnleggende informasjon og åpne deretter for spørsmål. Søk på internettsidene nedenfor.

a. Skole

i. <https://www.utdanning.no>

Viser hva slags type utdanning som finnes. Norsk.

ii. <https://www.ung.no>

Mye informasjon som er nyttig for nye nordmenn. (Bare på norsk.)

b. Norskopplæring

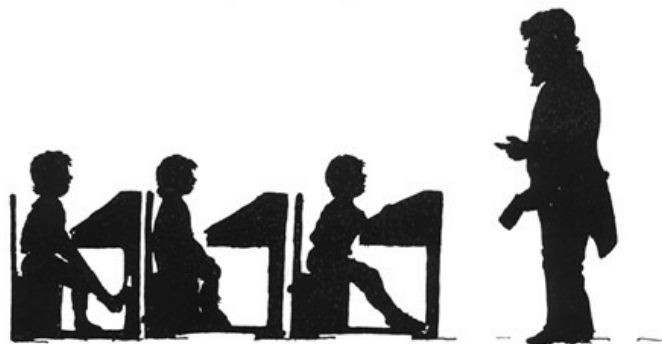
i. <https://www.nyinorge.no>

Informasjon fra det offentlige om mye for innvandrere (På flere språk)

c. Videreutdanning

ii. <https://www.delta.no>

Arbeidstakerorganisasjon med mye info om rettigheter.



Forslag til andakt:

Hvordan kristendommen lærer at vi skal arbeide på våre liv på alle måter.

Ung i dag

1. Sosiale medier

De fleste med tenåringer i huset har oppdaget at mye av tiden deres går med til å være på sosiale medier. Mobilen er aldri langt unna og det tikker stadig inn nye oppdateringer fra Snapchat, Instagram og Facebook. Men hva er grunnen til at tenåringer blir så besatt av sosiale medier? Amerikanske hjerne-forskere mener å ha funnet noe av grunnen, skriver [Huffington Post](#). Det viser seg nemlig at hjerner som fremdeles vokser, i langt større grad lar seg «beruse av likes». Forskerne fra UCLA har funnet ut at den delen av hjernen som er forbundet med belønning, summer av aktivitet når tenåringer ser at de får mange «likes» på bilder de legger ut. Forskerne fant også ut at «liking» av innhold har en eskalerende effekt: når jevnaldrende liker et bilde, er det sannsynlig at andre tenåringer liker det samme bildet, uavhengig av hva det viser. Tall fra en undersøkelse [MedieNorge](#) gjorde i 2014 viser at ungdom mellom 16 og 22 år i gjennomsnitt bruker rett i underkant av fire timer daglig på sosiale medier. En av grunnene til at tenåringer er så aktive brukere av sosiale medier kan være at de er så sensitive når det kommer til «likes» og hva deres jevnaldrende gjør på nett, forteller forsker ved UCLA, Laura Sherman, til [Huffington Post](#).

- i. Her finner dere interessante og skremmende fakta: Barne- og familiedirektoratet https://www.bufdir.no/Statistikk_og_analyse/Oppvekst/Fritid/Barn_og_unges_mediebruk/
- ii. Hvis ditt barn er på et sosialt medium, vær tilstede i ditt barns sosiale verden og utøv foreldrerollen slik du kan den best., det er faktisk lov til å si nei.

Psykiske lidelser blant barn og unge.

- i. Her er fakta om dette: https://www.bufdir.no/Statistikk_og_analyse/Oppvekst/Helse_Psykisk_helse/

2. Hva kan vi gjøre? Diagnoseepidemi?

Ifølge den amerikanske psykiateren Allen Frances hadde vi for få tiår siden 100 ulike diagnoser for ulike psykiske lidelser. I dag finnes det over 350. Samtidig har de ulike diagnosekodene fått lavere terskler, det vil si at flere plager, vansker og variasjoner kan falle inn under betegnelsen «psykisk lidelse» Dette endrer forståelsen av hva som er normalt. Det må bli like lett å få hjelp av psykolog som av fastlege, [mener Norsk Psykologforening](#). De får gehør fra regjeringen, som vil betale kommunene for å ansette flere lavterskelspsykologer. I 2020 skal kommunepsykologer lovfestes. Ofte er familie, venner, selvhjelpsgrupper eller en prest bedre alternativer enn helsevesenet for å håndtere livssmerte. Det hele fremstår som en villet utvikling: Vi vil gi flest mulig mennesker hjelp. Det er bedre at man får en diagnose som utløser ressurser og behandling, enn at man går rundt for seg selv. Da kan nemlig angsten og depresjonen øke i styrke. Derfor må vi ha tidlig innsats for å ta problemet ved roten. Historien er tilforlåtelig, men det skurrer. For forskningen tyder på at det meste av det vi i dag kaller psykiske lidelser går over av seg selv uten behandling. Alle trenger noen å støtte seg på når livet buttrer imot. Men ofte er familie, venner, selvhjelpsgrupper eller en prest bedre alternativer enn helsevesenet for å håndtere livssmerte.

2. Curlingforeldre:

- Curlingforeldre kan være med på å skape en usunn utvikling hos barnet, mener Tone Strømøy, høyskolelektor i pedagogikk, og forfatter av boken 'Oppdragelse mellom frihet og grenser. Barnas selvfølelse - voksnes ansvar'. - Det er bra å lytte til og bekrefte barn, men det kan bli for mye av det gode. Den største faren blant dagens foreldre er tendensen til å skape barn som er både hensynsløse og egosentriske, sier hun. - Når barna blir oppmuntret til å tro at de er verdens midtpunkt og verdensmestere i alt, er det neimen ikke rart de møter veggen i den virkelige verden, forklarer Strømøy. Les mer om dette her: <http://www.klikk.no/foreldre/barn/barneoppdragelse/curlingforeldre-2355609>

Forslag til andakt:

Viktigheten av gode sosiale relasjoner, grupper og fritidsaktiviteter, for eksempel på Frelsesarmeen.

Ungdom og kjærlighet.

Norsk kultur er på en del måter annerledes enn det mange innvandrere er vant til når det gjelder måten å være kjærester på og inngå ekteskap. I Norge er det etter loven helt fritt, både når det gjelder kjæresteforhold, sex før inngått ekteskap, samboerskap og hvem man vil gå inn i et forhold med eller gifte seg med. Men det er fremdeles mange som mener at kjæresteforhold skal være uten sex før ekteskapet, at samboerskap ikke er riktig og at et ekteskap er forbeholdt én mann og én kvinne. Dette siste er også det Frelsesarmeen tror og holder fast ved.

1. Kjæresteforhold

- i. Samtale om hvordan et tradisjonelt kjæresteforhold er i de forskjellige kvinnenes hjemland og hvordan de mener det bør være for deres barn her i Norge.

2. Ekteskap

- i. To mennesker kan gifte seg hvis begge er over 18 år, er enige om det og selv ønsker det. Et barneekteskap er ekteskap mellom to barn, eller mellom en voksen og et barn. Hvis noen gifter seg mot sin vilje er det et tvangsekteskap. <https://www.udi.no>
Klikk på 'ord' og bekreper og 'tvangsekteskap'.
- ii. Hvordan ser kvinnene på tvangsekteskap?
- iii. Arrangert ekteskap?
<http://kjonnsforskning.no/nb/2014/10/fra-arrangert-til-selvvalgt-kjaerlighet>

3. Rettigheter

- i. Kvinner har i utgangspunktet samme rettigheter som menn i Norge. I tillegg har kvinner noen spesielle rettigheter, f.eks. retten til å ta abort.
Frelsesarmeen arbeider for kvinners rettigheter over hele verden, se for eksempel her: <http://www.iol.co.za/news/south-africa-salvation-army-calls-for-end-to-ukuthwala-1956654>
- ii. I Norge kan ingen mann, inklusive ektemannen bestemme over kvinner, inkludert sin kone. Hvert menneske, uavhengig av kjønn, kan bestemme over sitt eget liv etter at de er blitt myndige.

Forslag til andakt:

Bibelens syn på ungdom, kjærlighet og ekteskapet, og hva Frelsesarmeen tro er riktig.



