



KFUK  
KFUM

# VELKOMMEN TIL FORANDRINGSHUSET V13

- *ET KRAFTSENTER FOR FOREBYGGENDE ARBEID OG  
UNGDOMSKULTUR I BERGEN SENTRUM*





## TILBUD OG AKTIVITETER

- Skoleverksted
- Generasjonsmøter
- Jentekveld
- Musikkterapeut
- Samtaletilbud
- Ungdomscrew
- Ferieaktiviteter
- Kulturtilbud

## ÅPNINGSTIDER FORANDRINGSHUSET V13

### MANDAG

ÅPENT HUS  
16:00- 21:00

### TIRSDAG

UNITED BROTHERS  
16:00- 21:00

### ONSDAG

UNITED SISTERS  
(kommer)  
16:00- 21:00

### TORSDAG

ÅPENT HUS  
16:00- 21:00

### FREDAG

ÅPEN HELG  
19:00- 23:00

### LØRDAG

ÅPEN HELG  
19:00- 23:00

### SØNDAG

ÅPEN HELG  
17:00- 21:00

### INFO

MER INFO PÅ  
INSTAGRAM:  
forandringshuset\_v13

# Generasjonsmøter

Bygge broer mellom generasjoner og kulturer, og skape trygghet og fellesskap



Alefa Ibrahim beskriver sjengjen som en stor familie. Foto: Karoline Nordgulen

## Møtene betyr mye: - De bryr seg virkelig



Ghaith Albasawi fra Syria får gode råd fra de eldre. - De har mye livserfaring som de kan dele med oss.  
Foto: Karoline Nordgulen

Av [Siv Berg Lutro](#) og [Karoline Nordgulen](#)

Publisert:  
15.12.24 13:08

Del

Pensjonister og unge innvandrere møtes ukentlig. Det er en vinn-vinn for alle parter, og resultert i en høythengende pris.

# Hva kommer ut av Generasjonsmøter?

## Individnivå

*«Jeg har blitt mer åpen for forskjellige meninger, og det er ok å være uenig – det har vi lært her.» - Ungdom, deltaker*

*"Å kunne bidra med det jeg kan, og se at de unge får utbytte av det, gir meg en enorm glede." – Bjørn, frivillig.*

### Ungdommer:

- Trygghet og selvtillit
- Bedre forståelse av samfunnet
- Realistisk ambisjonsjustering
- Evne til å teste grenser og utfordre egne holdninger

### Frivillige:

- Økt kunnskap og toleranse for ulike kulturer
- Meningsfullt fellesskap og motvirkning av ensomhet

# Hva kommer ut av Generasjonsmøter?



## Samfunnsnivå

- Styrking av fellesskapet mellom generasjoner
- Økt inkludering og sosial integrasjon

*"Det er ikke bare ungdommene som lærer av oss, vi lærer også mye av dem." – Sara, frivillig.*

# Utfordringer og løsninger

- **Utfordringer:**
  - Relasjonsbygging, spesielt i starten
  - Kulturforskjeller mellom ungdommene
  - Traumatiske opplevelser blant ungdommene
  
- **Hva har styrket tiltaket:**
  - Stabil gruppe og langvarige relasjoner
  - Kompetente ansatte med erfaring innen flerkulturelle spørsmål
  - Fokus på relasjonsarbeid og nettverksbygging



# Hva kan andre lære av Generasjonsmøter?

- Tør å stille spørsmål, men på en respektfull måte.

*«Når vi har et sterkt fellesskap, kan vi ta opp de vanskelige temaene.»*

- Alle kan bidra – det lille vi gjør kan gjøre en stor forskjell.

*"Ingen kan gjøre alt, men alle kan gjøre noe."*

- Ekte engasjement er drivkraften bak endring.

*«Når folk virkelig bryr seg, så kan de gjøre en stor forskjell i livet til en ungdom eller eldre person.»*



# Frivillighetsprisen 2024

## -Juryens begrunnelse



***“Generasjonsmøter har skapt et unikt fellesskap som styrker både ungdom og eldre, og bygger broer mellom kulturer på en måte som er bærekraftig og samfunnsnyttig.”***





## Ann Kristin Giæver Gangdal

Daglig leder, Forandringshuset V13

Tlf: 909 63 463

Mail: [ann.kristin.gangdal@bymisjon.no](mailto:ann.kristin.gangdal@bymisjon.no)

**Hjemmeside:**

[Kirkens Bymisjon - Forandringshuset](#)

**Følg oss på:** Instagram, LinkedIn og  
Facebook

*Forandringshuset\_V13*