

# Idébank for seniorarbeid i Normisjon

# Seniorarbeid i Normisjon

Seniorarbeidet er en viktig del av virksomheten i Normisjon. Noen steder kan den lokale foreningen i all hovedsak bestå av eldre mennesker, mens mange steder utgjør seniorenene en viktig og naturlig del av foreningens eller fellesskapets medlemmer. Mange av disse har vært med i Normisjons arbeid gjennom et langt liv, mens noen kan ha kommet med i godt voksen alder. Andelen seniorer i befolkningen vil øke i tiden som kommer. Det vil være viktig for Normisjon å kunne nå ut til disse med evangeliet om Jesus Kristus, og dette vil omfatte både å ha tilpassede møteformer og opplegg for egne medlemmer og å ha utfordrende tilbud til nye grupper som kan bli med i Normisjons arbeid.

Eldre trenger å høre og utfordres på samme forkynnelse som menighetene forøvrig. Det er viktig at seniorarbeidet «ikke blir en stat i staten». Normisjon har et eget seniorutvalg som har et strategisk og koordinerende ansvar for seniorarbeidet på landsbasis. Utvalget har ansvar for noen egne arrangementer, og det skal gi veiledning og oppmuntring til regionalt og lokalt seniorarbeid.

Noen av regionene har egne seniorutvalg som koordinerer arbeidet på regionnivå. Det aller meste av seniorarbeidet skjer imidlertid på lokalt nivå og blir planlagt og gjennomført der.

Hensikten med denne idébanken er å kunne vise litt av det arbeidet som skjer i regioner og lokalt, og gi inspirasjon og ideer til eget arbeid. De konkrete arrangementene som er vist, er ment å være eksempler på hva som kan gjøres, og de kan tilpasses egne, lokale forhold. Idébanken er ikke en kunngjøring av kommende arrangementer.

Lykke til med seniorarbeid på ditt sted.

*Hilsen*

seniorutvalget i Normisjon

## **Innhold**

|                          |         |
|--------------------------|---------|
| Endags arrangement       | side 4  |
| Bibelkurs                | side 5  |
| Leirer og stevner        | side 6  |
| Ut i naturen             | side 7  |
| Diakonalt arbeid         | side 8  |
| Hobby- og aktivitetskurs | side 9  |
| Gjenbruksbutikker        | side 10 |

# Endags arrangement

Her finnes det et stort antall ulike arrangement som i de fleste tilfelle foregår lokalt, og de må tilpasses de lokale forhold når det gjelder lokaler, aldersgrupper, frekvens for arrangementene, program, etc.

Formiddagstreff, eldres hyggestund, Vi over 60, Strikkekafé, etc. Dette er nok den mest utbredte typen av arrangement for seniorer, og mange steder har det pågått kontinuerlig i mange tiår. Program og opplegg kan variere fra sted til sted, fra å være et rent misjonsmøte med kristne sanger og tale/andakt, og til mer kulturelt preget med foredrag eller presentasjon av ulike tema (litteratur, forfattere, sang og musikk, lokalhistorie, etc.) Noen steder skjer arrangementene i samarbeid med den lokale menigheten (diakon eller diakoniutvalg).

## Eksempel:

- Formiddagstreff Salem menighet, Trondheim, Trøndelag.
- Onsdagskafe på bedehuset, Frosta, Trøndelag.
- Strikkekafe i Fokusbygget, Skogn, Trøndelag.

**Festarrangement for seniorer.** Dette er arrangement der en har påmelding eller inviterer lag, grupper eller aldersgrupper av seniorer. En viktig del av arrangementet er et festmåltid, gjerne med middag, og det kan foregå lokalt på bedehuset/menighetshuset eller ved å reise felles til et leirsted. I programmet vil det gjerne også være en andakt og/eller et foredrag.

## Eksempel:

- Senioresnes festdag på Horve, Rogaland.
- Levi gjestebud på Strand leirsted, Vestfold/Buskerud.



# Bibelkurs

Ulike former for bibelundervisning og bibelkurs har vist seg å være meget populært for seniorer. Dette gir også mulig- heter til å få arrangementer og aktiviteter til leirsteder som ellers ofte ikke blir utnyttet mellom helgedager. Slike kurs kan arrangeres en gang eller gjentas f.eks. årlig.

Alphakurs er en rekke samlinger der deltakerne kan utforske den kristne tro sammen med andre. Hver samling har et tema om tro som er laget for å skape samtaler. Alphakurs ar- rangeres over hele verden. Ingen kurs er like, men de har tre viktige ting felles: Mat, undervisning, samtale.

## Eksempel:

- [Bibelkurs på IMI Stølen](#), Oppdal, Trøndelag.
- Alphakurs for seniorer. Kontakt: [www.norge.alpha.org](http://www.norge.alpha.org)

BILDE AV RODNAE PRODUCTIONS FRA PEXELS



# Leirer og stevner

Dette er arrangementer som gjerne benytter de ulike leirstedene for Normisjon. Program og målgrupper varierer, men felles for programmene er at de kan omfatte forkynnelse, kulturelle aktiviteter, fysiske aktiviteter, besøk til lokale steder, god mat, etc.

## Eksempel:

- Besteforeldre/barnebarnleir på Bakketun folkehøgskole, Verdal, Trøndelag.
- [Seniortreff på Eikely leirsted](#), Agder.

BILDE AV COTTONBRO FRA PEXELS



# Ut i naturen

Trimturer i nærområdet. Her kan en gå løyper og ruter som er spesielt lagt opp for trimturer, gå til spesielle lokalhistoriske steder eller bygninger, monumenter, etc. I turen kan det være lagt inn en andakt eller dagens ord, og en kan ha kontingent eller kollekt der overskuddet går til Normisjons arbeid.

## Eksempel:

- [Nortråkk](#), Rogaland.

## Bussturer i eget distrikt.

Dette kan være besøk til kjente steder i nærområdet, som historiske steder, bedrifter, museer, kirker, andre Normisjonsforeninger. Her er det også mulig å legge inn ulike program med andakt, sang, bevertning, etc. i løpet av turen.

## Sangstund, sangkveld.

Det har i de siste tiårene skjedd en stor forandring innenfor kristen sang og musikk, og mange seniorer ønsker fortsatt å kunne synge de sangene som de alltid har vært vant med. Det er derfor mange steder stor interesse for å kunne samles til arrangementer der en kan høre og/eller delta i sang av kjente og kjære sanger og salmer.

FOTO: ARNE SÆTEREN



# Diakonalt arbeid

Ulike former for diakonalt arbeid kan være viktig for seniorer, og seniorer kan selv bidra til dette på mange måter. Foreninger og fellesskap i Normisjon kan ha diakonalt arbeid alene eller i samarbeid med den lokale menigheten.

Eksempler på diakonalt arbeid kan også være noe av det som er omtalt under kategorien «endags arrangement».

## Eksempel:

- [Retreat på Gautestad kurs- og misjonssenter](#), Evje, Agder.
- Besøksgruppe til eldre og syke foreningsmedlemmer i Levanger, Trøndelag.
- Hyggestund med ettermiddagskaffe på bo- og omsorgssenter i Soknedal, Trøndelag.

BILDE AV ANASTASIA SHURAEVA FRA PEXELS





# Hobby- og aktivitetskurs

Her er det vel bare fantasien som setter grenser. Seniorer har tid til å ta kurs, og de kan ha behov for å lære noe nytt som de trenger i hverdagen eller å gjøre noe som de lenge har hatt interesse for og ønske om. Et kurs vil også være et meget godt sosialt fellesskap der en opplever å gjøre ting sammen med andre.

## Eksempel:

- Stikkord og tema for kurs kan være data, foto, knivlaging, ulike typer trearbeid, tekstilarbeid, strikking, matlaging, skriving, slektgransking, etc.

BILDE AV JESHOOOTS.COM FRA PEXELS



# Gjenbruksbutikker

Gjenbruksbutikker har fått en viktig funksjon i vårt overflodssamfunn, og de er populære i mange aldersgrupper. For en misjonsorganisasjon kan nytten til butikkene beskrives med minst tre funksjoner (de tre M-er): miljø (gjenbruk og sparing av ressurser), midler (økonomisk overskudd til misjonsarbeid) og misjon. Vi vil understreke mulighetene til sosial kontakt og sosialt fellesskap som grunnlag for samtaler og presentasjon av Normisjons arbeid.

Gjenbruksbutikker kan drives både i fysiske lokaler og på internett. Normisjon har i 2021 ni gjenbruksbutikker, og disse drives i stor grad av seniorer. Butikkene drives innenfor et felles konsept med tittel Galleri Normisjon.

- Kontakt: [www.gallerinormisjon.no](http://www.gallerinormisjon.no)

FOTO: ARNE SÆTEREN

