



DEN NORSKE KIRKE

# Workshop: Inkludering som mål, frivillighet som metode

Vårres kirke – kirkefagkonferansen

Bodø, 23. april 2026



**DEN NORSKE KIRKE**

## **Silke Pahlke**

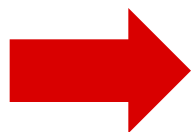
Seniorrådgiver, likestilling , inkludering og mangfold (LIM) og universell utforming

Avdeling for HR og organisasjonsutvikling, Kirkerådet

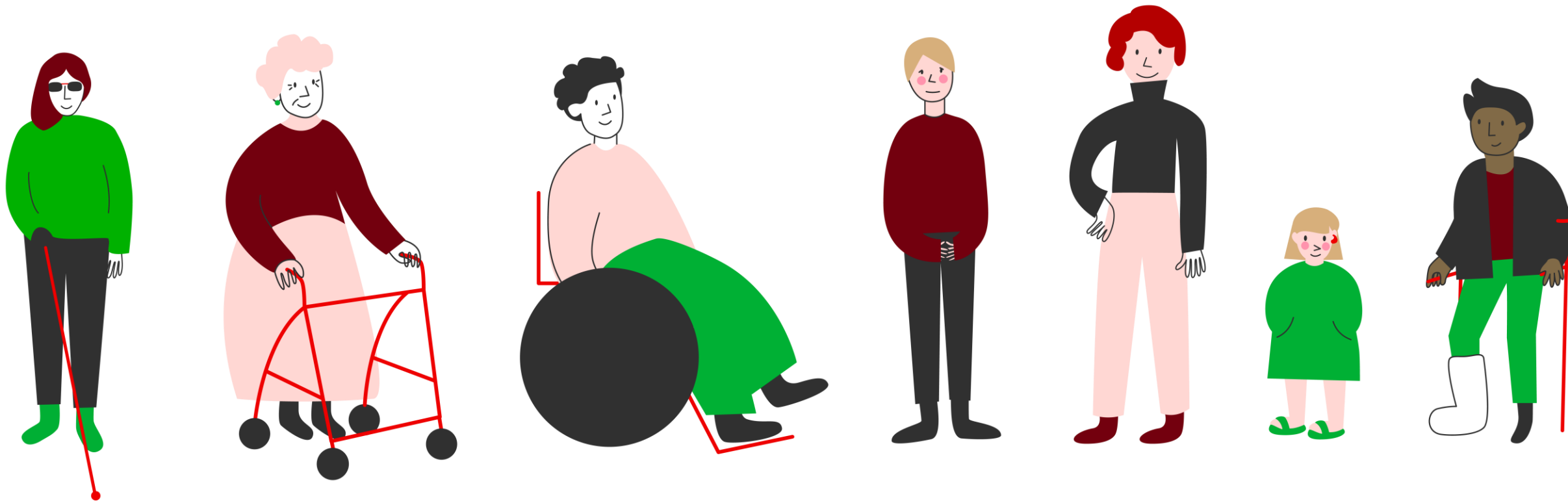
Sekretær for rådet for personer med funksjonsnedsettelse

# Program

- Velkommen
- Innledning
- Smågrupper: usynlige terskler og barrierer hos oss, og finne grep
- Plenum: deling av funn
- Smågrupper: fra funn til ansvar
- Oppsummering

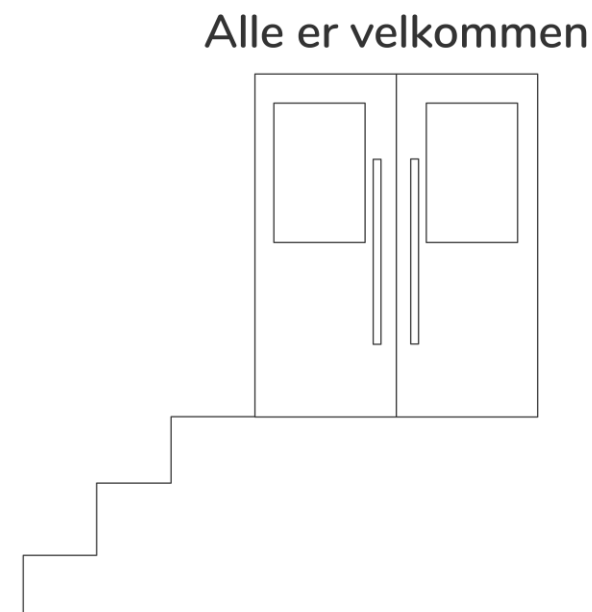
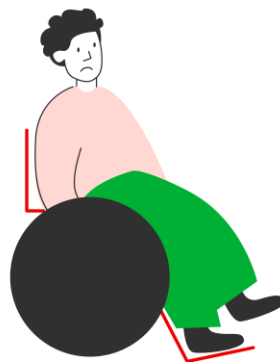


Den norske kirke skal være en kirke for alle.



# Begrepsavklaringer

- Funksjonsnedsettelse/nedsatt funksjonsevne
- Funksjonshemming
  
- Funksjonshindring (NOU)
- *Funksjonsvariasjoner*



# Medborgerskap



# Barrierer for deltakelse



## Praktiske/strukturelle

Tilgjengelighet, transport, lyd/lys, tempo, pauser, info/påmelding, utstyr ...



## Sosiale/kulturelle

Antakelser, overbeskyttelse/ omsorgsrefleks, utydelig uskrevne regler, holdninger ...

# Rekruttering



## Ekstern rekruttering

Hvem når vi ut til? Tilbyr vi plass?  
Hvem vet om oss?



## Intern rekruttering

Hvem får vokse i ansvar?  
Tillit og synlighet

# Smågrupper: Barrierer og grep i frivillighet



# 1. oppgave

**Velg én case (frivilligrolle/aktivitet)**

## 2. oppgave

### Kartlegg barrierer

- Hvem blir ofte spurt om å bidra – og hvem blir sjelden eller aldri spurt? Hva bygger vi det på?
- Hvor i “reisen” mister vi folk? (invitasjon → påmelding → ankomst → gjennomføring → oppfølging)
- Hva må en person vite på forhånd for å tørre å si ja? (forutsigbarhet, kontaktperson, pauser, rammer)
- Hvilke deler av opplegget er mest energikrevende eller uforutsigbare? (tempo, støy, sosial intensitet, tidspress)
- Hvilke “uskrevne krav” har vi til hvordan man skal være for å passe inn? (sosial stil, språk, kapasitet, fleksibilitet)
- Intern rekruttering: Hvem får reell rolle, ansvar og tillit over tid – og hvem blir stående på småoppgaver eller “skånet”?

## 3. oppgave

### Velg ett grep dere kan teste (snart).

Ekstern rekruttering:

- Tilgjengelighetsinfo som standard i invitasjon (adkomst, toalett, lyd, pauser, kontaktperson).
- Lavterskel 'prøv en gang': kort oppgave uten binding + tydelig vertskap.

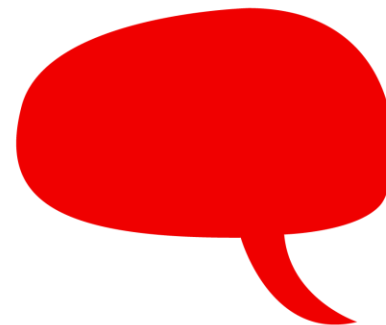
Intern rekruttering:

- Oppgaver i nivåer (mikro → team → ansvar) så flere kan vokse gradvis.
- Medleder i startfase (trygghet + deling av ansvar).

Rammer/tilrettelegging (gjennomføring):

- Mikrofon/tydelig lyd som standard + lav terskel for å be om repetisjon.
- Fleks og pauser normaliseres ("det er lov å ta pauser/komme og gå litt").

# Plenum: barrierer og grep



# Plenum – barrierer og grep

**Ekstern rekruttering**

**Intern rekruttering**

# Smågrupper: Fra funn til ansvar



# Fra funn til ansvar

**Velg ett funn eller mønster.**

## **1. Hva slags barriere er dette egentlig?**

– handler det mest om struktur, kultur, kompetanse, holdninger – eller system?

## **2. Hvem har faktisk ansvar for å endre dette?**

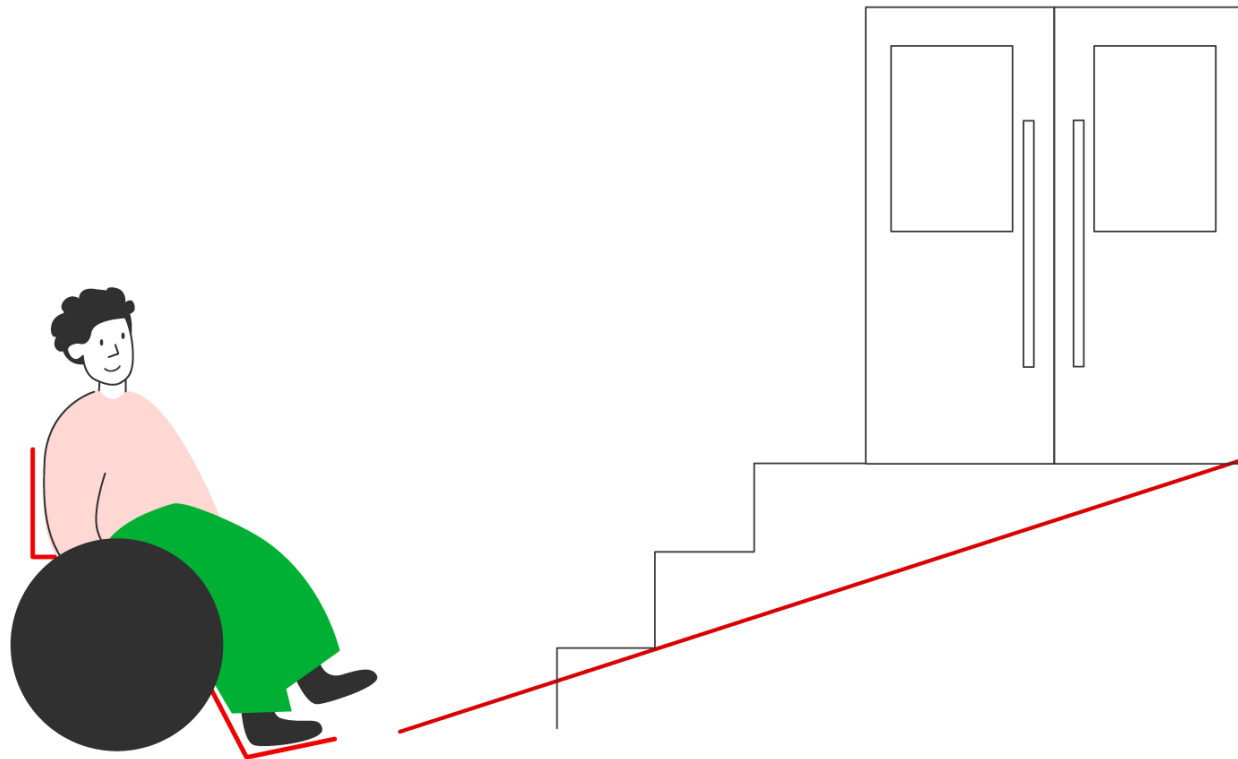
– enkeltpersoner, team, ledelse, eller nivå over oss?

## **3. Hva er et klokt *første* steg hos oss – gitt vår kontekst?**

– ikke det mest ambisiøse, men det mest realistiske og ansvarlige.

# Inkluderende frivillighet

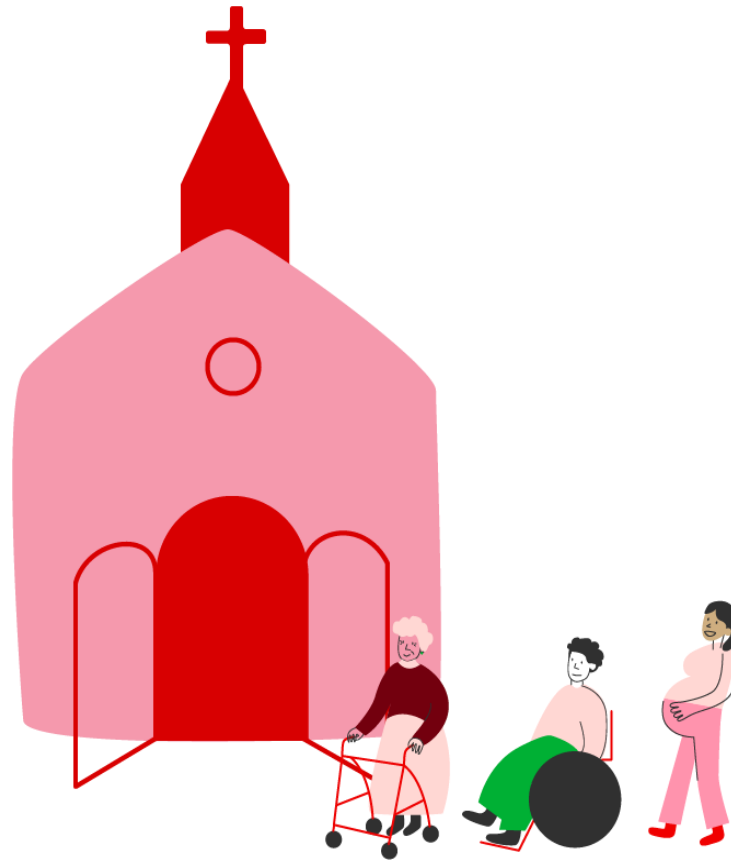
Alle er velkommen



# Ingenting om oss uten oss!



# Oppsummering



# Informasjon



# Spørsmål eller innspill?



DEN NORSKE KIRKE

**Takk for meg!**

**Ta kontakt!**

Silke Pahlke

sp259@kirken.no

482 24 648