

# kirken i arbejdstøjet

- inspiration til tjeneste og omsorg for medmennesket

MAL EN VÆG

EFTERSYN AF PARFORHOLDET

KIRKER DELER MAD UD

KIRKEN LEVERER BARSELSPOTTE

HJÆLP TIL SKILSMISSEBØRN

IDEER TIL OMSORG

EN LYKKELIG PRÆST

KIRKENS UNDERGRUND

HER SER DE HINANDEN

KIRKEN SAMLER EFTERLADTE

2010

agape  
når livet gør ondt



# Kirken gør en forskel

leder

Selv om det ser ud til, at kirken taber terræn i disse år, og mange ikke har behov for den, så gør kirken en stor forskel i samfundet. Mange steder spiller kirken stadig en vigtig rolle, når det gælder tjeneste og omsorg for mennesker.

Idérigdommen er stor. Det vrirler faktisk med gode tiltag, og nogle af dem har vi valgt at tage med i dette inspirationshæfte i håb om, at de kan blive til inspiration for andre. I ethvert sogn er der mennesker, der har brug for en hjælpende hånd og andre, der gerne vil række den. Bladet sendes til menighedsråd, sognemedhjælper og præster.

Vi hører i kirken, at Jesus meget ofte taler om at tjene og hjælpe. Han er oven i købet selv kommet for at tjene, siger han. At tjene er altså et kerneområde i evangeliet og kristendommen, og når vi som kirke tjener medmennesket, kalder vi det diakoni.

God læsning.

Med venlig hilsen

Torben Jensen,  
Landsleder Foreningen Agape



- "AL SAND HJÆLPEN BEGYNDER MED
- EN YDMYGELSE: HJÆLPEN MÅ FØRST
- YDMYGES SIG UNDER DEN, HAN VIL
- HJÆLPE, OG HERVED FORSTÅ, AT DET AT
- HJÆLPE ER IKKE AT HERSKE, MEN DET
- AT TJENE, AT DET AT HJÆLPE IKKE ER AT
- VÆRE DEN HERSKESYGESTE, MEN DEN
- TÅLMODIGSTE".

(SØREN KIERKEGAARD, DANSK FILOSOF, 1813-1855)

## "Kirken i arbejdstøjet" er udgivet af:

Foreningen Agape  
Bredhøjsvinget 1  
8600 Silkeborg

## Ansvarshavende redaktør:

Landsleder Torben Jensen  
T 8680 6022 / torben@agape.dk

## Layout:

Layouter & redaktionsassistent Alice Aagaard Pedersen  
Psykiater Torsten Hartvig Pedersen

## Artikler:

Journalist Mette Swartz Andersen  
Alice Aagaard Pedersen

## Redaktion:

Torben Jensen, landsleder  
Mette Swartz Andersen, journalist

## Forsidefoto:

Modelfoto fra istockphoto.com

## Tryk:

Lavpristrykkeriet, Århus  
lavpristrykkeriet.dk  
Oplag: 3.500 stk.  
ISSN: 1601-7188

agape  
når livet gør ondt



/ 'Til tjeneste' er Christianskirkens praktiske hjælp til mennesker i sognet. Christoffer Hørning (tv) og Andreas Christensen (th) er to af kirkens frivillige, som gerne hjælper med at køre skrald på lossepladsen. Foto Simon Bjerre /

## Mal en væg Flyt et skab Lug et bed!

**Der er opgaver nok, når mennesker fra Christianskirkens sogn i Århus ringer til kirkekontoret for at få praktisk hjælp. Flere grupper af frivillige er med i ordningen 'Til tjeneste'.**

- Vi har været ude at hjælpe med rengøringen et sted, hvor det var vokset manden over hovedet. For nylig var vi på lossepladsen, og næste gang kan det være, at nogen ønsker at få ordnet have eller malet vægge. I princippet er der ikke noget praktisk arbejde, folk ikke kan henvende sig om, siger Christoffer Hørning, som er en af Christianskirkens frivillige.

Christianskirken har hidtil haft en ordning med, at frivillige afsatte en årlig dag til at hjælpe mennesker i sognet. Men i august 2009 blev 'Til tjeneste' udvidet, fordi flere grupper ønskede at gøre noget mere. I øjeblikket er der tre grupper i kirken, og i Christoffer Hørnings gruppe er der 8-10 frivillige.

- Vi ville gerne være mere konkrete i den måde, vi møder mennesker på, og vise, at kirkens folk også er praktiske og gerne hjælper. Materielt og tidsmæssigt har jeg desuden overskud og har lyst til at hjælpe nogle, som måske ikke har så nemt ved at klare tingene, forklarer Christoffer, som er 31 år og netop færdig med sin uddannelse.

For at få ordningen kendt i sognet har de frivillige hængt opslag i supermarkeder, flyers er kommet ud med kirkebladet, og der har været en artikel i lokalavisen.

- Det tager selvfølgelig tid at få gang i det, men jeg synes, folk tager godt imod tilbuddet og imod os. Nogle er overraskede over, at vi gør det gratis og ikke forventer noget til gengæld. Men det er det gode ved ordningen, og dermed viser vi, at det virkelig er en tjeneste, siger Christoffer Hørning.

# Eftersyn af parforholdet

**I Kvaglund Kirke ved Esbjerg arrangerer frivillige hvert år kurser, hvor det handler om at give parforholdet et eftersyn. Formålet er at gøre gode ægteskaber endnu bedre.**

Frivillige i Kvaglund Kirke har de sidste fem år holdt kurser, hvor deltagerne fik redskaber til at tackle deres parforhold. På syv aftener bliver der talt om så forskellige emner som kunsten at kommunikere, konfliktløsning, forældre- og svigerforældreforhold og et godt sexliv.

To erfarne ægtepar, som henholdsvis er i 50'erne og 60'erne, er ledere. Undervisningen foregår ved hjælp af et kursusmateriale fra [alphan.dk](http://alphan.dk).

## Et godt liv sammen

- Man kan sagtens gennemføre kurset uden ekspert-hjælp, men vi vælger nogle aftener at invitere en par-terapeut eller lignende til at undervise, forklarer Kurt Nørgaard Pedersen, som sammen med sin kone, Birgit, er leder.

Den lokale præst, Jens Fischer-Nielsen, bliver også brugt som underviser. Det var ham, der i sin tid tog initiativ til kurserne.

- Vi så et behov og fik vision om at lave ægteskabsskolen. Målet er, at hjælpe mennesker til at leve i et godt, kærligt og meningsfuldt ægteskab, til døden skiller", siger sognepræst Jens Fischer-Nielsen.

- I kirken hjælper vi mennesker med at blive viet. Derfor bør vi også hjælpe parrene til at leve et godt liv sammen.

## Bruger egne erfaringer

- Underviserne tager afsæt i materialet, men det bliver ekstra spændende, når de henviser til egne erfaringer. Aftenerne veksler mellem input fra underviseren og opgaver, hvor parrene selv arbejder med tingene og taler sammen om problemstillingerne, forklarer Kurt Nørgaard Pedersen.

Som leder sørger han for at hygge om parrene og skabe den rette stemning. Alle par sidder ved små borde, hvor der er plads til to. Der er stearinlys, hyggemusik og lidt godt til ganen.

- Både Birgit og jeg har oplevet at have et ægteskab, der gik i stykker for mange år siden. Det ønsker vi ikke skal ske for andre, og vi tror også, at kirken har noget at give ind i den sammenhæng, siger Kurt Nørgaard Pedersen om sit motiv til at være med i ægteskabskurserne.

## Populære kurser

Kurserne er blevet populære, og der kommer altid masser af deltagere. Ikke bare par fra byen, men fra hele området.

- Vi tror, at ægteskabsskolen ikke bare kan forhindre nogle skilsmisser, men også give redskaber til, at man får et bedre liv, siger Jens Fischer-Nielsen.



**parvis.dk er hjemmesiden, som rækker en hjælpende hånd til alle parforhold**

- ved at pege på de ressourcer, der ligger i at prioritere hinanden
- vise mulighederne for at udvikle parforholdet
- støtte de parforhold, som knirker og trues af uløselige konflikter
- give mulighed for få email-rådgivning
- artikler
- tilbyde gratis samtaler med en parrådgiver hver mandag kl. 19 - 23 på tlf. nummer 28 90 83 29

Vi tilbyder anonymitet, da vi er bevidste om, at ikke alle har lyst til at fortælle andre om, at parforholdet gør ondt.

En ny opblomstring af parforholdet har positive konsekvenser for alle, og parvis.dk vil sætte parforholdet på dagsordenen som det sted, hvor det positive liv leves og udvikler sig. Parvis.dk vil gerne pege på en række andre muligheder end at gå fra hinanden.

Familierne er ofte pressede - parforholdet i Danmark er under pres. Ikke mindst når der kommer børn i familien. Der er skolemøder og forældremøder, krav om effektivitet på arbejdspladsen, fuldtidsjob for begge i parforholdet, for at få økonomien til at hænge sammen, stress på arbejdspladsen - og så det store arbejde, der ligger i at få en familie til at fungere i hjemmet. Tid til hinanden i parforholdet bliver nedprioriteret - og konsekvensen er til at få øje på, utrolig mange parforhold går i stykker, både gifte og samboende. Parvis.dk er en selvstændig arbejdsgren i Foreningen Agape.

**Familie- og psykoterapeut Steen Palmqvist** har to forslag til, hvordan man lokalt i sognet kan gøre noget for par:

- Indbyd til et aftenforedrag med fokus på parforholdet. Det kunne f.eks. være med emnet "Hurra for den lille forskel".
- Arranger en aften for dem, der er blevet gift det seneste år. Menighedsrådet er værter og serverer tre retter mad - blandet op med foredrag om, hvordan kærligheden holdes levende gennem hele livet. Der kunne hygges lidt med små borde, med plads til to, dæmpet belysning og hyggelig musik.

## Rådgivning, kurser og foredrag

Steen Palmqvist er familie- og psykoterapeut og ansat i foreningen Agape.

Han har tyve års erfaring med undervisning, familierådgivning, parforhold og sjælesorg. Han er desuden en efterspurgt foredragsholder og underviser bl.a. i emner som:

- Hold kærligheden levende i et langt ægteskab
- Når krisen kradser i ægteskabet
- Kommunikation i ægteskabet
- Vi konflikter
- Set, hørt og anerkendt

Se mere om Steen Palmqvist og andre foredragsemner på [www.agape.dk](http://www.agape.dk)



# Romantik og følelser i luften

**Én gang om året inviterer kirkerne i Løsning og Korning alle par, som enten er blevet gift eller snart skal. De får en god middag, masser af romantik, et foredrag om ægteskabet og en gave fra kirken.**

31. januar 2010 var en speciel dag. Hele Christina og Jannicks familie sad i Løsning Kirke for at overvære barnedåben af lille Jonathan. Hvad de ikke vidste var, at de også skulle være vidner til et bryllup.

- De blev pænt overrasket, siger Jannick Hallin, som efterfølgende inviterede familien til både barnedåbs- og bryllupsfest.

Christina og Jannick bor i Vejle, men han er opvokset i Løsning, og derfor skulle det også være i kirken i Løsning, at parret skulle giftes.

## Super aften

- Vi fik efterfølgende en invitation til 'candle-light dinner', og jeg vidste bare, at det skulle vi med til. Min søster og svoger havde tidligere deltaget og syntes, det var super godt. Og de overdrev ikke. Det var en god og brugbar aften. Det var hyggeligt, og der var et godt foredrag, som man virkelig kunne lære meget af, siger Jannick Hallin.

En af de ting, Jannick, Christina og de seks andre par tog med sig er, at de skal bruge en halv time sammen hver dag på at lytte til hinanden.

- Ham, der holdt foredraget, sagde tingene, så det var til at forstå. F.eks. pointerede han, hvor vigtigt det er at tale sammen.

## Foredrag og gave

Maden til arrangementet kommer udefra, og frivillige fra sognet hjælper med pyntning og i køkkenet. Der er dækket op på små borde, er hyggelig belysning, god musik og små hjerter på bordene med spørgsmål, som parrene skal tale om. Desuden kommer en uddannet familierapeut og holder et foredrag om parforholdet. Aftenen slutter med, at parrene får en bog fra kirken: 'Kærlighedens 5 sprog' af Gary Chapman. Den er Christina og Jannick glade for.

## Kirken skal være synlig

Sognemedhjælper Randi Hummelose er ophavsmand til ideen med 'candle light dinner'. Det er otte år siden.

- Vi vil gerne, at kirken er synlig både før, under og efter en vielse – at mennesker mærker, at kirken vil dem og har nogle konkrete værktøjer til dem i deres ægteskab. Vi vil også gerne, at de får syn for, at Gud velsigner dem i deres ægteskab og kan hjælpe dem i deres forhold, forklarer hun.

*/ Christina og Jannick overraskede hele familien, da de 31. januar blev gift i løsning Kirke. Efterfølgende har de været til candle-light dinner i kirken, hvor de har fået middag samt en bog og et foredrag om ægteskabet. /*



❖ - Det var familier, som sagbehandlere ikke kunne tildele hjælp efter paragrafferne, men som af en eller anden grund havde det svært og var fanget i finanskrisen. De var i den situation, at de måtte vælge mellem at købe varmt tøj til børnene eller betale varmeregningen. ❖

## Kirker deler mad og tøj ud

**Kommunen og Mødrehjælpen havde ikke flere ressourcer til at hjælpe trængende familier. De henvendte sig derfor til en af byens kirker. I dag står tre kirker i Randers for mad- og tøjuddeling.**

- Faktisk havde vi som menighed talt og bedt om, hvordan det kunne gøre en forskel, at vores kirke er her, og hvordan vi kunne få et ansigt og gøre noget konkret, indleder Peter Kofoed Herbst, der er præst i Kronjyllands Valgmenighed i Randers.



Overvejelserne blev ikke lange, for i november blev han ringet op af en sagsbehandler fra kommunen, som ville høre, om kirken kunne hjælpe 25 familier.

- Det var familier, som sagbehandlerne ikke kunne tildele hjælp efter paragrafferne, men som af en eller anden grund havde det svært og var fanget i finanskrisen. De var i den situation, at de måtte vælge mellem at købe varmt tøj til børnene eller betale varmeregningen.

## Stort behov

Menigheden fik i løbet af 14 dage arrangeret julehjælpen og regnede egentlig med, at det kun var hjælp op til den forestående jul. Men hjælpen fortsætter stadig og er også blevet udvidet. I dag arbejder Kronjyllands Valgmenighed sammen med to andre kirker og har dels uddeling af tøj og mad, dels tilbud om at komme og spise et gratis måltid mad i en af kirkerne.

## 25 kilo mad

Familierne, som skal have en kasse med mad, skal visiteres gennem kommunen. De får et klippekort med tre klip og kan hver 14. dag hente en madboks med ca. 25 kilo pålæg, kød, mælk, frugt og meget andet. 28 frivillige fra kirkerne er involveret i madudleveringen, som kræver ca. 60-70 mandetimer, idet der skal handles ind, pakkes og uddeles. Det er hårdt arbejde, men der er ingen beklagelser at spore. Det hele betales af de tre menigheder.

- Mange i kirken er gået ind i det med stor glæde, og det betyder meget for fællesskabet. Det er ulykkeligt, at så mange familier sidder med så store økonomiske udfordringer, men det er samtidig en glæde, at vi har kunnet gå ind og være en hjælpende hånd i så konkret en situation, siger Peter Kofoed Herbst.

Mere end 80 familier har på knap et halvt år været forbi for at få en kasse mad, og der er uddelt mere end 300 kasser.





/ Gitte Jensen (tv) har lige født Albert og var glad for ikke at skulle tænke på aftensmaden i den første uge.  
Foto Mette Swartz Andersen/

## Kirken leverer 'barselspotte'

**I gamle dage leverede naboerne suppe i en barselspotte til kvinder, der havde født, så de kunne få noget at styrke sig på. I Gjern har den gamle tradition fået en renæssance. I 13 år har kristne i byen leveret mad syv dage i træk, når en lille ny borger kommer til verden.**

Den lille by Gjern ved Silkeborg er en rigtig tilflytterby. Mange unge familier har etableret sig i nybyggerkvarterer, og det betyder også, at der bliver født mange børn. Når en lille ny bliver født, får familien tilbud om at få mad leveret – vel at mærke syv dage i træk.

- Når man skal lave mad til sin egen familie, kan man lige så godt lave lidt ekstra og køre hen til familien med det, siger Inger-Lise Svinth, som er en af dem, der gennem alle årene har leveret mange gryder rundt i byen.

Hun har ikke tal på, hvor mange det er blevet til. Ordningen begyndte som et omsorgstilbud blandt kristne i byen. I dag har det bredt sig, så det er en opgave, som mange andre i byen tager del i. En stiltiende aftale er, at de, der er tættest på folk, enten gennem

kirken eller fordi man er nabo, tager initiativ til at finde nogle til at lave mad.

Det er ikke tænkt som et barselsbesøg, man afleverer blot maden.

- Man melder selv til og fra i forhold til, om man vil levere, og man kan godt bringe mad til nogle, man ikke kender så godt, siger Inger-Lise Svinth.

- Det er fantastisk, siger Gitte Jensen, som netop har fået Albert og derfor fik mad fra naboer og andre i byen.

Hun har sammen med sin mand kun boet kort tid i byen, men er glad for ordningen. Hun har også selv leveret mad til andre.

## Hvad er diakoni?

Diakoni er det græske ord for tjeneste og er et traditionelt kirkeligt udtryk for at tjene sit medmenneske.

Eksempler på korte udtryk for diakoni: Kirkens kropssprog i mødet med det nødlidende menneske - livshjælp og troshjælp - mødet med mennesker, når livet gør ondt på det religiøse, eksistentielle og psykiske område - organiseret næstekærlighed - diakonien er der, hvor ingen andre vil være.

Diakoni er et af kirkens synlige kendetegn og et forsøg på at række Guds kærlighed videre i

ord og handling. "Vi elsker, fordi Han elskede os først," siger Johannes (1. Johs. 4,19).

Historisk set er kirkens diakoni kommet til udtryk gennem et meget stort hjælpearbejde blandt fattige, syge, ensomme og andre nødlidende.

I Danmark er der ikke nogen overordnet diakoniplan, som der er i de øvrige nordiske lande. Sognediakonien vokser fra neden i de enkelte sogne, og den er blevet mere synlig, siden det i 1989 blev muligt at ansætte sogne-medhjælpere.

- "DIAKONI BETEGNER EN GERNING, SOM GØRES TIL BEDSTE FOR ET ANDET MENNESKE."
- SÅDAN DEFINEREDE HALDOR HALD DIAKONIENS OPGAVE. DEN KRISTNE MENIGHED
- HAR ALTID ØVET OMSORG OVER FOR MENNESKER, DER HAVDE BRUG FOR HJÆLP TIL
- LEGEME ELLER SJÆL. OGSÅ NU ER DET KIRKENS FORPLIGTELSE AT VIRKE TIL BEDSTE FOR
- MENNESKER."
- (KARSTEN NISSEN, BISKOP VIBORG STIFT)

- "DIAKONI ER TROENS BEMYNDIGELSE OG TJENESTE:
- I TROEN PÅ GUD SKABER AT TAGE SIG AF DET NØDSTEDTE MENNESKE SOM EN MED-
- SKABNING.
- I TROEN PÅ JESUS SOM FRELSE OG FORBILLEDE AT ELSKE OG AGTE DET ANDET MEN-
- NESKE SOM ET MEDMENNESKE, UANSET NØDENS INDHOLD.
- I TROEN PÅ HELLIGÅNDEN AT REALISERE KIRKENS FÆLLESSKAB I KONKRET HANDLING
- TIL GAVN FOR MEDMENNESKER I NØD."
- (KIRSTEN R. LAURSEN, GENERALSEKRETÆR SAMVIRKENDE MENIGHEDSPLEJER)

## Mad til syge og barselsfamilier i Kolding

- Vi fornemmede, at nogle i kirken havde brug for hjælp, uden de fik det, siger Laila Damm, som er med i omsorgsgruppen i Kristkirken i Kolding.

Sammen med de andre i gruppen arrangerer hun mad til syge, barselsfamilier eller andre, som har brug for et måltid mad.

Laila Damm har selv fået mad leveret fra menighedens medlemmer, da hun fik sine tre børn.

- Det var rigtig dejligt at få mad et par gange lige efter, fortæller hun.

For nylig var der en i menigheden, som havde brækket en skulder. Der hjalp omsorgsgruppen med mad og opvask.

Ordningen bliver annonceret og er for alle i sognet. Dog bruges den mest af folk i menigheden.



## PsykJro livlinjen

**En at tale med hver aften kl. 19 - 22 på tlf nummer 2480 3022.**

PsykJro har særlig fokus på det medmenneske, der lider af en psykisk sygdom eller er pårørende til en, der er psykisk syg.

Telefonlinjen henvender sig til mennesker med behov for n at tale med omkring tro og psykisk sygdom og er ment som en hjælpende hånd til alle, der har brug for en uafhængig person at dele det med. Ensomheden kan ligge som en yderligere forstærkning af en i forvejen tung lidelse.

Et hold på 30 personer stiller sig til rådighed, og deres baggrund for dette er enten af faglig art, som for eksempel sygeplejersker og præster, eller at de har selv

erfaring med de problemer, der kan opstå i spændingsfeltet mellem kristendom, tro og psyke.

En af initiativtagerne er distriktssygeplejerske, Grethe Munk Laursen. Hun ser et stort behov på dette område.

-Det er altid svært at blive ramt af sygdom, men det er i særdeleshed svært at blive ramt af psykisk sygdom, siger hun.

-En psykisk sygdom går ind på vores personlighed, på vores måde at være menneske på. Mange troende spørger: "hvor er Gud henne i det her?" Og det gr det ikke nemmere, at der er så mange fordomme om det, siger Grethe, som er 58 år og bor i Stouby ved Horsens.

PsykJro linjen er en del af Foreningen Agapes arbejde.

- "DIAKONI ER KIRKENS HÅND TIL DET SVAGE, DER HAR BRUG FOR
- HJÆLP. IKKE DEN SVAGE, MEN DET I MENNESKET, DER ER SVAGT LIGE I
- ØJEBLIKKET, OG SOM KAN TRÆNGE TIL STØTTE. NOGLE GANGE ER DET
- MIG, DER HAR BRUG FOR EN HÅND, OG NOGLE GANGE ER DET DIG,
- DER HAR BRUG FOR EN HÅND. HVAD HÅNDENS ARBEJDE BESTÅR I,
- AFGØRES JO FRA GANG TIL GANG. AT HÅNDEN KOMMER FRA KIRKEN,
- TYDELIGGØR HVILKEN ÅND / MILJØ / VÆRDI, DER ER BÆRER AF HÅND-
- SRKNINGEN. OG FOR MIG BESTÅR DET INDERSTE I KIRKENS MOTIVER
- AF FÆLLESSKAB, FORSONING OG NYSKABELSE I FORHOLD TIL OS SELV,
- GUD OG ANDRE MENNESKER."

• (CONNY HJELM, UDDANNELSESLIDER P KOLONIEN FILADELFIA, DIANALUND)

## Mad skaber fællesskab

**Mad indgår ofte i de aktiviteter og fællesskaber, som menigheder tilbyder. Det er også tilfældet i Holstebro Kirke, hvor man hver 14. dag har bent Spisefllesskab for ldre.**

Der er sovs til maden hver gang, og menuen byder bl.a. på stegt flesk, stuvet hvidkål og gullasch.

- Det er god gammeldags mad, som mormor lavede den, og s er der altid dessert, siger Inger Sørensens.

Hun kommer trofast i spisefllesskabet i sognehuset ved Holstebro Kirke, og det har hun gjort i de seks år hvor ældre i sognet har haft tilbud om spisefllesskab. Inger Sørensens er også frivillig og er med til at lave maden. Hendes mand, Anders Andersen, er også frivillig og dækker altid borde. Og s har de for øvrigt mødt hinanden i kirkens spisefllesskab og blev gift for et  siden.

### Mere end mad

- Jeg mistede min mand for syv år siden og følte, at jeg skulle i gang med et eller andet efterfølgende. Det blev så spisefllesskabet. Det har været en stor hjælp at være med i fællesskabet, og jeg har ikke fortrudt det et eneste sekund. Jeg har lært mange at kende - og også også min mand. Men jeg er ikke den eneste i spisefllesskabet, der har fundet en gteflle. Det er der flere, der har, siger Inger Sørensens og griner.

Der kommer mellem 40 og 50 mennesker i alderen 60-80 år hver gang. Men faktisk handler det ikke kun om middagsmltidet. Mange kommer allerede ved elleve-tiden, hvor de hygger sig i hinanden selskab, drikker en kop kaffe, snakker, lser avis og meget andet. Kl. 12.00 er der spisning, og arrangementet slutter om eftermiddagen med en kop kaffe. Det hele bliver arrangeret for 30 kr. pr. person.

### Næring til krop og sjæl

Det er sognemedhjælper Kirsten Thoftgaard, der sørger for indkøb, mens en fast kerne af frivillige sørger for at tilberede maden. Primus motor er Hilda, som er tidligere kokekone.

- Vi har et sognehus, der summer af aktivitet, fordi vi har flere tilbud til ldre. Det er dejligt, at kirken kan skabe rum for næring til både krop og sjæl, og at der er mulighed for, at mennesker kan indgå i sociale fællesskaber, siger Kirsten Thoftgaard.

/ Mellem 40 og 50 ældre mødes hver 14. dag til 'bent Spisefllesskab' i sognehuset ved Holstebro Kirke. En fast kerne af frivillige står for tilberedningen af maden. Maria Sørensens er fast inventar i køkkenet. Fotos: Ulla Pedersen/



# Ideer til omsorg for andre

**Meget af kirkens diakoni er udliciteret til frivillige organisationer, som gør et stort arbejde for forskellige grupper i samfundet. Men hvad med kirken selv? Almindelige mennesker i et almindeligt sogn. Der er brug for tætte fællesskaber, som kan skabe mening, håb og indhold i menneskers liv.**

I de andre nordiske lande har kirken en overordnet diakoniplan. I Danmark er det stifterne, som har nedsat et diakoniudvalg, og rigtig mange kirker har sat gode og fantasifulde initiativer i gang. Flere og flere opfatter det sådan, at en kirke uden diakoni ikke er kirke. Desuden har det givet helt nye muligheder, at der mange steder er blevet ansat sognemedhjælper, som har et særligt øje på kirkens diakoni.

Her er nogle ideer til, hvad man kan tage fat på som menighed:

## natkirke

Kirken er åben om aftenen eller natten. Mennesker kan komme og tænde lys, skrive en bøn, tage et bibelord, meditere over bestemte bibelvers, modtage nadveren eller få en samtale med en præst eller en frivillig medarbejder.

## sorggrupper

Man kan lave sorggrupper for flere forskellige grupper. Flere steder, har man lavet sorggrupper for børn/unge, der har mistet en forælder. Gruppen skal bestå af maks. 10 børn/unge, og man kan mødes hver 14. dag. Styrken i gruppen er, at børnene og de unge møder ligesindede. I Vejle provsti har man et sådant tilbud, som sker i samarbejde med Sct. Maria Hospice Center. Lederne af gruppen skal være uddannet eller i hvert fald være klædt på til at tackle de svære problemstillinger.

## værested

Mange kirker har etableret væresteder for ældre, børn, unge og indvandrere. Flere kirker har også etableret væresteder i særligt belastede boligområder, og her har man samarbejde med integrationsmedarbejderen på stedet.

- ”ALLE MENNESKER KAN GØRE NOGET. VÆRE SPEJDERLEDER, HJÆLPE
- TIL. DER ER UENDELIG MEGET, MAN KAN GØRE. DE FLESTE MENNESKER,
- JEG TALER MED, FØLER, AT DE FÅR LIGE SÅ MEGET UD AF DET SELV.
- SKAL JEG GIVE ET RÅD, SÅ GØR NOGET FOR ANDRE. VI SKAL VÆRE
- TJENERE FOR ANDRE.”
- (LARS KOLIND, ERHVERVSLEDER OG FORFATTER)

## på tværs

Rigtig mange menigheder har øje for nydanskere i samfundet. I Haderslev hedder arbejdet: Kirken på tværs, hvor man mødes en lørdag hver måned, og en vigtig ting er at spise sammen. En udløber er ofte, at danske familier bliver reservefamilier for nydanske familier.

Glæden over at være sammen i fællesskabet er kerneværdien i arbejdet, ligesom man lærer hinandes baggrund at kende.

## besøgstjeneste

Mange ældre er ensomme og vil gerne have en besøgsven, som kan være medvandrere på deres livsvej. Det er vigtigt, at den besøgende og vedkommende der inviterer indenfor matches rigtigt, så det bliver til et frugtbart møde. Besøgsvennen skal også udstyres med en viden om grænser, tavshedspligt m.m.

Inviter gerne besøgsvennerne til en årlig komsammen, for at vise dem, at kirken værdsætter deres indsats.

## café

Flere steder har man i kirkens menighedslokaler indrettet en café, som besøges af mødregrupper og lege-stuer. Eller kirken har en ældrecafé. Kaffe og snak er væsentlige ingredienser i cafeen. Man kan også tage emner op, have fortællinger, rejseoplevelser, sang og musik.

## familiearbejde

Familierne har travlt i dag, og det kan derfor være svært for kirken at være i kontakt med dem. Det er blevet populært at sørge for mad til børnefamilierne. En kort gudstjeneste eller andagt efterfulgt af aftensmad er en mulighed.

Flere kirker bruger koncepterne: Spaghettigudstjeneste og Messychurch.dk

### Nogle af ideerne er hentet i bogen:

- ”Livet om at gøre – et inspirationshæfte til diakoni.” Produceret af stiftsudvalget for Diakoni, Haderslev Stift 2009. Den kan bestilles på stiftskontoret.



## Gode ferietilbud

**Kirker og kirkelige organisationer tilbyder lejre og ferieophold til trængte børnefamilier.**

### Hjælp tre børnefamilier

Mange udsatte og fattige børnefamilier har ikke råd til at komme på ferie. Børnene må stå tilbage, mens andre tager på ferie, og efter sommerferien har de ikke noget at fortælle om.

Folkekirkens Feriehjælp kan tilbyde tre af sognets udsatte familier en uges ferieophold. Sognet skal selv deltage med to frivillige rejseledere, men ellers er alt klart og betalt.

**Læs mere på [www.menighedplejer.dk](http://www.menighedplejer.dk) eller kontakt Samvirkende Menighedsplejer tlf**

- "DEN KÆRLIGHED, SOM ER NY OVER
- MIG HVER ENESTE MORGEN, JEG VÅGN-
- ER, DEN KAN JEG IKKE HOLDE FOR MIG
- SELV. DEN VIL UD! DEN VIL DELES!"

• (MOTHER TERESA, VERDENSKENDT KATOLSK  
• NONNE, 1919-1997)

### Børn i misbrugsfamilier

Blå Kors Danmark tilbyder sommerlejre for børn og unge. Lejrene er åbne for alle, men retter sig især mod børn og unge med en mor eller far med et alkoholmisbrug.

Sommerlejrene skaber et frirum for børnene, hvor de oplever trygge rammer med ansvarlige og nærværende voksne. Lejrene drives af unge frivillige, og normeringen er én voksen til hver 2,5 barn, hvilket giver overskud til både at tage sig af de stille børn og de børn, der er meget udadreagerende. Der er flere aktiviteter på programmet end på vanlige sommerlejre, da målgruppen har brug for tydelige rammer for at trives.

-Vi oplever, at vores "koncept" med mange ledere, mange aktiviteter, bibelfortælling og vores vægtlægning på en positiv omgangstone skaber nogle lejre, der både giver deltagerne det nødvendige frirum og en uge fyldt med godt humør og gode oplevelser, siger Poul Arne Nyborg, der er diakonikonsulent i Blå Kors.

I 2010 er der tre lejre, alle i uge 28.

**Se mere på [www.blaakors.dk/hvadkanvi/børnogunde](http://www.blaakors.dk/hvadkanvi/børnogunde) eller kontakt diakonikonsulent Poul Arne Nyborg, tlf. 2333 4465, e-mail [pan@blaakors.dk](mailto:pan@blaakors.dk)**

## Hjælp til skilsmissebørn

**Langt de fleste børn har det svært, når forældrene går fra hinanden. Ofte kan de føle sig alene i situationen. Holstebro Kirke tog initiativ til, at der blev oprettet en gruppe, hvor børnene kunne møde andre, der var i samme situation.**

Inger Najbjerg var med som frivillig medarbejder ved opstarten af gruppen i 2009.

- Det er vigtigt, at børnene har voksne, der har tid til at lytte til dem og støtte dem. For børnene er det af meget stor betydning at møde andre børn, der også har oplevet, at forældrene blev skilt, fortæller Inger Najbjerg.

- Ofte fylder skilsmissen meget for dem, og det gør ondt. Mere end vi som voksne, måske er klar over. For eksempel er konfirmationen et følelsesmæssigt svært punkt. Hvem skal med? Skal vi holde to fester, hvor mor og far er med til hver sin fest?, forklarer Inger Najbjerg.

Hun har fulgt børnene i næsten et år, og har lært rigtig

meget om, hvad det vil sige at være barn i en skilsmissecfamilie.

### Begyndte med et møde

Gruppen for skilsmissebørn begyndte blot med, at præster og menighedsråd inviterede alle gode kræfter i byen til et møde med psykolog, foredragsholder og forfatter John Aasted Halse.

- Mødet skulle sætte gang i samtalen om at gøre noget for børn i skilsmissecfamilier. Efterfølgende blev der oprettet en arbejdsgruppe. I dag er gruppen for skilsmissebørn et frugtbart samarbejde mellem kirkens menighedspleje og andre engagerede personer og foreninger, forklarer Erik Ladegaard, som er sognepræst ved Holstebro kirke.

Gruppen består af syv børn i alderen 10-17 år og er ledet af professionelt uddannet personale, og der findes en tilsvarende gruppe for børn, der har mistet et nærtstående familiemedlem.

**Læs mere på [www.bornomsorg.dk](http://www.bornomsorg.dk).**



Modelfoto / [www.istockphoto.com](http://www.istockphoto.com)



/ Peder Thyssen på arbejde som Korshærspræst. Foto Anders Bo Jørgensen /

*Peder Thyssen er – med egne ord – en lykkelig præst. For han har meget på hjerte. Og han får lov til at bruge det.*

## En lykkelig præst

Peder Thyssen er gadepræst i Odense. Han tager ud i byens rum og møder de socialt udsatte, byens "frie fugle": Dem, der drikker, tager stoffer, er hjemløse eller psykisk syge.

- At være gadepræst er at være en opsøgende præst. Jeg tager ud og møder dem. Jeg står til rådighed for samtaler. Det kan være om alt fra, at én tænker på at slå sin plejemor ihjel til, at en anden mangler en nøgle til en lejlighed. Jeg yder også sjælesorg, taler med dem om religiøse spørgsmål og beder med dem. Jeg er til stede uden at være direkte forkyndende. Mit mål er at være et vidnesbyrd om, at kirken og Gud også er der i hverdagen.

### Peder Præst

Peder Thyssen har været gadepræst i Odense i 18 år. Men det var først for 10-15 år siden, at han begyndte at kalde sig for gadepræst.

- For dem på gaden, er jeg bare Peder Præst. På gaden får man navn efter funktion eller særhed!

### Præsten som toastmaster

Det er om tirsdagen, at Peder Præst kommer. Han kommer kørende på sin christianiacykel med termokander med kaffe. Nogle gange har han også invitationer med til fællesspisning i form af en gratis spisebillet. Nogle af "de frie fugle" tager med til den efterfølgende gudstjeneste.

- Vi holder gudstjeneste i fællesskab med mig som toastmaster. Prædiken har ofte form af en dialog."

Det sker også ind imellem, at én af dem bliver døbt som voksne. Det vigtigste for Peder er dog ikke, at alle går til gudstjeneste. Det vigtigste er, at de ved, at gudstjenesten findes.

### Farlig cykel

Det med christianiacyklen er et kapitel for sig. Idéen med den er at være synlig i bybilledet. Men ikke alle bryder sig om det.

- Det er provokerende, at præster er synlige! For når man går i gågaden vil man shoppe, ikke forstyrres! Men i år 2000 blev Peder Thyssen årets fynbo. En hæderstitel, som Fyns Stiftstidende uddeler for et respektfuldt arbejde. Og med den titel blev holdningen til christianiacyklen ændret. Man blev mere tryk ved cyklen – og ved præsten. Måske var han alligevel ikke så farlig... Flere almindelige borgere tager nu kontakt til ham, når han kommer rundt.

### Vedholdende og troværdig

- Det vigtigste er vedholdenhed. Det skal være den samme, der kommer hver gang. Det er den personlige relation, der tæller. De kender mig. De stoler på mig. De kommer i kirken, fordi de kender mig. Man skal være troværdig. Man skal ikke have en skjult dagsorden om at ville omvende dem. Det er vigtigt med et tydeligt budskab. At de ved, hvem du er, og hvad du vil. Du skal være den, du er. Og man skal acceptere dem, som de er. Og de skal kunne stole på én. Jeg giver f.eks. besked, hvis der er en tirsdag, jeg ikke kan komme.

### At gide dem

På spørgsmålet om, hvor vidt gadearbejdet "nytter" noget, svarer Peder Thyssen:

- De bliver ikke frelst. De kommer ikke ud af deres misbrug. Jeg kan ikke leve deres liv. Men jeg kan give dem lidt mere livskvalitet. Vise dem respekt. Vise dem, at de er gudsskabte. Være et menneske, der gider dem. At "Peder gider komme og besøge os" giver dem selv-værd. De får større værdighed som mennesker.

### Korshæren

Ud over at være gadepræst er Peder Thyssen også "almindelig" korshærspræst. Kirkens Korshær tager sig af den såkaldte "hårde diakoni"; arbejdet med de dårligst stillede af de socialt udsatte. Korshæren skaber rum, varmetuer, hvor de kan komme og gå, som de vil. Derudover har Korshæren et byarbejde, hvilket vil sige



/ Peder på arbejde som gadepræst - med cykel og kaffe  
Foto Kurt Kleon Jeppesen /

netværk for ensomme, bla. genbrugsbutikkerne, som fungerer som et netværk for de frivillige, der arbejder der.

### Diakonien på vej ind

Peder Thyssen glæder sig over det skift, der er sket de sidste 10-15 år; at diakonien er på vej ind i folkekirken.

- For 20 år siden var folkekirken en syg intellektuel, finkulturel kirke! Det er heldigvis i stærk forandring. Vi har opdaget, at vi er kirke for en menighed, for mennesker. Og at vi bliver nødt til at være der, hvor folk er." Peder Thyssen ser bla. den positive udvikling i de mange specialpræstestillinger, som eks. natpræster og hospitalspræster. "Men diakoni for den gruppe, som jeg har med at gøre, kan vi stadig ikke i kirken. Det er der ikke ressourcer til. Det er derfor, vi har Kirkens Korshær.

**Du kan læse mere om gadepræstens arbejde i Odense på: [www.odense-domkirke.dk](http://www.odense-domkirke.dk). Gå ind under "Aktiviteter".**

- "I MØDET MED DEN ANDENS ANSIGT
- BLIVER VORES MENNESKELIGHED TIL.
- DEN STØRSTE SYND ER AT SE ET ANDET
- MENNESKE IND I ANSIGTET OG SÅ GÅ
- VIDERE, SOM OM INTET VAR HÆNDT!"
- (EMMANUEL LEVINAS, FRANSK FILOSOF, 1906
- -1995)

/ Gølgergudstjeneste i Odense /

# Kirken ruller

**Fredag nat ruller Café inTro, som er indrettet i en tidligere bogbus, ud i Sorøs natteliv for at byde festende unge indenfor. Bag cafeen står byens kirker.**

Bogbussens bøger er væk, og i stedet er der espresso-maskine, barstole og stearinlys. Bibliotekets stilhed er afløst af feststemte unge, som for nogles vedkommende har fået rigeligt at drikke. Bibliotekaren er udskiftet med frivillige unge, som hjælper til i cafeen og bussens chauffør er præst ved Bromme/Pedersborg Kirke. Han hedder Anders Bo Jørgensen og er fast inventar i bussen, når den ruller ud i byen.

- De unge kom ikke i kirken, og derfor tænkte vi, at kirken måtte ud til dem, fortæller Anders Bo Jørgensen om Café inTros opstart i 2005.

## Hvor var kirken?

Siden 2006 har bussen næsten hver fredag nat været parkeret på torvet i Sorø lige ved siden af byens diskotek.

- Selvfølgelig er det svært at måle, hvad der kommer ud af, at vi er ude i byen på den måde. Men de unge oplever stedet som et åbent rum, og de ved, at vi har noget på hjertet og gerne vil gå et stykke livsvej med dem. Vores oplevelse er, at de mærker, at kirken er et godt sted, som altid er åben for dem, siger Anders Bo Jørgensen.

Han fortæller, at nogle af de unge har ønsket at lære mere om, hvem Gud er, og der er derfor startet en lille studiegruppe.

- Mange unge tænker på døden og livet, og nogle af dem savner et sted, hvor de kan dele nogle af deres tanker. Derfor er det også relevant for kirken at være, hvor de er, konkluderer præsten.

*/ Hver fredag holder Café inTro på torvet i Sorø: Mange festemte unge kigger ind i kirkens rullende café /*



**Projekt "Kirkens Undergrund"** begyndte i september 2009. Selv om initiativet er nyt, er der rigtig mange, som møder op til især caféaftenerne. "Kirkens Undergrund" er arrangementer lavet af unge og for unge. Visionen med projektet er at vise unge, at kirke ikke kun er gudstjeneste. Kirke er også de følelser og tanker, man får af kristen musik, diskussioner om forskellige emner og kristent fællesskab.



*/ Fredag aften mødes 120 unge i Kirkens Undergrund i Herning /*

## Kirkens Undergrund

**Gamle standerlamper, caféstemning med masser af snak og fed musik fra hele tre bands. Det er opskriften, når 120 unge mødes fredag aften i Herning i Undergrundskirken.**

I Fredens Kirke i Herning er menighedsrådet gået nye veje for at få unge ind i kirken. I stedet for at tiltrække unge med spændende arrangementer, har menighedsrådet givet de unge deres egen ramme at arbejde i.

- Kirkens Undergrund går ikke ud på at give de unge oplevelsen af, at der er plads til dem i kirken. Idéen er i stedet, at de unge skal opleve, at det er deres kirke, og at de frit kan udfolde sig, siger Benny Bjerregaard Nielsen, som er den ene af de to sognemedhjælpere, der er med til at koordinere Kirkens Undergrund.

- Og det er de unge selv, der tager ansvar for langt det meste af, hvad der foregår, føjer sognemedhjælper Kurt Kleon Jeppesen til.

### De unge kører løbet

Arrangementerne er meget forskellige. Fra undergrundsgudstjenester, over caféaftener med live-musik, til temaaften om sex og pornografi. Fælles for det hele er, at det foregår på de unges præmisser. Her mødes unge for at skabe en kirke, der er deres. Og de bidrager på skift med hver sit.

- En af grundtankerne i undergrunden er, at de unge skal have ejerskab. Her laver unge kirke for unge. Undergrunden er ikke et sted, de kommer - det er deres kirke, hvor de hver især har en rolle at spille. Kristne bands giver koncerter i caféen, en af de unge står for musikvideoerne, en anden læser en monolog til en

gudstjeneste, mens andre sørger for det praktiske, siger Kurt Kleon Jeppesen.

### Et sprog, de unge forstår

- De unge taler et andet sprog end den ældre generation, når troen på Gud skal udtrykkes. Indimellem bruger de udtryksformer, som voksne ikke forstår. F.eks. når Metal-bandet, Solace the Day, skriger og growler om, hvor god Gud er, så scenen i Undergrunden er ved at falde fra hinanden. Selv om det ikke er en musikstil, kirkens personale elsker, er det altafgørende, at de unge får mulighed for at udtrykke deres tro i det sprog, de forstår, forklarer Benny Bjerregaard Nielsen.

### Brede rammer – ingen grænser

- Unge vil faktisk gerne komme i kirken. Det er bare afgørende, at det er deres egen kirke, hvor de selv har noget at skulle have sagt. Et sted, hvor det handler om ting, som unge er optaget af - og hvor der tales et sprog, der er til at forstå. De har brug for nogle rammer, der er brede nok til, at de kan være der. Men får de det, er der stort set heller ingen grænser for, hvad der kan ske.

Sille Bejder, ung frivillig cafébestyrer i Undergrunden.



/ *Diakonipræst Paul Friis* - Efter 22 år som præst på Nørrebro må jeg konstatere, at vi ikke når langt nok ud som traditionel kirke. Vi har brug for at møde nogle af de mennesker, der bor her med Guds kærlighed - både praktisk og til gudstjeneste./

## Her ser de hinanden

**På Nørrebro ligger en diakonikirke. En kirke, hvor man har fokus vendt mod hinanden. Det er en traditionel sognekirke – Samuels Kirke – der har fået nyt navn og ny funktion som diakonikirke.**

### Ensom - på bodega

Diakonipræst Paul Friis fortæller:

- På Nørrebro er der en del udsatte i forhold til ensomhed. Man er meget alene med sine ting. Der er også mennesker, der har fået et dyk i livet, og som derfor er sårbare.

Målet med Diakonikirken er at få sat mere fokus på hinanden - medmennesket på Nørrebro. Man kunne sige, at begynde at se hinanden, at få øje på hinanden.

- Til onsdagsfællesspisningen gør vi f.eks. noget ud af folks fødselsdage, for mange har ellers ikke nogle at fejre det med. Vi har endda været med til at fejre en 80 års fødselsdag på en bodega. En del af det at se og værdsætte hinanden er også at blive involveret. Med Diakonikirken ønsker vi også at skabe nogle rammer, hvor frivillige kan komme til. Er der nogen, der har nogle evner, så kan de komme til at bruge dem her, f.eks. spiller en af brugerene, der er uddannet koncertpianist, i kirken til stille bøn.

### Greb idéen

Idéen til en diakonikirke kom oprindeligt fra Stiftsudvalget for diakoni i Københavns Stift. Da Samuels Kirkes og Kingos Kirkes sogne skulle lægges sammen, greb Paul Friis Stiftsudvalgets idé om en diakonikirke og præsenterede den for menighedsrådet. Resultatet blev, at hvor Kingos Kirke fortsatte som en traditionel

sognekirke, skiftede Samuels Kirke i 2009 status til særlig diakonikirke.

### Stadig på vej

Da Diakonikirken således stadig er et nyt projekt, er de, som Paul Friis udtrykker det "stadig på vej til at blive en diakonikirke". Udover onsdagsgudstjenesterne er der børnearbejde og ældremøder. Kirken er åben i hverdage for alle, der har lyst til at tænde et lys, finde stilhed eller rum til eftertanke eller bøn. Hver tirsdag er der midt på dagen frokostlæsning/tidebøn. Kirken har også været lånt ud som natherberg for byens hjemløse. Et projekt i støbeskeen er at starte samtalegrupper op for de mennesker, som kirken har kontakt med. Udover Paul Friis som diakonipræst har menighedsrådet nu ansat en diakonimedarbejder.

### Kirkens ansvar

For Paul Friis er den korte definition på diakoni "at gøre noget godt for et andet menneske."

- Diakoni er kirkens særlige ansvar. Og med den udvikling, som vi ser i det offentlige, må vi spørge os selv, hvordan vi som kirke kan vise mere medmenneskelighed over for dem, som falder igennem.

**Du kan læse mere om Diakonikirken på deres hjemmeside [kingosamuel.dk](http://kingosamuel.dk). Diakonikirken har også en Facebookgruppe.**



/ *Fællesspisning i Diakonikirken*. Omdrejningspunktet i Diakonikirken er gudstjenesten hver onsdag. Før gudstjenesten er der kirkecafé med hygge og snak og herefter fællesspisning, hvor der serveres god dansk mad for 25 kroner./



## Kirken samler de efterladte

**Hvert år samles ægtefæller, børn og andre efterladte, som har mistet en, de holdt af, til en aften med spisning og foredrag. De efterladte er glade for kirkens initiativ, og det hjælper dem gennem sorgen.**

Onsdag inden Alle Helgen bliver alle, som har mistet en pårørende i Løsning og Korning sogne, inviteret til en aften i Kirkecentret. Hver gang kommer der ca 40 mennesker, hvilke er et stort fremmøde i forhold til det antal dødsfald, der er i de to sogne på et år.

- Vi serverer tre retter mad og inviterer psykolog Ole Rabjerg til at holde et foredrag om sorg og krise. Han er god til at give forståelse for sorgens faser og for, at reaktioner kan være forskellige. Det får folk til at åbne op for den smerte, de måske går med, fortæller sogne-medhjælper Randi Hummelose.

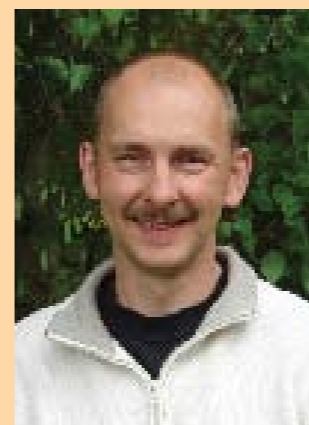
### Nye kontakter knyttes

I forbindelse med en begravelse i sognet får efterladte altid tilbud om en samtale med en præst, sognemedhjælper eller frivillige fra menigheden, som har deltaget i kurser i, hvordan man tackler sorg og krise. Men det

er ikke alle efterladte, der tager imod tilbuddet, og derfor er middagsarrangementet en god anledning til at få kontakt med dem.

- Vi oplever hvert år, at nogle sidder med en fastlåst sorg og har det svært. Et menneske i dyb sorg kan føle sig meget ensomt. Her mødes de med andre, som forstår dem og kender til ensomheden. De får lov til at være i sorgen for en stund, og hvert år oplever vi også, at der knyttes kontakter mellem mennesker. Det er godt for dem at mødes og snakke om dem, de holdt af, og hvordan de efterfølgende har oplevet det, forklarer Randi Hummelose.

- De savner også vedkommende, de mistede, når de går hjem, men skuldrene er mere afslappede, og jeg tror, de oplever, at kirken, kærligheden og Gud rummer dem og deres sorg.



### Ole Rabjerg

Ole Rabjerg er ansat i Foreningen Agape som psykolog. Han tilbyder individuel og parterapi og går ind i de fleste former for kriser. Ole Rabjerg tager ofte ud og holder foredrag i kirker og foreninger, hvor han tilbyder følgende emner:

- Skyld, skam og tilgivelsesprocesser
- Sorg og krise
- Vrede
- Stress og udbrændthed
- Depression
- Spændingsfeltet mellem det åndelige og det psykiske
- Følelser i Gudsrelationen og i menigheden
- Selvbillede og selvværd

# Links

## uddannelse

Institut for Diakoni og Sjælesorg  
diakoni.dk

Diakonhøjskolen  
diakonhoejskolen.dk

Den danske Diakonissestiftelse  
diakonissen.dk

## terapi, foredrag og kurser

Foreningen Agape  
agape.dk

KRIS (Kristen Rådgivning til Incestofre og Seksuelt misbrugte)  
kris-dk.dk

Diakonhøjskolens & Kolonien Filadelfias Diakonforbund  
diakonforbund.dk

Samvirkende Menighedsplejer  
menighedsplejer.dk

## organisationer med diakonale institutioner

Blå Kors Danmark  
blaaakors.dk

Diakonissehuset Sankt Lukas Stiftelsen  
sanktlukas.dk

KFUKs Sociale Arbejde  
kfukssocialearbejde.dk

KFUMs Sociale Arbejde  
kfumsoc.dk

Kirkens Korshær  
kirkenskorshaer.dk

Behandlingshjemmet Shalom  
shalom.dk

## tværgående samarbejde

Dansk Diakoniråd  
danskdiakoni.dk

Kirke hos os  
kirkehosos.dk

Denne liste er ikke udtømmende, men eksempler.

- "HVIS KIRKEN BLOT VAR EN RENT Menneskelig størrelse, ville den ligne alle andre fællesskaber. Men Kirkens basis er Evangeliet, budskabet om Guds grænseløse kærlighed. Dens kendetegn er tilgivelse, tillid og tjeneste. Netop disse tre ting gør den til et åbent fællesskab, hvor der er plads til alle – også for dem, der er anderledes".
- (Johannes Nissen, lektor Det Teologiske Fakultet, Århus)

# Foreningen Agape

## kurser • retræter • temadage

• **"Kvinder midt i livet"**. Kvindeidentitet. Forandrede selvbilleder. Savn og mod nye mål. Oplæg ved Ingrid Danielsen. For kvinder mellem 40 og 50. 19. november i Silkeborg.

• **"TimeOut"**. Lyt til stilheden. Fire dages tilbagetrækning, stilhed og fred, eftertanke, tekstlæsninger og meditation. 9. september på Hellig Kors Kloster ved Lem.

• **"Styrk dit selvværd - bryd dit mindreværd"**. Det kan ske, at vores følelser bliver så blandede og komplicerede, at de kan være svære at håndtere, og så kan livet slå revner – eller simpelthen gå i stå. psykolog Suh Bjerg Jacobsen underviser. 27. august i Silkeborg.

• **"Sjælesørgerisk familierådgivning"**. Uddannelse i sjælesorg. Professionel undervisning, pædagogiske og psykologiske redskaber, kommunikation, sjælesorg, grundfølelser, livskriser. kursusansvarlig: psyko- og familierapeut Heidi Jacobsen. 28. juni i Århus.

• **"Forældre, der har mistet"**. Temadag for forældre, der har mistet et barn. Næste temadag er 18. september i Silkeborg.

### Du finder information om kurserne på [agape.dk](http://agape.dk) foredrag



Egon Madsen



Steen Palmqvist



Ole Rabjerg



Torben Jensen

**Diakonikonsulent Egon Madsen** • diakoni, omsorg og nærvær i menigheder.  
**Familierådgiver Steen Palmqvist** • parforhold, sex, konflikt, krise, familie.  
**Psykolog Ole Rabjerg** • Vrede, sorg, stress, skyld.  
**Landsleder Torben Jensen** • Tjenesten/ diakoniens centrale plads i kristendommen, etik/politik og kristendom, lykken, lidelsen.

# Litteratur

• **"Han elskede os først"** af lektor i Ny Testamente, Århus Universitet, Helge Kjær Nielsen. Århus Universitetsforlag 1994. Grundig indføring i begrundelse og baggrund for diakoni ud fra Ny Testamente.

• **"At give det videre"** af Heine Holmgaard. Lohse/Agape 2009. Kan købes hos Agape, sekretariat@agape.dk  
Sognepræsten skriver nytænkende og epokegørende om diakoniens afgørende betydning for helhedsforståelsen af Guds tanker og vilje med mennesket. Gud møder os i skabelsens evangelium og frelsens evangelium. Begge dele skal med for at forstå, hvem Gud er.

• **"Diakoni - en integreret dimension i folkekirkens liv"**. Udgivet af et udvalg, nedsat af biskopperne og Landsforeningen af Menighedsrådsmedlemmer. Aros 2001.

• **"Den uimodståelige revolution"** af Shane Claireborn. Boedal. Fra forordet ved Magnus Malm: "Der er skrevet adskillige bøger om livsstil, fred og retfærdighed, som har givet læseren voldsom åndenød af skyldfølelse og træthed. Denne bog er anderledes."

• **"Temablade om Diakoni"**. Artikler af biskop Karsten Nissen, lektor Hans Ravn Iversen, lektor og rejsepræst Leif Andersen og mange flere. Kan rekvireres hos Agape, sekretariat@agape.dk.

• **"Kristen og psykisk sygdom"** af Maria Møller Knudsen. Foreningen Agape 2008. Pris 40 kr.  
Forfatteren fortæller om sin indlæggelse på et psykiatrisk hospital og kommer med sine bud på, hvad der kan gøres anderledes, så det kristne fællesskab bedre kan rumme den syge, og det psykiatriske system bedre den troende.



# Guide til at handle

Af Mette Swartz Andersen, journalist

Hvad gør man som kirke, hvis man gerne vil i gang med at hjælpe og tjene mennesker i sin by? Denne guide er en hjælp til at komme i gang.

## 1. behov og muligheder

Tal sammen om behovet for hjælp i jeres by. Hvem trænger til en hjælpende hånd i jeres sogn? Er der mest behov for praktisk hjælp til mennesker, at besøge en- eller flere ældre, et værested for unge, en selvhjælpsgruppe for kvinder midt i livet eller for mennesker, der har mistet en ægtefælle eller et barn.

Lav en liste over de forskellige grupper og jeres ideer.

## 2. involvér andre

Involvér eventuelt andre organisationer, som har interesse i samme sag, og invitér lederne til et møde. Vær åbne. Kan vi gøre noget sammen? Hvordan kan vi hjælpe hinanden? Vis dem, at de er vigtige i det store perspektiv.

## 3. styregruppe

Etabler en lille styregruppe, og lav en tidsplan med for eksempel idéfase, inspirationsdag, foredragsaften, pressedækning og igangsætning. Pas på i denne fase, at det hele ikke kommer til at gå op i møder og administration.

## 4. ledelsesopgaven

Det er ikke nødvendigvis præst eller menighedsråd, der konkret skal arbejde med opgaven. Som regel er der nok af opgaver i forvejen. Men præst og menighedsråd skal blot være igangsætter, inspirator og motivator.

## 5. spørg frivillige

Udvælg nogle frivillige, som I vil spørge om at arbejde med opgaven, fordi I tror, de har evner og gaver til netop denne opgave. Vær opmærksom på, om der eventuelt er mennesker, I ikke lige umiddelbart forventer noget af, men som kan vokse med opgaven. Henvend jer personligt til dem, der skal involveres.

## 6. gør det kendt

Når tingene så småt ruller i gang, kan det give forståelse og fremdrift at gå i medierne med det. Brug kirkebladet, lokalavisen, lokal-tv, og -radio. Medierne er interessererede i lokale initiativer, og når projektet er kendt, er det meget lettere at få støtte fra organisationer og erhvervsliv.

## 7. se dem

De frivillige har brug for at blive set og anerkendt. Forkæl dem gerne med f.eks. en årlig inspirationstur, en julefrokost eller en teatertur. Invitér dem også gerne med til et møde i menighedsrådet eller en dag i sognegården arrangeret specielt for de frivillige.