



# NUKs LOKALLAGS- HÅNDBOK

---

En håndbok for deg som vil starte et  
lokallag i menigheten din!



**FULL VERSION**



## **Forord**

Lokallagshåndboka er ment å være en ressurs for lokallagene i NUK. Dette er fullversjonen av Lokallagsheftet som mange kjenner til, og er mer utfyllende enn dette på de fleste punkter. Vil du fordype deg i stoff om hvordan et lokallag drives, hva det innebærer å være et lokallag samt hente inspirasjon og gode tips, er Lokallagshåndboka akkurat det du trenger.

Det er ikke alltid like lett å vite hva man skal gjøre når man har fått en ny oppgave man kanskje ikke har hatt kjennskap til tidligere. Da er det veldig greit å kunne slå opp i en håndbok som gir deg de svarene du trenger, og som gir deg mer kunnskap om hva din rolle egentlig innebærer. Her er også forslag til hvordan du kan utføre oppgaven din, hva slags aktiviteter lokallaget ditt kan legge opp til og ellers mye generell informasjon som er greit å ha i bakhodet.

Vi håper at lokallagshåndboka vil være til hjelp for deg som skal være med å styre et lokallag. Hvis du har flere spørsmål, ta kontakt med oss på [nuk@nuk.no](mailto:nuk@nuk.no) eller ring 23 21 95 40.

### REVISJONER:

Originaltittel «Tro, fellesskap, handling – Lokallagsarbeid i menigheten» utarbeidet av nestleder i NUK 2004/2005 Heidi H. Øyma og organisasjonskonsulent Marta Bivand Erdal.

1. utgave: LM 2004

Rev. 1: mai 2005

Rev. 2: februar 2012 – Kristina Voigt

Rev. 3: *Ressurshefte for lokallagsarbeid i NUK*: I forkant av LM 2012 ved Ledertreningsutvalget og Lokallagsmedarbeider

1. utgave: ukjent

Rev. 4: oktober 2016 – ny layout og endring av navn fra *Ressurshefte for lokallagsarbeid i NUK* til *Lokallagshåndbok – fullversjon* (Maria Bjørnland), korrektur og oppdatering av innhold (Loan Anh Thi Tran og Maria Bjørnland)

Rev. 5: mars 2020 – Oppdatering av innhold (Stephen Trotter)

Rev. 6: februar 2023 - Oppdatering av innhold (Stephen Trotter)



Innhold

	<b>DEL 1</b>	
	<b>INTRODUKSJON</b>	
1 - Introduksjon		<a href="#">1</a>
2 - Lokallag i Norges Unge Katolikker		<a href="#">2</a>
3 - Et menighetsliv for unge		<a href="#">5</a>
	<b>DEL 2</b>	
	<b>FÅ I GANG AKTIVITET</b>	
4 - Typer lokallag		<a href="#">8</a>
5 - Kom i gang!		<a href="#">12</a>
6 - Planlegging		<a href="#">14</a>
7 - Hvordan få flere til å involvere seg		<a href="#">15</a>
8 - Konkrete forslag til aktiviteter		<a href="#">16</a>
9 - Adventsaksjonen som et prosjekt		<a href="#">19</a>
10 - Et godt og variert semesterprogram		<a href="#">20</a>
11 - Hvordan arrangere en helg		<a href="#">23</a>
	<b>DEL 3</b>	
	<b>HVORDAN DRIVE ET LOKALLAG</b>	
12 - Forventninger og forpliktelser til lokallag i NUK		<a href="#">27</a>
13 - Roller i et lokallag		<a href="#">33</a>
14 - Økonomi i et lokallag		<a href="#">36</a>
15 - Medlemskap og kontingent		<a href="#">40</a>
	<b>NYTTIG KONTAKTINFORMASJON</b>	



**NORGES UNGE KATOLIKKER**

Akersveien 16 A - 0177 Oslo  
tlf. 23219540 - [www.nuk.no](http://www.nuk.no)

# DEL 1

# INTRODUKSJON

TRO | FELLESSKAP | HANDLING



# 1 - Introduksjon

Kjære lokallag,

Å drive barne- og ungdomsarbeid kan være en utfordring av mange ulike grunner. Dette heftet er ment som en ressurs der dere kan finne tips og informasjon til hvordan drive katolsk barne- og ungdomsarbeid, og hvordan være et fungerende lokallag i NUK. Enten dere vil starte et nytt lokallag, få ny inspirasjon til fungerende aktiviteter, holde orden på økonomien eller høre på motiverende erfaringer fra andre lokallag så finner du det her.

Katolsk barne- og ungdomsarbeid er unikt i at det springer ut fra vår tro på Gud. Dermed må vi i tillegg til kule aktiviteter også finne plass til Kristus i arbeidet vårt. Formålsparagrafen vår sier at vi gjennom tro, fellesskap og handling skal synliggjøre en levende og ung kirke. Har man dette i tankene blir arbeidet vårt ikke bare morsommere, men også mer givende.

Vi ønsker dere lykke til i arbeidet deres fremover.

"La dere bli formet av den Hellige Ånd. Bruk tid i bønn, og la Ånden snakke til deres hjerter. Å be betyr å gi noe av deres tid til Kristus, å overgi dere til ham, å lytte i stillhet til hans ord, og la det gi gjenklang i hjertet."

Pave Johannes Paul II,  
Verdensungdomsdagene i Roma, 15. august 2000



## 2 – Lokallag i Norges Unge Katolikker

Norges Unge Katolikker (NUK) er den Katolske Kirkens barne- og ungdomsorganisasjon. NUK er basert på medlemmer og lokallag rundt omkring i Norge. Lokallagene er en aktiv del av menighetslivet. NUK er demokratisk oppbygget og basert på frivillig arbeid.

NUK har flere satsningsområder som alle sikter inn mot samme mål: å hjelpe unge katolikker til å leve og vokse i sin tro som aktive medlemmer i sine menigheter. NUK ønsker med sin formålsparagraf Tro, Felleskap og Handling å sette fokus på organisasjonens hovedlinjer i sitt arbeid og virke.

### **Tro:**

- Bygge opp en katolsk identitet hos de unge.
- Synliggjøre en levende og ung kirke.

### **Felleskap:**

- Være et møtested hvor man kan oppleve et felleskap med andre unge, i katolske omgivelser.
- Strebe etter flerkulturelt mangfold.
- Styrke vårt felleskap i Kristus gjennom aktiv deltakelse i messen.

### **Handling:**

- Fremme veksten i troen og skape engasjement i Kirken og i samfunnet, og svare på de utfordringer vi møter der.
- Være en ressurs for barne- og ungdomsarbeidet i menighetene.
- Lære å gjenkjenne Kristus i våre medmennesker og handle deretter.

I formålsparagrafen står det også at «Norges Unge Katolikker (NUK) er en sammenslutning av lokallag som har sitt utspring i de katolske menighetene i Norge eller andre instanser i Kirken. NUK som organisasjon baserer sitt arbeid på troskap til Kirken og arbeider i samråd med biskopene på stiftsplan, og sogneprestene i de enkelte menighetene. Organisasjonen er til for alle unge katolikker i Norge: barn, ungdom og unge voksne. Som katolsk organisasjon hører NUK inn under biskopenes hyrdeansvar og følger deres avgjørelser i Norsk Katolsk Bispe råd i spørsmål som gjelder katolsk tro og moral. Organisasjonen er partipolitisk uavhengig.»



## Formålsparagrafen i praksis

Har du noen gang lurt på hva NUK-kontingenten egentlig går til? Hvordan ditt medlemskap i NUK bidrar til å bygge opp Kirken?

**TRO** - NUKs hovedoppgave er katolsk barne- og ungdomsarbeid. Selv om vi er en landsdekkende organisasjon som har mange nasjonale arrangementer, er hovedmålet å hjelpe barn og ungdom til å leve et aktivt kristenliv i sin egen menighet.

**FELLESSKAP** - gjennom kontingenten er du med på å bygge et katolsk barne- og ungdomsmiljø i hele landet. NUK får en betydelig støtte fra staten som er beregnet etter antall betalende medlemmer under 26år. Dette bidraget utgjør en stor av det årlige budsjettet. NUK får også støtte fra Landsrådet for Barne- og Ungdomsorganisasjoner (LNU), som går til lokallagene. Dessuten gir Oslo Katolske Bispedømme, Trondheim Stift og Tromsø Stift økonomisk støtte, i tillegg til å stille prester og kontorfasiliteter.

Kontingenten er et solidarisk bidrag til fellesskapet som gjør det mulig bl.a. å hjelpe barne- og ungdomsarbeidet i små menigheter gi reisestøtte slik at tilbudene virkelig er tilgjengelige for hele landet. NUK har også et leirfond som hjelper dem som trenger økonomisk støtte til å dra på leir.

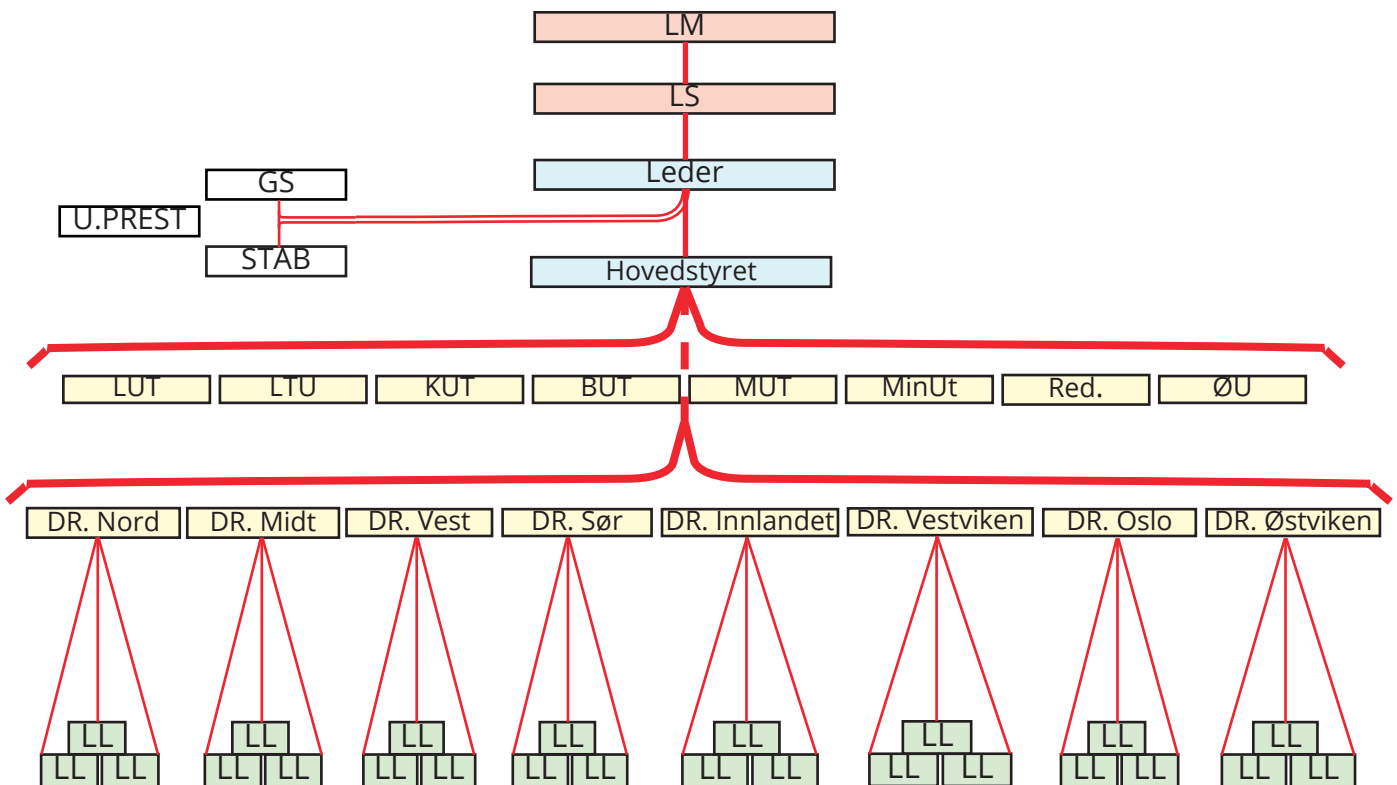
**HANDLING** - hva gjør vi egentlig med alle disse pengene?

- Vi har leirtilbud fra fylte 8 år (5 regionale barneleirer) til 18 år og oppover. Vi har samlinger, helger, verdensungdomsdagen, pilegrimsvandringene samt øvrige arrangementer både nasjonalt og lokalt.
- Vi gjør disse tilbudene tilgjengelig for hele landet, fra Kristiansand i sør til Hammerfest i nord - blant annet gjennom vår reiserefusjonsordning.
- Vi hjelper til med lokallagsarbeid og støtte til tiltak for barn og ungdom i menighetene samt distriktsarbeid - blant annet gjennom å samle ungdom fra nabomenigheter til felles aktivitet og virksomhet.
- Vi utgir blader for barn (Arken), ungdom (Q) og unge voksne (Credimus).
- Vi administrerer katolske internettsider for barn og ungdom ([www.nuk.no](http://www.nuk.no))
- Vi arrangerer ledertreninger - for fremtidige ledere i menighetenes barne- og ungdomsgrupper og på leirer.
- Vi har flere utvalg med særlig ansvar for deler av NUKs aktiviteter, som leirutvalg, karitativt utvalg, barneutvalg, økonomisk utvalg, 18+utvalg og ledertreningsutvalg.
- I samarbeid med Caritas Norge arrangerer og gjennomfører vi årlig Adventsaksjonen, med fokus på nord/sør spørsmål, bistand og solidaritet.



## En solid organisasjon å ha i ryggen

Fordelen med å være et lokallag i NUK er at du ikke står alene. Vi ønsker å hjelpe til der det er behov og bidra med alle de ressursene og den kompetansen vi som landsdekkende organisasjon innehar.



Innenfor NUK, forholder lokallag seg til den aktuelle distriktsrepresentanten, som representerer lokallagene i Landsstyret (LS). Man har også anledning til å ta kontakt med de forskjellige utvalgene hvis man ønsker hjelp, råd, og veiledning. Det er ofte en eller flere i Hovedstyret som har ansvar for å følge opp distriktsrepresentanter og lokallag, så man finner hjelp der òg. Til slutt så har man sekretariatet på siden, som er der for å hjelpe de frivillige i oppfyllingen av NUKs formål.

Som du kan lese senere i dette heftet er det en del konkrete rettigheter, plikter og muligheter for lokallag i NUK. Kort oppsummert er det tre hovedgrunner til å være et lokallag i NUK:

- Fellesskapet med andre unge katolikker i Norge i en organisasjon av og for barn og ungdom.
- Mulighet til å ta ansvar og være et aktivt medlem av en levende kirke - din egen menighet eller gjennom annet arbeid lokalt og nasjonalt.
- Økonomiske fordeler i form av Frifondmidler (Driftstøtte og Prosjektstøtte).





### 3 - Et menighetsliv for unge

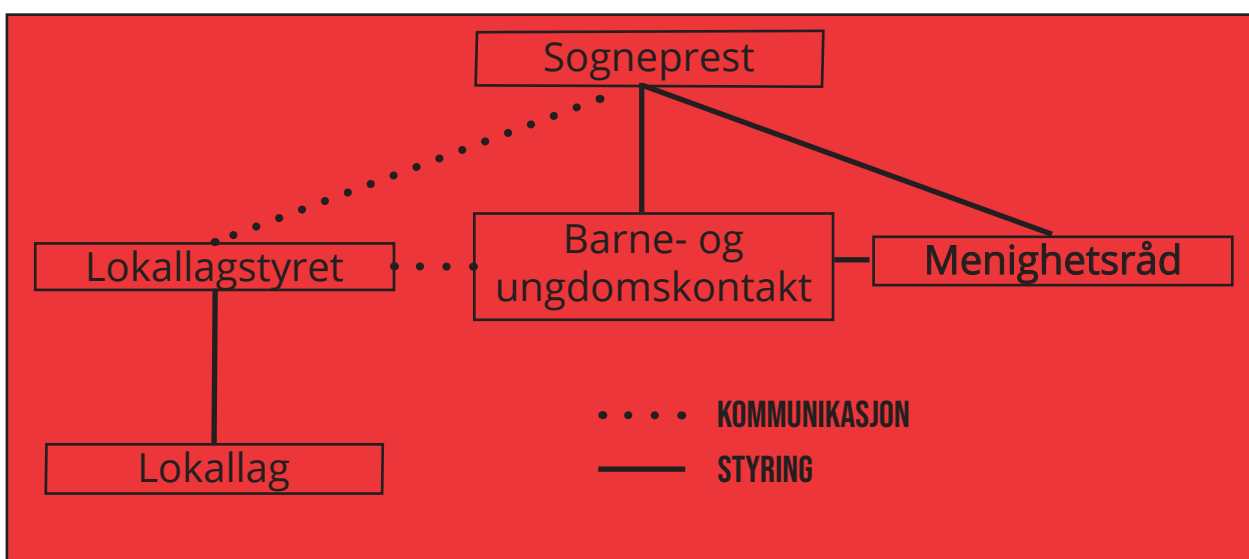
Det er menigheten som er vårt primære fellesskap i Kirken, og et levende barne- og ungdomsarbeid må derfor ha sin forankring i dette fellesskapet. Det er derfor på menighetsplan ungdomsarbeidet bør og må skje.

Et viktig premiss er at menighetene selv må ta ansvar for og initiativ til et levende barne- og ungdomsarbeid. I 2009 ble det laget en pastoralplan for barne- og ungdomsarbeid i Oslo Katolske Bispedømme hvor det står detaljert hva menighetene skal tilby barn og ungdom av aktiviteter. OKB har en egen Pastoralavdeling som har ansvar for utforming av katekesematerialer og veiledning.

Barne- og ungdomskontakt: Alle menigheter bør ha en barne- og ungdomskontakt. Dette er en voksen person i menigheten som skal være en stabil hjelp og støtte for de unge. Det kan være en ansatt eller en menighetsrådsrepresentant. Denne personen bør delta i ungdomsarbeidet, men ikke være den eneste "lederen". Det er viktig at ungdom selv lærer å ta ansvar og å organisere aktiviteter. Denne personen kan også sammen med de yngre lederne være med å sikre at man skaper et inkluderende sosialt fellesskap som ramme og forutsetning for ungdommenes tilhørighet. Dette er grunnleggende for katolsk åndelig virksomhet og tilknytning til menigheten og Kirken.

Eget undervisningsutvalg/barne- og ungdomsutvalg: Et slikt utvalg bør inkludere sogneprest eller andre prester, menighetsrådsrepresentant, kateketer, foreldre og ungdom. Utvalgets arbeid bør være forpliktende, med engasjerte medlemmer. Et slikt utvalg kan utarbeide en realistisk og tilpasset handlingsplan i menigheten for ungdomsarbeidet, med mål og tidsrammer.

En slik type modell kan skisseres slik:





## Hva slags lokallag?

Senere i heftet lærer du mer om hva slags lokallag man kan ha i NUK, men det er i bunn og grunn to typer: lokallag hvor medlemmene er under 15år og lokallag hvor medlemmene er over 15år. Forskjellen bunner ut i hvordan lokallaget kan og skal drives.

### Under 15år

Alle menigheter tilbyr katekese for barn og ungdom. I noen menigheter er det også barnegrupper eller junior/tweens-grupper som har aktivitet utenom katekesen. Når de er tilknyttet NUK som et lokallag kjennetegnes de ved at medlemmene er under 15år. Dette betyr at ledelsen av lokallaget ikke må være valgt av medlemmene selv, men er en selv-rekrutterende gruppe. Dermed så kan for eksempel lokallagsleder være utpekt av sognepresten. Av og til står presten selv oppført som lokallagsleder. Det er den som står oppført som leder som har ansvar overfor NUK for å oppfylle forpliktelsene til NUK. Disse lokallagene har også ofte lokal innkreving av kontingent. Det som er viktig å huske er at lokallagsleder må kunne dokumentere at foreldrene har aktivt valgt å melde sitt barn inn i NUK, enten gjennom katekeseinnmeldingen eller egen innmeldingskjema. Se også kapittel 9.

### Over 15år

Alle medlemmer av NUK (med unntak av støttemedlemmer) over 15år har fulle demokratiske rettigheter i NUK, og kan være med på å bestemme hvordan NUK eller lokallaget skal styres. Et lokallag for ungdom som er organisert i NUK har et demokratisk valgt styre. Dette er fordi NUK som frivillig og demokratisk organisasjon i Norge er en del av en satsning på økt engasjement og deltakelse blant ungdom. Gjennom organisasjonsarbeidet læres ungdom opp til å bli aktive samfunnsmedlemmer, så vel som aktive og ansvarlige medlemmer av Den Katolske Kirke. Dette er likevel kun en positiv bieffekt av det ungdomsarbeidet som drives – hovedmålet er å hjelpe ungdom til å utvikle og vokse i sin tro.

### Lokallaget og menigheten

Forholdet mellom menighetens ungdomsarbeid og et lokallag i NUK vil være forskjellig fra menighet til menighet. Det er likevel viktig å presisere at dette ikke trenger å være en komplisert sak. Ungdomsarbeidet er helt avhengig av samarbeid mellom sogneprest/ menighet og ungdommene som deltar i ungdomsarbeidet – dermed bør det være mulig å gjøre avtaler i hver enkelt menighet som tilfredsstillende alle parter.

#### **Eksempel: program for ungdomsgruppen**

Før årsmøtet, eller når man setter opp program for halvåret, så bør styret snakke med sognepresten og barne- og ungdomskontakten og legge frem forslag til aktivitetsplan. På den måten kan menigheten og lokallaget kvalitetssikre aktivitetene, samtidig som det gjør det lettere for menigheten å reklamere for lokallaget i kunngjøringer og søndagsblad.



# DEL 2

# FÅ I GANG AKTIVITET



## 4 - Typer lokallag

NUK har lokallag som fokuserer på ulike aktiviteter: barnegrupper, katekeselag, barne- og ungdomskor, ministrantlag, ungdomslag, studentlag og unge voksne-grupper. Selv om lokallag kan ha forskjellige fokus og aktiviteter, så er det hovedsakelig to forskjeller som avgjør hvordan man administrerer lokallaget:

- Om man har medlemmer under 15år
- Medlemmer over 15år

Lokallag med medlemmer under 15år trenger ikke en valgt ledelse - lokallagets styre kan være en selvutnevnt voksen. Lokallag med tre eller flere medlemmer som har fylt 15år må ha et styre som er demokratisk valgt av lokallagets medlemmer. Det står mer i standardvedtektene for NUKs lokallag - du finner de på [www.nuk.no/ressurser-for-lokallag](http://www.nuk.no/ressurser-for-lokallag)

### **BARNE- OG KATEKESELAG**

Barne- og katekeselag fokuserer på aktiviteter for barn og unge under 15år. Det kan være alt fra søndagsskole, førstekommunionsundervisning, eller sosiale aktiviteter for barn i menigheten. Barne- og katekeselag er ofte ledet av sognepresten, katekesekoordinatoren, barne- og ungdomsarbeideren eller en voksen i menigheten. Barne- og katekeselag er avhengig av god kommunikasjon med foreldre. NUK har et Barneutvalg (BUT) som kan hjelpe til med å sette igang aktiviteter for barn i menigheten.

### **MINISTRANTLAG**

Som navnet tilsier, så fokuserer ministrantlag på ministrering. Husk at det fortsatt er viktig å skille mellom lokallag som krever demokratisk valgt styre eller et barnelag - av og til kan det være lurt å ha junior- og senior-ministrantlag. Da kan man ha en ministrantleder (for eksempel utpekt av sognepresten) som har ansvar for junior-ministrantene under 15år samtidig som man har et senior-ministrantlag som har et demokratisk valgt styre.

Ved å ha ministrantlag kan man få driftstøtte eller prosjektstøtte til å ha undervisning eller seminarer for ministrantene. Man kan også samle ministranter etter messen på et eget bord i kirkekaffen.

NUK har et eget Ministrant-utvalg (MinUt) som kan hjelpe ministrantlag og som hjelper til i organiseringen av Ministrant-NM.



## KOR

Barne- og ungdomskor kan også bli lokallag i NUK. Som med ministrantlag, så må man være oppmerksom på om man må ha et demokratisk valgt styre eller ikke. I noen menigheter er det kantoren eller organisten i menigheten som leder kor, men det kan også være en frivillig. Den som leder koret må ikke nødvendigvis være styreleder.

Selv om lokallaget i all hovedsak er rettet mot kor-aktiviteter, så kan man også arrangere andre aktiviteter for å bringe koret sammen.

## UNGDOMSLAG

Ungdomslag er de mest populære lokallagene i NUK. De fokuserer hovedsaklig på konfirmanter og ungdom opp til 18 år. De organiserer og styrer seg selv ved hjelp av lokallagsstyret, av og til med hjelp fra en barne- og ungdomsarbeider i menigheten. Målet med ungdomslagene er å gi ungdom rom for å utforske troen og oppleve et fellesskap i Kirken. Håpet med lokallaget er at når konfirmanter blir bedre kjent andre unge katolikker at de selv velger å forbli aktive i menigheten. Eldre ungdommer kan hjelpe de yngre med å vokse i troen og vise hvordan man kan være en ung katolikk i dagens samfunn.

Å starte opp et ungdomslag kan virke utfordrende, men det begynner ved at menigheten bygger opp et grunnlag gjennom katekesen - fra førstekommunion til konfirmasjon. Her er noen forslag til hvordan man kan bygge opp et ungdomslag:

- Engasjer tidligere konfirmanter i konfirmasjonsundervisningen. Del konfirmanter opp i mindre grupper slik at de kan bli bedre kjent med hverandre og husk å ha litt sosiale aktiviteter som et ledd i undervisningen.
- Arranger en konfirmanthelg en gang i semesteret. Ved hjelp av et godt program og sammensatt lederteam av unge voksne fra menigheten kan man gi konfirmanter et springbrett for å opprette eller opprettholde et ungdomslag.
- Gi konfirmanter en tjeneste i menigheten - dette gir dem en mulighet til å bli bedre kjent med hverandre samtidig som de deler en opplevelse og blir bevisst på Kirkens fellesskap.
- Arranger en konfirmasjonsfest eller konfirmasjonstur for å markere konfirmasjonen og deres overgang til en ny rolle i tros livet sitt.
- Få konfirmanter og katekesebarn til å ta del i NUKs Adventsaksjon - enten ved å organisere aktivitetsskvelder for å lage ting man kan selge i kirkekaffen, selge vafler eller gå med bøsser i byen eller lignende.
- Send potensielle lokallagsledere på NUKs Ledertreningskurs eller ta kontakt med NUKs Ledertreningsutvalg (LTU) for hjelp.



## **STUDENT- OG UNGE VOKSNE-LAG**

Mange ungdommer flytter hjemmenfra etter de er ferdig på videregående, enten for å gå på folkehøgskole, høyere utdanning, førstegangstjeneste, eller jobb. Det hender da at man mister kontakt med Kirken, spesielt hvis de ikke opplever samme fellesskap som de gjorde i ungdomslaget. Av og til ønsker man også å finne tilbake til Kirken selv om man ikke har vært aktiv siden konfirmasjonen. Da kan man enten finne eller starte et student- eller unge voksne-lag.

Studentlag, som navnet tilsier, er hovedsaklig rettet mot studenter. Noen menigheter har to studentlag - én for internasjonale studenter og én for norske studenter, men dette er avhengig av menigheten og studentmiljøet i byen. Unge voksne-lag er rettet mot unge katolikker som ikke er studenter. Det betyr ikke at studentlag utelukker ikke-studenter eller at unge voksne-lag ekskluderer studenter, men det kan hende de har ulike aktiviteter.

Disse lokallagene kan ofte ha et høyere nivå på trosinnhold, men man burde ikke anta at alle som dukker opp er like engasjerte i trosspørsmål - av og til er man på utkikk etter et sosialt fellesskap. Man kan også arrangere egne hytteturer, retretter, eller andre helg-arrangement i tillegg til de NUKs 18+Utvalg arrangerer.

### **HVORDAN OPPRETTE ET LOKALLAG**

Nå som du har sett hva slags lokallag man kan ha i NUK, så gjenstår spørsmålet: hvordan oppretter jeg et lokallag?

Det er noen fellesnevnerne:

1. Lokallaget må ha minst 5 betalende medlemmer under 26år;
2. Lokallaget må levere årsrapport og årsregnskap til NUK;
3. Lokallaget skal ha egne vedtekter som er godkjent av NUKs Hovedstyre.

I tillegg må lokallag med medlemmer over 15år ha et valgt styre med minst tre personer og avholde årsmøte.

Når alt dette er på plass, så kan man sende en epost til [nuk@nuk.no](mailto:nuk@nuk.no) og fylle inn skjemaet på [www.nuk.no/opprett-lokallag](http://www.nuk.no/opprett-lokallag) - også er man igang!



### **HVOR FÅR JEG HJELP TIL Å STARTE ET LOKALLAG?**

Å starte et lokallag kan virke stort og vanskelig - men husk at det er mange som ønsker å hjelpe!

- Du kan ta kontakt med NUKs sekretariat og generalsekretær på [nuk@nuk.no](mailto:nuk@nuk.no) eller [gensek@nuk.no](mailto:gensek@nuk.no)
- Du kan ta kontakt med NUKs Hovedstyre på [hs@nuk.no](mailto:hs@nuk.no)
- Ta kontakt med distriktsrepresentanten din
- Du kan ta kontakt med de forskjellige utvalgene som passer for lokallaget du ønsker å opprette:
  - Barneutvalget - for barne- og katekeselag
  - Ledertreningsutvalget - for ungdomslag
  - 18+Utvalget - for student- og unge voksne-lag
  - Ministrantutvalget - for ministrantlag

Det finnes også mange ressurser på [nuk.no](http://nuk.no), blant annet:

- Standardvedtekter for lokallag
- Mal for medlemslister
- Mal for årsbudsjett
- Mal for årsrapporter
- Mal for årsregnskap
- Håndbøker og masse me



## 5 – Kom i gang!

Det viktigste å ha når det ikke finnes noe lokallag eller aktivitet i menigheten, er en person som vil jobbe og skape noe stort for andre - en ildsjel!

Det er en stor glede og privilegium å være vitne på at et lokallag som vokser og lever! Og det er godt å vite at man har klart å skape noe stort for Kirken. Det vil være mange utfordringer, men frykt ikke - utfordringene er der for at vi skal lære av det og overvinne dem!

*"Vær sterk! La oss kjempe tappert for vårt folk og for vår Guds byer, så får Herren gjøre det som er best i Hans øyne."*

2. Sam 10:12

Det er skummelt å starte på noe nytt. Her er noen punkter som er greit å tenke og gjøre før man kommer skikkelig i gang

### Research

Spør en prest, barne- og ungdomskontakt, tidligere lokallagsledere, ordenssøstre, menighetsarbeider, katekeselærere, andre engasjerte legfolk i kirken eller NUK om hva som har vært tidligere og hva som skjer nå. Kanskje det er et lokallag allerede, men som trenger din hjelp? Kanskje noen av disse kan hjelpe deg med å få noe i gang? Prøv å få noen kontakter i kirken og skap gode relasjoner med dem. Noe som også er praktisk å sjekke er lokallagets økonomi. Finne ut hvordan økonomien til lokallaget har vært og er. Har dere en konto? Hvem kan ta ut penger på denne? Finne ut hvordan dere skal styre økonomien videre.

### Finn teamet ditt

Du trenger flere folk som kan og vil bygge opp et lokallag sammen med deg - du trenger et styre. De som er i styret bør være folk som vil bruke tid og sitt engasjement på lokallaget. Finn gjerne folk med forskjellige egenskaper - å kunne utfylle hverandre er en bra ting. Hvor man finner disse kan være tilfeldig. Kanskje du finner noen i søndagsmessen, konfirmasjonsgruppen din, familie, katekesen, på leir eller andre NUK-arrangementer? Finn motet til å spørre, du vil få et "ja" så lenge du ikke gir opp.

### GO TEAM!

Når du endelig har klart å samle en gjeng, så finn en dag dere kan møtes. Ha et årsmøte (kap. 17) og bli enige om roller og ansvarsfordelinger. Invester tid på å bli kjent med hverandre og ha teambuilding, dere skal tross alt være sammen en del ganger. Tenk sammen hva dere vil oppnå (se kap. 5) og hva slags aktiviteter dere ønsker å ha (se kap. 6). Sett gjerne opp styremøter i løpet av semesteret, slik at dere vet hvilke dager dere må holde av. Utveksl kontaktinformasjon imellom dere, mange bruker facebook/messenger og har en gruppe for styret.





### **Gi beskjed**

Kontakt NUK, sognepresten og fortell om det nye styret. Da kan de hjelpe dere og følge dere opp.

### **Nå er vi et lokallag!**

Husk at dere må være i hvert fall 5 betalende medlemmer under 26år for å bli et NUK-lokallag. Hvis dere er et nytt lokallag, så må dere sende inn en søknad om opptagelse som lokallag. Gå til [www.nuk.no/opprett-lokallag](http://www.nuk.no/opprett-lokallag)

### **Hvor er folka?**

Bruk menigheten din for å invitere potensielle medlemmer. Dra til messen og spør presten om dere kan komme med kunngjøring under messen og om dere kan skrive litt om lokallaget i menighetsbladet og søndagsbladet. Dere kan også spørre presten om dere kan få en liste over barna eller ungdommene målgruppen og sende en invitasjon. Lag gjerne plakat og brosjyrer, og sørg for at de er synlige i kirken, menighetslokalet etc. Den aller beste måten å få med deltagere, er gjennom personlig kontakt. Spør presten om dere får lov til å være leder på konfirmasjonshelg, hjelpe til under katekesen eller messen. Gå der hvor målgruppen er og inviter dem personlig. Det er den beste måten å få folk med. Inviter dem og sørg for at de føler seg ønsket og inkludert.

### **Wohoooo, nå har vi endelig kommet i gang!**

Nå er det bare å sørge for at dere tar vare på hverandre. Sørg for at alle føler seg inkludert og ønsket. Mange blir umotivert fordi de er så få, men de få er viktige og kanskje trenger lokallaget. Og så lenge du sørger for at de få har det bra og at de koser seg, så vil de komme igjen og mest sannsynlig med hver sin venn. Plutselig blir fem personer til ti, og ti personer til tjue.

Noen punkter som er greit å huske når dere har klart å komme i gang

- Finn ut om det finnes aktiviteter andre steder i distriktet ditt.
- Ta kontakt med NUK å finne ut om frist for å levere årsrapport og årsregnskap, samt eventuelt informere om endringer i kontonummer slik at Frifondmidler kommer til rett konto.
- Finn ut når det er sentrale arrangementer dere som lokallag kan bli med på.

### **HUSK at HS, sekretariatet og distriktsrepresentanten vil jobbe for og med dere!**

*"Be, så skal dere få. Let, så skal dere finne. Bank på, så skal det lukkes opp for dere. For den som ber, han får, og den som leter, han finner, og den som banker på, skal lukkes opp for."*

Matt 7:7-8



## 6 - Planlegging

Planlegging og forarbeid er halve jobben, heter det. Også i ungdomsarbeidet er det noe sannhet i dette. Hvis dere har planlagt et arrangement godt, har en klar ansvarsfordeling, hvor flere personer er med og samarbeider: Da har dere et veldig godt grunnlag for å lykkes.

### Hvordan planlegge?

Sett dere ned sammen og finn ut hva slags ønsker dere har for lokallaget. Hva har dere lyst til å gjøre? Lag en liste over alle de forskjellige tingene dere kommer på, store og små ting. Finn ut hvor ofte dere vil treffes? Hvor skal dere treffes? Hvilken dag og tid? Tenk på økonomien til lokallaget - hvor mye har dere i egenkapital og hvor mye kan dere søke om fra menigheten eller fra NUK? Kan dere søke om midler fra kommunen? Mer om økonomi senere.

Om dere ønsker å arrangere et større prosjekt, husk at lokallaget kan søke om Frifond prosjektstøtte. Her er det greit å ta kontakt med generalsekretæren, som har ansvar for å følge opp Frifondsmidler, vedkommende vil kunne hjelpe dere med å skrive søknad, sette opp budsjett, og gi dere veiledning. Det finnes også skjemaer og ressurser på [www.nuk.no/ressurser-for-lokallag](http://www.nuk.no/ressurser-for-lokallag).



## 7 – Hvordan få flere til å involvere seg

Dette er noe av det vanskeligste å finne svaret på... Svaret er forskjellig fra sted til sted og avhenger av hva slags lag man ønsker å starte opp. Noen viktige ting å tenke på er:

- Ta vare på dem som kommer - er dere 3-4 personer, så er dere allerede en liten gjen som kan få i gang ting og gjøre ting sammen. Begynne med å gjøre ting selv.
- Har dere formidlet informasjon til andre godt nok? Vet andre at lokallaget finnes?
- Var informasjonen klar og presis? Var den kjedelig og avskrekkende?
- Har dere personlig kontakt med noen av dem dere ønsker at skal komme? Hvordan kan dere få det? Kan dere bli med på en konfirmanthelg for å bli kjent med folk på den måten?
- Er aktivitetene dere setter opp interessante for målgruppen deres?
- Skjønner folk hvorfor dere er et lokallag?
- Finner målgruppen deres frem til aktivitetene deres? Vet de hvor dere holder til? Vet de når dere har aktiviteter?

### INFORMASJON

Informasjon er kjempeviktig! Dere må klart og tydelig informere hva slags lokallag dere er, hvem dere ønsker å nå ut til, hva slags aktiviteter dere har og - viktigst av alt - hva dere ønsker å oppnå! Det er mange måter å få ut informasjon om lokallaget, og det dukker stadig opp nye (men det betyr ikke at de gamle slutter å være effektive). Her er noen forslag til hvordan man kan få ut informasjon om lokallaget:

- Facebook - enten en privat gruppe eller åpen Facebook-page
- Instagram for lokallaget
- Snapchat for lokallaget
- Kunngjøring i kirken og menighetsbladet
- Plakater i kirken og menighetssalen
- Sende ut brev til konfirmanter eller foreldre med barn i katekesen
- Flyers som kan ligge i kirken eller menighetssalen eller som man kan dele ut under konfirmasjonsundervisningen/katekesen.

En viktig ting å huske på er at personlig kontakt er den mest effektive måten å engasjere nye folk på - møt folk der hvor de er og fortell dem om lokallaget!



## 8 - Konkrete forslag til aktiviteter

### Om hva en katolsk ungdomsgruppe gjør ...

Et lokallag er den minste enheten i NUK. Når man danner et lokallag i NUK får man mange ressurser, og deriblant noen forpliktelser. Noen forpliktelser er at lokallaget må møtes jevnlig (hver uke, annenhver uke, eller en gang i måneden), og at lokallaget fremmer NUK sitt budskap: **Tro, fellesskap, og handling**. Tro leder til handling, handling skaper fellesskap, fellesskap bygger opp tro.

Det er mange måter å bygge opp fellesskapet og troen. Man kan begynne kvelden/ arrangementet med messe. Hvis man lager middag i ungdomslaget, så kan man huske bordbønn. Alle monner drar når man skal bygge troen sammen. Hvis man føler for å ta et skikkelig skippertak, så kan man ha en temaøkt/Pater prater/foredrag om tro (eller de utallige emnene som henger sammen med troen). Eller man kan slappe litt av og se en film eller ha spillkveld. Men, det er ingenting som sier at man ikke kan se en tros-inspirert film (The Mission, The Way, The Tree of Life). For mange lokallag så er Adventsaksjonen veldig viktig, og de legger mye tid i å forberede aktiviteter og innsamlingsaksjoner for det.

Lokallagene eksisterer for å samle unge katolikker.

### Praktiske tips til samlinger med ungdom

Her finner du noen tips til hvordan å skape og utvikle et lokallag.

#### Miljø

Det er viktig å skape et godt miljø. Å skape et godt miljø bør begynne med å finne et passende lokale. Å ha et rom som er tilpasset ungdom er viktig. Et sted hvor man kan først dekke på til et felles måltid også ommøblere for å lage en «kinosal». Et lokale som lokallaget føler en tilhørighet til. Et eksempel er «Ungdomslokalet» til St. Olav (Oslo). Lokalet brukes til mange ting, men ved å kalle det «ungdomslokalet» så gir man ungdommen «sitt sted» i menigheten hvor de kan være sammen.

#### Skap en kjerne

Etter å ha skapt et fysisk miljø, så må man sette sammen en kjerne i lokallaget. Hvis man starter opp et nytt lokallag, så kan kjernen være styret. Hvis man har et lokallag fra før, så kan kjernen være medlemmer som kommer nesten hver gang. For å bidra til å skape en kjerne, så kan man arrangere aktiviteter hvor man får mulighet til å bli bedre kjent med hverandre; hyttetur, overnatting i ungdomslokalet til menigheten, film-maraton. En god kjerne kan bidra til å gjøre jobben til lederen/styret lettere.



## **Relevant**

Det er viktig å sørge for at temaer som blir tatt opp er relevante for ungdommer. Et tema som passer for et studentlag passer kanskje ikke for et ungdomslag. Mye av formidling er å gjøre temaet realistisk for ungdom. Dette betyr ikke at «store» temaer ikke kan være relevant for ungdommer som jobber med troen sin, men nivået må tilrettelegges.

## **Samtaler**

Samtaler om trosspørsmål er velkomne i ungdomsgrupper. Ofte må "noen ta initiativ" til slike samtaler, og kanskje hjelpe litt til med å komme med sine tanker omkring spørsmål om tro, Kirken og moral. Det er ikke alltid ungdom er vant til å snakke om disse tingene i en katolsk kontekst. Derfor er slike samtaler veldig viktige.

## **Leker**

Leker er fint å begynne med dersom alle kjenner hverandre, noen kjenner hverandre eller ingen kjenner hverandre. Leker løser opp stemningen, og gir rom for at alle får prøve ut nye roller.

## **Sang**

Sang og musikk er viktig i liturgi og i bønn. Dette gjelder også for ungdom. Men sang og musikk kan også brukes aktivt som del av ungdomssamlinger for øvrig. Her er det fint å utnytte talent og potensiale blant lokale ungdommer. Det er fint å utfordre dem som har noe å gi i forhold til sang og musikk helt konkret! Adoremus, NUKs sangbok, er skapt for bruk i lokallag og på arrangement.

## **Drama**

Drama kan være nyttig i temaarbeid, men kan også være "bare gøy", som lek, for å bli bedre kjent med hverandre. Drama kan også være noe man jobber med over tid, kanskje for å ha en forestilling for menigheten? Ofte er det ungdommer som kan mye om drama, har erfaring og kan være villige til å ta ansvar med tanke på å jobbe med drama. Også her det fint å utnytte lokale talenter.

## **Diskusjon**

Interessen for diskusjonskvelder er varierende. I noen ungdomsgrupper faller dette i smak, i andre ikke. Men det er som oftest noen som er interessert i diskusjon. De fleste har erfaring fra diskusjoner om Kirken, tro og moral fra skolen og blant venner. En katolsk kontekst gir andre utfordringer og muligheter. Diskusjoner om temaer som er "kontroversielle" i samfunnet er viktige, men krever god ledelse. Det er en fordel å ha med presten på slike kvelder.



## Film

Film er alltid populært. Veldig mange filmer passer som underholdning i ungdomsgrupper og på ungdomshelger. Det er også en god idé å bruke film som "innledning" til tema. Klassiske eksempler på slike filmer er: "The Mission" og "The Exorcist". En annen aktuell film kan være "The Passion of Christ".

## Bønn

Bønn er en viktig del av ungdomsarbeidet, og det er viktig å skape et miljø hvor bønner er en naturlig del av fellesskapet. Bønn i en ungdomsgruppe kan skje på mange forskjellige måter. Det kan være fint å finne ut hva som passer for den enkelte gruppe sammen med presten i menigheten. Variasjon er et godt tips. Litt av hensikten kan være å gi ungdom kjennskap til forskjellige måter å be på og forskjellige tradisjoner (Taizé, hymner på latin, ungdomssanger fra ulike miljøer, vanlige norske salmer).

## Bruke bibelen

Mange ungdommer er ikke vant til å lese i Bibelen, og har lite kjennskap til Bibelen. Dette vil variere veldig! Men det er fint å bruke Bibelen regelmessig i ungdomsgruppen. Kanskje man kan lese kommende søndags lesninger? Presten er alltid en god ressursperson når det gjelder å bruke Bibelen i ungdomsgruppen.

## "Vitnesbyrd"

Dette er noe ukjent for mange katolikker, men poenget er at det er viktig å ha fokus på at ledere i ungdomsgruppen, samt ungdommer selv, har mye å gi hverandre i forhold til tro og erfaringer. Vi skal ikke utlevere personlige detaljer fra vårt liv, men vi kan godt fortelle om ting som har vært viktige for oss i vårt forhold til Gud. Også her er det lurt å ha med presten på samlingen i ungdomsgruppen. Ofte vil dette være mest naturlig i en gruppe som kjenner hverandre, eller på en hyttetur, hvor man er samlet over lengre tid.

## Fokus på målet

Med alle aktiviteter i ungdomsgruppen er det viktig å ha fokus på målet – som for de fleste katolske ungdomsgrupper vil inneholde blant annet: å vokse i troen, å skape et katolsk fellesskap, å utfordre til handling ut ifra troen.

Eksempel – Må jeg gjøre noe for å bli kjent med Gud?

Du vil poengtere at man må gjøre noe selv for å finne ut hvordan ting er, det nytter ikke bare å sitte å se på og være passiv. Be 3 ungdommer smake på hver sin brus (fra krus som ikke er gjennomsiktede). Be de andre gjette hva de smaker på.

Hvordan kan de vite hvilken brus det er? – Jo, de må smake på den selv, (eller velge å tro på andre som har smakt på den selv). Med andre ord – man må gjøre noe aktivt selv, for å finne ut hvordan ting er. For eksempel – for å bli kjent med Gud, med Kirken eller med troen.



## 9 - Adventsaksjonen som et prosjekt

I tillegg til alle de aktivitetene nevnt til nå, så kan man føye til Adventsaksjonen - AA. I en årrekke har AA vært en viktig del av lokallagsarbeidet i NUK. Prosjektet er ledet av NUKs Karitativt Utvalg (KUT) - de bistår alle lokallag i å gjennomføre Adventsaksjonen i sin menighet. I noen menigheter er AA den eneste aktiviteten man får til i lokallaget - å samle seg rundt en innsamlingsaksjon bygger på unge katolikkers ønske om å utgjøre en positiv forskjell i verden. Å vise nestekjærlighet og være del av noe større. Hvis man sliter med å engasjere barn og unge i andre aktiviteter i lokallaget, så kan man kanskje satse på å engasjere dem i AA.

Man burde huske på følgende ting:

1. Planlegg i god tid
2. Delta på AA-helgen, som arrangeres av KUT og som gir deg masse informasjon og tips til hvordan å gjennomføre AA i din menighet
3. Søk om tillatelser for å ha stand eller gå med bøsse i god tid.
4. Engasjer folk tidlig og planlegg hvem som tar del i hvilke aktiviteter
5. Bruk ressurspersoner i menigheten - hvis det er noen i menigheten fra landet man samler inn til, prøv å få dem med.

Her er noen vanlige aktiviteter under Adventsaksjonen:

- Bøssebæring (man får bøsser fra NUK)
- Stand med salg av vafler/kaker/mat
- Adventsshow eller adventsball med billettinntekter
- Juleverksted for barn
- Ta ansvar for kirkekaffen i adventstiden

### **ADVENTSAKSJONEN - NORGES UNGE KATOLIKKERS ÅRLIGE SOLIDARITETSAKSJON**

AA er et samarbeid mellom NUK og Caritas Norge (den katolske kirkes bistandsorganisasjon). Temaet og prosjektet for AA blir vedtatt på NUKs Landsmøte som består av lokallagsrepresentanter og Landsstyret (LS) - med andre ord, det er DERES prosjekt.

Hensikten er å reflektere over årsaken til at så mange mennesker i verden lider, og gjennom denne bevisstgjøringen oppfordre barn og unge til å bidra. AA er forankret i vårt kristne kall til nestekjærlighet.

Gjennom AA ønsker NUK å bevisstgjøre samfunnet om konkrete problemstillinger, og ved å samle inn midler for Caritas' prosjekter bidra til å løse de problemstillingene. AA er ikke kun rettet mot menigheten, men skal bringe lokallagene ut i lokalsamfunnet sitt og stå frem som et godt eksempel.





## 10 – Et godt og variert semesterprogram

Nøkkelen til et aktivt lokallag er å ha en balanse av aktiviteter. Noe av det unike ved lokallag i NUK er at de samler folk som vil møtes med troen som et felles grunnlag. Når man skal sette opp et semesterprogram, så er det viktig å ta hensyn til medlemmene i lokallaget. Derfor er det viktig at lokallagstyret har diskutert et program før årsmøte slik at de kan få tilbakemelding fra medlemmene. Det viktigste, og vanskeligste, er å finne en balanse mellom «sosiale» og «tros»-relaterte ting.

### Eksempler på aktivitetsplan fra ungdomsgrupper/lokallag

Noen lokallag kan møtes en gang i uken, mens andre lokallag som har medlemmer spredt over et større område kan kanskje bare møtes annenhver uke. Jo oftere man møtes, jo flere aktiviteter må man planlegge. Det blir da også mer arbeid med å finne balansen mellom «sosialt» og «tro». En viktig ting er at man er fleksibel med programmet sitt. Om mange i lokallaget ønsker å møtes tre ganger i måneden istedenfor to, så bør man jobbe mot det.

For å beholde den fleksibiliteten, så er det lurt å lage semesterprogram. Hvis man deler opp året i to semestre, høst og vår, så kan man bruke tid på å få tilbakemelding på semesteret som har vært. Under så ser dere to forskjellige program som prøver å oppnå en balanse mellom «sosialt» og «tro». Hvis lokallaget har ressurser til det, så kan man også prøve seg på å planlegge en større samling (distrikstreff/retrett/hyttetur). Men husk, selv et tilsynelatende «kjedelig» program kan være kjempespennende hvis det er forberedt og styret har eierskap til det!

PS: Hvis man fikser lay-out slik at man kan printe ut program på et ark så kan man dele det ut til potensielle medlemmer (og la dem ligge bak i kirken). Noen lokallag bruker også facebook/instagram til å promotere aktiviteter – det er vanskelig å forutsi hvordan kommunikasjonskanaler forandrer seg, men ungdommen vet dette ofte best selv. NUK har at medieutvalg (MUT) og andre ressurspersoner som kan gi litt veiledning.





### Fra Ungdomsklubben i St Ansgar i Kristiansand høsten 2002

Her har de en aktivitet og et tema nesten hver gang ("sosialt" og "tro").

Fredag 16. august	Ballspill og om Verdensungdomsdagene
Fredag 23. august	Sang og om internasjonal dag
Fredag 30. august	Bordtennis turnering
Fredag 6. september	Ballspill og om skaperverket i Bibelen
Fredag 13. september	Jeopardy og Ungdomsmesse
Fredag 20. september	Tegneserier og om engler
27-29. september	Tur til Iveland
4. oktober	Sokkefotball og om pakter i Bibelen
11. oktober	Ungdomsmesse
18. oktober	Besøk fra Lundklubben og innebandy
25. oktober	Formel -1 og om det å være katolsk
1. november	Lagedag og om Exodus i Bibelen
8. november	Gourmet-kveld og ungdomsmesse
15. november	Dans og om Caritas
22. november	Svømmehall
29. november	Lagedag og om Karmelittordenen
6. desember	Lagedag og om Frelseren i Bibelen
13. desember	Klatredag og ungdomsmesse
20. desember	Bordtennis turnering



PROGRAM FOR HØSTEN '11

Vi feirer ALLTID messe kl 1800 i  
St. Olav kirke.  
Deretter blir det mat og opplegg i  
UNGDOMSLOKALET.

AUGUST

Torsdag 25. august - **VELKOMMEN  
TILBAKE, SOUL-MATE!**

SEPTEMBER

Torsdag 1. september - *Årsmøte*  
Torsdag 8. september - **SE & HØR**  
Torsdag 15. september - **TURISTDAG**  
Torsdag 22. september - *Bursdagsfest*  
24. -26. september - *Sportshelg*  
Torsdag 29. september - **WYD!**

OKTOBER

Torsdag 6. oktober - **NO SOUL :[**  
Torsdag 13. oktober - **SE & HØR**  
Torsdag 20. oktober - **BINGO**  
Torsdag 27. oktober - *Latino-kyeld*

NOVEMBER

Torsdag 3. november - **SE & HØR**  
Torsdag 10. november - *Filmkveld*  
Torsdag 17. november - *Klosterbesøk*  
Torsdag 24. november - **ADVENTSAKSJON**

DESEMBER

Torsdag 1. november - **SE & HØR**  
Torsdag 8. november - *Kokkekurs*  
Torsdag 15. desember - *Nissefest*



## 11 - Hvordan arrangere en helg

### Generelt

I løpet av kirkeåret er det mange muligheter og anledninger til å arrangere en helg for menighetens barn og ungdom. Dette kan være en korhelg, en ministranthelg, en konfirmanthelg, ungdomshelg, adventsaksjonshelg eller distriktshelg. Det viktigste er at du tenker gjennom hva som er formålet med helgen, setter en dato og organiserer et lederteam.

Som et utgangspunkt kan det være greit å avtale denne helgen i samarbeid med sognepresten eller en annen prest i menigheten. Slik kan du få hjelp til å skaffe leirprest og lokale (kanskje man kan overnatte i menighetslokalene, eller menigheten har hatt en tidligere avtale med et leirsted). Gjennom sognepresten kan du også få hjelp til å annonsere helgen, gjennom menighetsbladet, kunngjøringer, katekesen osv.

Nå er det tid for å finne lederteam. Et godt utgangspunkt er å lese gjennom NUKs leirhåndbok, som gir en god beskrivelse av de forskjellige rollene man trenger på et arrangement. Når du setter sammen et lederteam er det alltid greit å snakke med en du samarbeider godt med som kan være med som praktisk ansvarlig for helgen. Sammen har dere to ansvar for den praktiske gjennomføringen av helgen, og de andre lederne har ansvar for deltakerne og aktiviteter på helgen. Når dere spør potensielle ledere, er det viktig å tenke på hvem du vil ha med og hvorfor. Er denne personen flink med barn/ungdom? Kan denne personen spille et instrument? Er personen flink til å leke/aktivisere deltakerne? Er personen flink til å holde katekese, lære barna om Troen? Slike spørsmål kan det være lurt å stille seg når du skal velge ut personer du skal jobbe med.

En annen viktig rolle på helgen er kokkene. Det kan være lurt å spørre disse i god tid før helgen, slik at du er sikker på at du får kokker til helgen. Det er lurt at kokkene kun jobber med mat og ikke er ledere, slik at de kan konsentrere seg om å lage mat. Det kan kanskje være greit å spørre noen foreldre om hjelp? Det er viktig å avtale hvem som skal handle inn mat, og dette bør gjøres dagen før helgen begynner – så er dere sikre på at alt er på plass til helgen begynner. Kokkene bør være med på dette, slik at de kan lage mat etter det de har avtalt.

### Økonomi

Når man arrangerer en helg med ungdomslaget, så må man tenke på hvordan man dekker kostnadene. Man kan enten bruke lokallagets egne midler (ofte Driftstøtten), søke om penger fra menigheten, søke prosjektstøtte fra NUK, eller kreve deltakeravgift. NUK har en mal for budsjett for arrangement på nettsiden, og man kan alltid be sekretariatet om hjelp. Når man får og bruker penger for lokallaget, så må man alltid huske å ta vare på kvitteringer, slik at man kan dokumentere at man har brukt pengene riktig.



## ULIKE TYPER HELGER

### Barnehelg

Barnehelger er gjerne for barn som har mottatt førstekomunionen til 7. Klasse. Her må det settes av mye tid til lek og moro, samtidig som man bør behandle et tema og at Eukaristien har en sentral plass (for eksempel at man begynner og avslutter helgen med en messe). På barnehelger (se den tidligere nevnte leirhåndboken for ulike hensyn som ligger til grunn for de ulike aldersgruppene) er det viktig at det er 1 leder per fire deltakere for barn 8-12år, og 1 leder per fem deltakere for 12+, dette er for at man skal kunne holde oversikten over deltakerne. Det er også viktig at barna får mulighet til tilstrekkelig søvn, og at programpostene er satt romslige for at man ikke skal bli altfor forsinket i programmet.

Det kan være kjekt å ha en formingsaktivitet slik at barna har noe å ta med hjem etter helgen. Et eksempel på dette kan være å lage en rosenkrans. Man kan for eksempel ha temaet "rosenkransen" på helgen, ha en temaøkt, deretter at barna lager en rosenkrans hver, så få en av prestene til å velsigne rosenkransen, og at man ber rosenkransen i aftenbønnen. Dette kan være en grei måte å bearbeide et tema på, og gjennom bearbeidelsen gi barna noe konkret tilbake.

### Konfirmanthelg/ungdomshelg

Når det gjelder det praktiske rundt helgen er vises det til introduksjonen til dette kapitlet. Forskjellen mellom aldergruppene innebærer at man kan ha mer avanserte temaøker, og gjerne lengre økter. Når dette er sagt er det også viktig å huske å ha fritid. Det kan være lurt å ha organisert fritid, for eksempel volleyballturnering eller lignende.

Man kan ha ungdomshelger som et tilbud gjennom konfirmantundervisningen eller som adventsaksjonshelg der man samler inn penger til Adventsaksjonen. Noe som også kan være gøy er å ha en kick off-helg for lokallaget på starten av semesteret for å verve nye ungdommer til ungdomslaget. En ungdomshelg kan være et godt utgangspunkt for å bli kjent med de unge i menigheten, og til å stifte bekjentskap og dermed skape et aktivt miljø blant de unge.

### Korhelg

Nøkkelen til en vellykket korhelg er, som med de andre helgene, planlegging og forberedelse. Forskjellen er at en korhelg kan ha en langt klarere målsetting, for eksempel en konsert, fremføring eller innspilling. Her er det viktig å ha med dyktige ledere som kan lede kor og musikere, og som kan hjelpe dem med å bli bedre. Et forslag er å øve inn et sett med messeledd som da synges i søndagsmessen. De vanligste messene finnes i Lov Herren, men det er også messer skrevet for forskjellige aldersgrupper i Adoremus.



## PROGRAM PÅ HELGER

Her er noen tips til hvordan å sette opp et program for en helg.

- Begynn med de enkle tidspunktene: oppmøte, vekking, legging og avreise. Dette gjør det lettere å se når man skal ha morgen- og aftenbønn. Husk at deltagerne har krav på minst 8 timer kveldsro slik at de er godt ut hvilte for resten av programmet.
- Måltider: Frokost pleier å være rett etter morgenbønn. En god huskeregel er at det ikke burde være mer enn ca. fire-fem timer mellom måltidene, og da bør man ha lagt opp til et par mellommåltid med frukt og kjeks. Det er viktig å snakke med kokkene om tidspunkt for måltider, slik at de kan legge opp programmet sitt til å passe tidspunktene deres. Det kan være mulig å bruke sine egne medlemmer som kokker, eller man kan spørre noen i menigheten. [NUK har en egen håndbok for kokker.](#)
- Ha en daglig økt med katekese og bearbeidelse. Dere velger selv temaet for helgen - tenk på hva som passer for aldersgruppen og hvilke temaer har blitt tatt opp på tidligere helger eller arrangement. Man kan enten spørre presten om hjelp, eller
- Det er viktig å planlegge leker og aktiviteter godt i forveien.
- Start og avslutt dagen med morgen- og aftenbønn. Avhengig av gruppen kan man bruke forskjellige typer bønn (noe man kan lære mer om på NUKs Ledertrening).



# **DEL 3**

# **HVORDAN DRIVE ET**

# **LOKALLAG**



## 12 - Forventninger og forpliktelser til lokallag i NUK

Kapittel 2 forklarte NUKs formålsparagraf: Tro, Fellesskap og Handling. Naturligvis forventer NUK at disse gjenspeiles i lokallagene våre. Her forsøker vi å uttrykke litt tydeligere hva dette betyr for lokallaget.

### FORVENTNINGER

#### BARN/UNGDOM/STUDENTER KAN FORVENTE:

- At lokallaget skal være en sosial møteplass
- At aktiviteten er engasjerende og oppleves godt planlagt
- At alle blir inkludert og føler seg hjemme
- At det er Troen som forener oss

#### FORELDRE KAN FORVENTE:

- At lokallaget er en trygg og god plass å sende barna sine
- At tro ikke kommer fullstendig i skyggen for trivsel

#### PRESTEN/MENIGHETEN KAN FORVENTE:

- At lokallaget bidrar til at menigheten er ung og levende
- At dere forsøker å bidra til at flere unge kommer i messene
- At dere er en ressurs for menigheten og kan bidra med frivillig innsats en gang i blant.

#### NUK SENTRALT KAN FORVENTE:

- At arbeidet springer ut fra de tre hovedsøylene, TRO, FELLESSKAP og HANDLING
- At dere bidrar til å gi NUK et godt omdømme, og får med stadig nye på både lokale og sentrale arrangementer
- At dere deler nyheter og oppdateringer med bladene og Medieutvalget (MUT)
- At dere leverer inn nødvendig dokumentasjon til de gjeldende frister
- At dere informerer kontoret om endringer i lokallagsstyret





## FORPLIKTELSER

Å være et lokallag i NUK har sine goder, men også noen forpliktelser. Mange av disse er skissert i NUKs standardvedtekter, men her skal vi forklare litt mer om hva de forskjellige forpliktelsene er og hvorfor de er viktige. Mange av de administrative oppgavene er for å hjelpe lokallagene, men de er også et ledd i hvordan NUK søker tilskudd fra både staten og LNU. Den norske stat understøtter barne- og ungdomsarbeid, men for å sikre at pengene fordeles rettferdig og riktig så må man dokumentere lokallagenes medlemstall, aktiviteter, styre og økonomi. Det er NUK som tar ansvar for dette, men man er avhengig av lokallagenes hjelp. Hvis lokallag ikke møter disse forpliktelsene kan NUKs Hovedstyre vedta at laget ikke lenger er et NUK lokallag.

### Medlemmer

Et NUK lokallag må ha minst fem medlemmer under 26år for å bli et godkjent lokallag. Ettersom driftstøtten til lokallaget bestemmes delvis basert på medlemstall, så lønner det seg å være aktive i rekrutteringen av nye medlemmer. Husk at det er kun medlemmer som har betalt medlemskontingent til NUK som teller. Man kan melde seg inn på [medlem.nuk.no](http://medlem.nuk.no) - og husk å velg riktig lokallag!

### Årsmøte

Lokallag med medlemmer over 15år er forpliktet til å avholde årsmøte. Årsmøte er stedet hvor først og fremst fire ting skjer:

1. Man oppsummerer året som har vært
2. Man planlegger året som kommer
3. Man takker styret som ledet lokallaget gjennom året som var
4. Man velger styret som skal lede lokallaget gjennom året som kommer

De fire punktene kan deles i to grupper - en som handler om økonomi, den andre om administrasjon. Hvis man formulerer de fire punktene på en litt annen måte kan det se slik ut:

1. Året som har vært - hva har vi gjort og brukt penger på
2. Året som kommer - hva vil vi gjøre og bruke penger på
3. Hva gjorde styret - årsrapporten
4. Hva skal det neste styret gjøre - arbeidsprogram

### Lokallagstyret

Lokallag for medlemmer under 15år trenger ikke et valgt styre, men kan godt ha det hvis de ønsker. Det kan hjelpe på å avklare roller og forventninger til de som koordinerer aktivitetene til lokallaget.

Lokallag for medlemmer over 15år skal ha et demokratisk valgt styre bestående av minst tre betalende medlemmer. Man kan ha flere medlemmer i styret, men man skal minst ha en leder, nestleder og kasserer. Mer om disse rollene senere.





Det er viktig at man informerer NUKs sekretariat om endringer i styret - en god idé er å sende kontoret referatet fra årsmøtet, oppdaterte vedtekter (hvis lokallaget for eksempel endret navn), og kontaktinformasjonen til det nye styret.

## Vedtekter

Vedtekter er en "kontrakt" lokallagets medlemmer blir enige om som bestemmer hvordan lokallaget skal styres og hva lokallaget gjør. NUK har to eksempler på standardvedtekter, som man kan finne på nuk.no, så her skal vi bare forklare kort hva de forskjellige punktene (paragrafer "§") betyr. Her tar vi utgangspunkt i vedtekter for lokallag med medlemmer over 15år, ettersom de er de mest utfyllende.

### §1 - Innledning

Her oppsummerer man litt enkel informasjon: hva lokallaget heter, hvilken menighet man er tilknyttet, hvilken målgruppe man har og at man er tilknyttet NUK. Det eneste punktet som pleier å endres fra tid til annen er lokallagets navn. **Man må informere NUK om lokallaget endrer navn ved å sende inn nye vedtekter.**

### §2 - Formål

En enkel beskrivelse hva lokallaget ønsker å oppnå mer generelt.

### §3 - Oppgaver

Hva lokallaget skal gjøre (litt mer konkret enn §2).

### §4 - Medlemskap

Bestemmer hvem som kan være medlem av lokallaget

### §5 - Kontingent

Hvor mye det koster å være medlem av lokallaget. Minstesatsen settes av Landsmøtet.

### §6 - Formelle krav til et NUK-lokallag

Hva som skal til for å bli og forbli et lokallag i NUK.

### §7 - Formelle rettigheter i NUK

Hva lokallaget kan kreve fra NUK

### §8 - Lokallagets organer

Hvem som bestemmer hva som skjer i lokallaget - dette er akkurat som i NUK sentralt, hvor årsmøtet/Landsmøtet treffes en gang i året for å bestemme ting, men det er styret som skal utføre og kan bestemme ting mellom årsmøtene.



### §9 - Årsmøtet

Hvordan årsmøtet skal gjennomføres: hvem som kan delta, hvem som har rettigheter i lokallaget. Man kan ha tre forskjellige rettigheter: tale-, forslags- og stemmerett. Kun betalende medlemmer (ikke støttemedlemmer) har alle tre rettigheter. Styret burde sjekke hvorvidt de som deltar på årsmøtet er registrert i lokallaget og har betalt kontingent (lokallagsleder kan få oppdatert medlemsliste fra kontoret) Andre kan gis talerett, som gir dem lov til å si ting på årsmøtet som skal referatføres, og forslagsrett som gir dem lov til å foreslå ting som årsmøtet kan stemme over. Sogneprester, for eksempel, kan ifølge NUKs standardvedtekter for lokallag gis talerett - dette betyr at de kan uttale seg på årsmøtet, men de kan ikke komme med formelle forslag. Men, støttemedlemmer i lokallaget kan gis forslagsrett, så hvis sognepresten er et betalende støttemedlem så kan han gis forslagsrett.

### §10 - Årsmøtets dagsorden

En liste over ting årsmøtet MÅ ta opp.

### §11 - Valg

Hvem som kan stille til tillitsverv i lokallaget og hvordan de skal velges.

### §12 - Ekstraordinært årsmøte

Noen ganger er det nødvendig å innkalle til et ekstraordinært årsmøte - ekstraordinært fordi det avholdes til en annen tid enn man vanligvis ville avholdt det, man har allerede avholdt årsmøte eller fordi en krise har oppstått (for eksempel at styret har trukket seg og man må velge nytt).

### §13 - Lokallagets styre

Hvem styret er og hva de gjør.

### §14 - Nedleggelse

Hvis man ønsker å legge ned lokallaget, så finnes det en mekanisme for dette. Hvis lokallaget ikke vedtar å legges ned, så kan det avvikles av NUKs Hovedstyre dersom den ikke lenger innfrir kravene eller forpliktelsene til et NUK lokallag.

## Medlemslister

Alle NUK lokallag er forpliktet til å ha en medlemsliste over betalende medlemmer - enten lokalt (hos seg selv) eller sentralt (hos NUK). Lokallagsstyret burde oppfordre de som kommer på aktivitetene til lokallaget til å melde seg inn i NUK og lokallaget, og betale medlemskontingenten. Hvis man har lokal innkreving av kontingent, må man selv føre medlemsliste og levere den sammen med årsrapporten. Hvis man har sentral innkreving av kontingent, kan man hente medlemslisten sin fra NUKs medlemsregister når man leverer årsrapport.



## Årsrapport og Frifondsrapport

Alle NUK lokallag er forpliktet til å levere årsrapport og Frifondsrapport. Ingen av disse tingene er særlig komplisert å fylle ut, men de MÅ sendes inn innen de angitte frister for at NUK skal kunne telle lokallaget når vi sender inn søknader om frifondsmidler og statsstøtte.

Årsrapporten leveres på [medlem.nuk.no/frifond](http://medlem.nuk.no/frifond) av lokallagsleder. Den ber om ganske enkel informasjon om året man rapporterer for:

1. Grunnleggende info vi har registrert hos oss. Hvis noe ikke stemmer må du ta kontakt med [gensek@nuk.no](mailto:gensek@nuk.no)
2. Vedtekter - alle lokallag må ha vedtekter, enten egne eller NUKs standardvedtekter.
3. Medlemsliste
4. Navn og adresse på styret som satt 31. desember I RAPPORTERINGSÅRET.
5. Grunnleggende info om økonomi. Alle lokallag skal føre et regnskap. Her oppgir du også om dere har lokal eller sentral innkreving av kontingent.
6. En medlemsrettet aktivitet gjennomført i rapporteringsåret - dette kan ikke være årsmøtet eller et styremøte, men må være en aktivitet lokallaget gjennomførte for medlemmene sine.

Frifondsrapporten er en enkel oppstilling av utgifter lokallaget har hatt i løpet av rapporteringsåret og dokumenterer bruken av lokallagets frifondsmidler (Driftstøtte eller prosjektstøtte). Lokallaget trenger ikke sende inn bilag (kvitteringer og dokumentasjon på hva pengene er brukt på) - men man skal beholde dem i fem år. Tenk at Frifondsrapporten skal gjøre det lett å få inntrykk av aktivitetene til lokallaget.

[Det finnes videoressurser på NUKs Youtube-kanal.](#)

### ELEKTRONISK INNSENDING

All dokumentasjon som skal sendes til NUK - vedtekter, referat, årsrapport og frifondsrapport - skal leveres elektronisk. Dette gjøres gjennom [medlem.nuk.no/frifond](http://medlem.nuk.no/frifond) - og kan kun gjøres av lokallagsleder. Man kan få hjelp fra andre, men de må gis en rolle i lokallaget. Dette må avtales med generalsekretær.



### **FORDELER OG RETTIGHETER**

Det virker kanskje som om det er mye ansvar og forpliktelser som et lokallag - men det gir dere også en rekke fordeler og rettigheter i NUK. Som et lokallag i NUK har dere enn rett til:

- Å sende representanter på NUKs landsmøte og være med på å avgjøre NUKs fremtid
- Å velge en distriktsrepresentant og vara som skal representere lokallaget i NUKs Landsstyre
- Opplæring, hjelp og støtte - NUK har en haug med ressurser for lokallag, ikke bare håndbøker og maler, men kurs og seminarer. Som et NUK lokallag har man også rett til å søke om økonomisk støtte fra NUK, som regel gjennom Driftstøtten og prosjektstøtten. Det finnes også en rekke utvalg i NUK som hjelper ulike lokallag, og man kan alltid ta kontakt med kontoret eller NUKs Hovedstyre.

Medlemskap i NUK gir også noen individuelle fordeler, blant annet:

- Redusert deltakeravgift på NUKs sentrale arrangement
- Krav på reiserefusjon ved deltagelse på NUKs sentrale arrangement
- Medlemsblad
- Mulighet for å søke Ungdomspresten om leirstøtte
- En fantastisk mulighet til å stifte vennskap som varer livet ut
- Rom for å vokse i troen
- En mulighet til å bidra og hjelpe andre barn og unge vokse i troen!



## 13 - Roller i et lokallag

Et tillitsverv i NUK betyr flere ting, avhengig av hvilket nivå man er på (lokalt, regionalt, sentralt), men en ting er felles: de som valgte deg stoler på deg! De stoler på at du gjør en innsats for andre unge katolikker. Dette betyr ikke at du må gjøre alt perfekt og feilfritt - det er det ingen som klarer - men du skal stå frem som et forbilde ved å anerkjenne dine styrker og svakheter. For hva er egentlig en "katolsk leder"? Hvordan skiller en "katolsk leder" seg fra andre typer ledere?

Først og fremst så skal en katolsk leder være et forbilde - ikke et glansbilde. Ingen forventer at man skal kunne alle svarene eller vite hvordan alt fungerer, men ved å påta deg et verv så viser du at du ønsker å bidra. Det kan ta litt tid før man finner ut hvilken rolle man passer best til - dette gjelder like mye i et lokallag som i lederteam på en leir. Noen er flinke med økonomi, andre er flinke til å engasjere mennesker. Noen er flinke til å holde temaøkter, andre til å gjøre praktiske ting.

*Det er forskjellige nådegaver, men Ånden er den samme. Det er forskjellige tjenester, men Herren er den samme. Det er forskjellige kraftige virkninger, men Gud er den samme, han som er virksom og gjør alt i alle. Hos hver enkelt gir Ånden seg til kjenne slik at det tjener til det gode.*

*Paulus, 1. kor 12:4-7*

Målet vil først og fremst være å gi unge mennesker hjelp til å utvikle sin tro og bli mer kjent med Kirken. Å bygge opp og styrke en Katolsk identitet. [Det kan være nyttig å lese NUKs forventningsplakat for ledere.](#)

Her er noen stikkord man kan ta med seg:

- Vær åpen
- Lytt til medlemmene, om det måtte være barn, ungdom, studenter eller unge voksne.
- Et godt forhold til medlemmer er preget av gjensidighet og respekt
- Gå i messen og snakk med aktive eller potensielle medlemmer
- Samarbeid med andre frivillige
- Be for hverandre
- Spør om hjelp!

Å være en leder eller inneha et tillitsverv i et lokallag kan være en tung byrde av og til, så ikke vær redd for å be om hjelp - fra menighetsrådet, sognepresten, NUKs utvalg, NUKs Hovedstyre, sekretariatet og ikke minst fra de andre i lokallaget!



## **HVILKE ROLLER FINNES I ET LOKALLAG?**

I et lokallagstyre har man ulike roller som har ulike oppgaver, men det er styret som en helhet som har ansvar for lokallaget. Med andre ord så er det viktig at man jobber sammen og hjelper hverandre, at ingen i styret føler at de står alene i oppgavene sine.

### **Leder**

Lederen for lokallaget representerer lokallaget i menigheten og i NUK. Lokallagets ansikt utad. Lederen har ansvar for å fordele oppgaver internt i styret og lede lokallaget. Oppgaver som er best forbeholdt lederen er:

- Innkalle til styremøter og årsmøtet
- Holde kontakt med menigheten - hovedsaklig gjennom sognepresten eller menighetsrådet
- Holde kontakt med NUK - hovedsaklig gjennom distriktsrepresentanten eller NUKs sekretariat
- Delegere oppgaver internt i styret.
- Signere og sende inn dokumentasjon (årsrapport, årsregnskap, vedtekter, referat, rapportering for midler) til NUK
- Følge opp medlemsliste og innbetaling av kontingent (lokallagsledere kan selv sjekke denne informasjonen i NUKs sentrale medlemsregister)

### **Nestleder**

Nestlederen er en stedfortreder for lederen, og skal egentlig være klar til å gjøre det lederen må gjøre. Hvis lederen har kontroll på sine oppgaver, så kan man bruke nestlederen til å ta ansvar for å organisere prosjekter lokallaget ønsker å gjennomføre (AA, hytteturer, overnattinger, besøke andre lokallag, etc.). Hvis man ikke har mer enn tre i lokallagsstyret, så kan nestlederen fungere som sekretær eller andre roller som må fylles.

### **Kasserer**

Kassereren har ansvar for lokallagets økonomi. Det burde, med andre ord, være noen som er litt ryddig og klarer å holde styr på bilag og tall. Kassereren skal kunne veilede resten av styret i sine beslutninger: har man egentlig råd til å dra på paintball? Har lokallaget nok midler til å gjennomføre et prosjekt?

Kassereren skal ikke bruke sin praktiske makt over lokallagets økonomi til å overprøve styrevedtak om hva lokallaget skal bruke penger på, men argumentere for sitt syn som en del av styret.

Kassereren burde hjelpe lokallagslederen med å sørge for at så mange medlemmer som mulig har betalt medlemskontingent.



## Styremedlem

Styremedlemmer har ingen medfødte oppgaver - de får oppgaver og ansvarsposter basert på fordelingen styret gjør internt. Et styremedlem kan for eksempel fungere som sekretær ved å føre referat under årsmøtet og styremøter - dvs. å skrive ned hovedtrekkene i diskusjonene som tas - eller sørge for at man har oppdatert kontaktinformasjon for medlemmer i lokallaget. Styremedlemmer kan også gis ansvar for:

- Å ordne mat og snacks for møter
- Finne foredragsholder
- Finne film til filmkvelder
- Ansvarlig for å gjennomføre en lek eller aktivitet
- Ansvarlig for musikk hvis man har messe eller en andakt sammen.

Man kan gi styremedlemmer konkrete oppgaver og ansvar, men det betyr ikke at man ikke kan ta i bruk kompetansen man har i lokallaget. Et styremedlem med ansvar for å ordne mat for en samling må ikke nødvendigvis gjøre det selv hvis de ikke liker å lage mat, men de burde da finne noen som kan lage mat. Det er styrets oppgave å bruke medlemmers kompetanse, og ved å ha styremøter så kan man kartlegge dette og finne ut hvordan man kan bruke det best mulig for å gjennomføre aktivitetene man har planlagt for lokallaget.

### HVOR KAN LOKALLAGET FÅ HJELP?

Det føles kanskje av og til som om man står alene i å drive et lokallag, men det finnes faktisk kjempemange folk som gjerne hjelper deg.

- Distriktsrepresentantene er ofte erfarne lokallagsledere som har jobbet seg opp og som kan mye om å drive lokallag. De vet ofte hvordan det er å opprettholde aktivitet i en liten menighet eller hvilke utfordringer man møter lokalt.
- Ledertreningsutvalget arrangerer ledertrening to ganger i året - og lokallaget kan bruke av midlene sine til å enten sende sine medlemmer dit ELLER man kan invitere noen fra LTU til lokallaget for å holde kurs.
- NUKs sekreteriat består av flere ansatte som kun ønsker å hjelpe lokallaget, og kan hjelpe med alt fra økonomi og administrasjon til innhold.
- NUKs Hovedstyre er valgt av landsmøtet og er der for å hjelpe dere!
- Husk at man også kan finne hjelp i menigheten - det er bare å spørre!



## 14 - Økonomi i et lokallag

Det er fullt mulig å arrangere aktiviteter uten at det koster noe, men ofte så dukker det opp kostnader - man vil kanskje ha litt snacks til filmkvelden, man ønsker å gi en foredragsholder en gave, man vil arrangere en overnattingshelg. Det er desverre slik at ting koster. Et mål med lokallagene er at medlemmer skal slippe å bruke private penger for å delta på aktiviteter - det skal være så lav terskel som mulig for å delta!

### INNTEKTER

Hvis man skal bruke penger, så må man først få inn penger! Det er flere steder man kan skaffe penger:

- Søke menighetsrådet om støtte til ulike aktiviteter
- Søke kommunen om tilskudd
- Søke fylkeskommunen om tilskudd
- Søke driftstøtte fra NUK
- Søke prosjektstøtte fra NUK
- Samle inn penger fra medlemmer

Som du ser - det kan bli en del søknader... Det absolutt letteste er å søke driftstøtte fra NUK - du finner mer informasjon på [www.nuk.no/frifond](http://www.nuk.no/frifond)

Det er noen kommuner og fylker som har egne tilskuddsordninger for barne- og ungdomsorganisasjoner innenfor sitt geografiske område, her kan NUKs sekretariat hjelpe dere med å søke.

Det er også mulig å kreve en egenandel fra medlemmer hvis man planlegger en større aktivitet, eller man kan søke NUKs Hovedstyre om Frifond Prosjektstøtte.

Det viktigste er å holde styr på hvilke penger som kommer inn, hvor de kommer fra, og om man må rapportere for bruken deres. Mange tilskuddsordninger krever at man kan dokumentere at man har brukt opp pengene man har fått - dette gjøres ved hjelp av kvitteringer og bilag. Det er her kassereren sin rolle kommer tydeligst frem.

En del tilskuddsordninger er avhengig av å ha betalende medlemmer, og den lave medlemskontingenten i NUK holder terskelen for å delta så lavt som mulig. De 50kr i medlemskontingent går lokallaget direkte til gode gjennom Frifondsmidler, finansiering av systemer som gjør det lettere å forvalte lokallaget, og bidrar til ressurser som lokallaget får tilgang på. Målet for lokallaget burde være at man har det såpass hyggelig og gøy på lokallagsmøtene at man gjerne er et betalende medlem.

**MÅLET ER ALDRI Å FÅ MEST MULIG PENGER - MÅLET ER Å STYRKE BARN OG UNGE I TROEN!**





## **UTGIFTER**

Man kan ikke bruke mer enn man har - det er en god idé for lokallagstyret å sette opp et budsjett for året. Hvis årsmøtet har vedtatt hva slags aktiviteter man ønsker å gjennomføre, så må styret finne ut hva som er mulig med økonomien til lokallaget.

Når man setter opp et budsjett, så ser man på hvilke inntekter man kan realistisk sett regne med å få i løpet av året. Etter det må man undersøke hvor mye ulike aktiviteter koster. Så lenge lokallaget føler et eierskap til årsplanen, så kan man kanskje bruke mindre penger på noen aktiviteter for å spare opp til en større en.

Når man bruker lokallagets penger, så er det viktig at kasserer tar vare på bilaget/kvitteringen og setter det inn i lokallagets regnskap. På denne måten kan man holde en løpende oversikt over lokallagets økonomi.

## **BANKKONTO**

Vi har snakket om å få penger inn og å bruke penger - men hvor er disse pengene?! De må såklart innom et par kontoer - fra NUK til lokallaget, og videre ut fra lokallaget. Så hvordan gjør man det? Det finnes et par alternativer:

- Man kan be menigheten om å få opprette en konto under dem, og ber om at leder og kasserer får disposisjonsrett (retten til å gjennomføre betalinger fra kontoen) - dette forutsetter et godt samarbeid med menigheten. Dette betyr ikke at menigheten kan bestemme over lokallagets bruk av frifondsmidler!
- Man kan be om å få en konto under NUK med disposisjonsrett - for noen lokallag, som spenner flere menigheter eller ønsker å være mer selvstendige fra menigheten, så er dette en mulighet.
- Man kan registrere seg i frivillighetsregisteret og åpne en foreningskonto - denne krever mer administrering, men er en god måte å være uavhengig.
- Det anbefales IKKE å bruke privatkontoen til et medlem, da utskiftninger gjør at man fort kan miste oversikt over pengene.

### **ØKONOMISKE HUSKEREGLER**

- **TA VARE PÅ ALL DOKUMENTASJON - TA BILDER AV KVITTERINGER OG LAGRE DEM I EN FELLES MAPPE PÅ DROPBOX, GOOGLE DRIVE, ELLER LIGNENDE SLIK AT FLERE I LOKALLAGET HAR TILGANG PÅ DET.**
- **INFORMER MENIGHETEN OG NUK OM ENDRINGER I STYRET SLIK AT MAN KAN ENDRE DISPOSISJONSRETTE**
  - **REFUNDER UTLEGG SÅ FORT SOM MULIG - MEN BARE HVIS MAN HAR KVITTERINGEN!**
  - **VIPPS ER KANSKJE RASKERE - MEN NETTBANKEN ER BEDRE, DA BLIR DET MINDRE ROT!**



### **HVORDAN REGISTRERER MAN EN FORENING?**

Hvis man ønsker å åpne en egen konto for lokallaget, så må man ha et organisasjonsnummer. For å få et organisasjonsnummer må man registrere seg i Brønnøysundsregisteret.

Man søker da om å registrere seg som en forening - et selveiende sammenslutning av medlemmer. Man burde også registrere seg i Frivillighetsregisteret, men dette kan gjøres samtidig. Her er en rask guide til hvordan å registrere lokallaget sitt, men du finner også veiledning på [Brønnøysundsregisterets hjemmesider](#).

1. Logg deg inn på Brønnøysundregisterets hjemmeside med BankID
2. Hva ønsker du å gjøre - velg "Registrer ny enhet"
3. Organisasjonsform - velg "Forening/Lag" og "Ja, enheten skal registreres i Frivillighetsregisteret" og "Nei, enheten skal ikke registreres i foretaksregisteret".
4. Navn og adresse - Her fyller du inn navn og adresse på foreningen, bruk gjerne adressen til menigheten lokallaget er basert i.
5. Kontaktopplysninger - Bruk enten din private kontaktinfo, eller en epost dere har opprettet for lokallaget
6. Foreningens aktiviteter - Ta utgangspunkt i vedtektene til lokallaget og formålet som står skrevet der, eller skriv noe som passer for lokallaget. For eksempel, "Katekeselag som driver trosopplæring for katolsk barn og ungdom i X menighet"
7. Dato for stiftelse, ansatte og målform - Fyll inn den forespurte informasjonen. Hvis det er et nylig opprettet lokallag så velger dere stiftelsesdato fra da dere hadde oppstartsmøtet deres. Hvis det er et gammelt lokallag som ikke har hatt organisasjonsnummer tidligere så kan dere høre med kontoret om man vet når lokallaget ble tilknyttet NUK og bruke det som stiftelsesdato.
8. Daglig leder, forretningsfører, kontaktperson - kan stå blankt
9. Styret - her fyller dere inn informasjonen til lokallagets styre
10. Regnskapsfører - Ingen lokallag i NUK er regnskapspliktige, så dette kan stå tomt
11. Revisor - Kan også stå tomt
12. Signaturrett - handler om hvem som kan gjøre noe på vegne av lokallaget, og burde være "personer med roller i foreningen" og huk av det lokallaget blir enige om (om det er styreleder alene eller med styremedlemmer)
13. Prokura - Nesten det samme som signaturrett, så fyll gjerne inn det samme som over.
14. Registrering i Frivillighetsregisteret - fyll inn den informasjonen dere har. Vi anbefaler kategoriene 10 og 13.
15. Varsling og signering - fyll inn infoen for den som skal signere.



### **REGISTRERERT - HVA NÅ!?**

Først og fremst bør du sende organisasjonsnummeret til NUKs sekretariat med en gang dere har fått det - NUK sentralt kan knytte organisasjonsnummerene til lokallagene til seg slik at man kan bistå hvis noe skulle skje med lokallagets ledelse.

Det er viktig at man innarbeider en rutine med å oppdatere informasjon om styret i NUKs sentrale medlemsregister. Hvis kontoret vet at man har et organisasjonsnummer, så kan de minne dere på å endre informasjon i Brønnøysundsregisteret.

Nå som lokallaget har et organisasjonsnummer, så kan man ta kontakt med en bank for å skaffe en foreningskonto. Det er lurt å skrive en liten instruks for fremtidige styremedlemmer om hvilken bank man har konto hos og hvordan man endrer hvem som har tilgang på den. Det kan være greit å gå gjennom dette sammen etter et nytt styre er valgt på årsmøte. Husk at hvis man gir denne informasjonen til menigheten og NUK sentralt så er det mindre sjanse for at informasjon går tapt.

Gode lokallag har et fokus på kontinuitet - å sørge for at de som tar over ledelsen av lokallaget etter deg har det de trenger for å bygge videre på ditt arbeid.



## 15 - Medlemskap og kontingent

Vi har snakket mye om hvordan lokallaget er avhengig av å ha betalende medlemmer - enten for å bli godkjent som et lokallag i NUK eller for å utløse tilskudd og støtte. Det er viktig å poengtere igjen at målet er ikke å ha flest mulig betalende medlemmer men å ha det beste mulige aktivitetsnivået. Å ha betalende medlemmer er bare et ledd i den prosessen.

Som med lokallag, så er det viktig å skille mellom de over og under 15år.

Medlemmer under 15år kan meldes inn av foresatte, og foresatte kan betale kontingenten deres.

Medlemmer over 15år må betale sin egen kontingent og personlig ønske å være medlem av NUK.

### Førstegangsinnmelding

Den beste måten å melde seg inn i NUK er som et enkeltmedlem via skjemaet på nett: [www.medlem.nuk.no](http://www.medlem.nuk.no) - fyll inn den forespurte informasjonen, velg riktig lokallag og kontingent, og man vil få tilsendt en epost med en faktura som man kan betale i nettbanken. **Medlemskap gjelder bare ut kalenderåret.**

De som melder barna inn via katekesen trenger ikke tenke på dette så lenge barnet registreres i katekesen - men når barnet fyller 15år må de selv samtykke til å være medlemmer av NUK. Det er da fint om de endrer kontaktinformasjonen til sin egen fremfor foreldrenes informasjon.

### Fornyning

Hvis man ønsker å fornye medlemskapet sitt, så er det flere måter å gjøre dette på.

- Logg deg inn på din side i NUKs medlemsystem og hent ut en faktura
- Ta kontakt med kontoret og få tilsendt en faktura
- Betal medlemskontingent når du melder deg på et sentralt arrangement
- Logg deg inn på din side i NUKs medlemsystem og opprett AvtaleGiro for medlemskapet ditt

Du kan alltid ta kontakt med kontoret om du trenger hjelp. Kontoret sender også ut medlemskapsminnelser til alle medlemmer over 15år som var medlemmer året før.



## **LOKALLAGSTILHØRIGHET**

Det er viktig å sørge for at man er medlem av riktig lokallag. Hvis man var først registrert i barnelaget, så bør man sjekke at man er flyttet til ungdomslaget når man begynner å være aktiv der - og at man flyttes til lokallaget man blir aktiv i når man flytter hjemmefra. For å bytte lokallag må man ta kontakt med lokallagslederen eller NUKs kontor.

Det er ikke mulig å være medlem av mer enn et lokallag ad gangen - så det er viktig at man avklarer med lokallagsstyrene hvis man er aktiv i flere lokallag, slik at man unngår unødvendig konflikt.



## **NYTTIG KONTAKTINFORMASJON**

### **NUKs leder - [leder@nuk.no](mailto:leder@nuk.no)**

NUKs høyeste tillitsvern, valgt på NUKs Landsmøte. Kan hjelpe deg med å komme i kontakt med riktig utvalg eller ressursperson i NUK.

### **NUKs generalsekretær - [gensek@nuk.no](mailto:gensek@nuk.no)**

Kan hjelpe med alt som handler om rapportering, frifond, eller administrering av lokallaget. Kan også hjelpe til med opplæring av lokallag og utarbeiding av budsjett og søknader for Frifond Prosjektstøtte.

### **NUKs ungdomsprest - [ungdomsprest@nuk.no](mailto:ungdomsprest@nuk.no)**

Har ansvar for å finne leirprester og forvalte NUKs leirfond. Følger også opp NUKs åndelige formasjon og utvikling.

### **NUKs Hovedstyre - [HS@nuk.no](mailto:HS@nuk.no)**

Har ansvar for NUKs aktivitet mellom Landsmøter og følger opp utvalgenes arbeid. De er ansvarlige for å innvilge prosjektstøtte.

### **NUK-kontoret - [nuk@nuk.no](mailto:nuk@nuk.no)**

Kan kontaktes om det meste. Eposter hit går til NUKs leder, generalsekretær, ungdomsprest og organisasjonskonsulenter - du vil få svar her!

### **Ledertreningsutvalget - [ltu@nuk.no](mailto:ltu@nuk.no)**

Har ansvar for NUKs ledertreningsprogram. De arrangerer to helger i året.

### **Barneutvalget - [but@nuk.no](mailto:but@nuk.no)**

Forsøker å støtte opp under aktiviteter i lokallag rettet mot barn.

### **Ministrantutvalget - [minut@nuk.no](mailto:minut@nuk.no)**

Støtter opp under ministrantarbeidet i menigheten. Er med på å arrangere ministrant-NM.

### **Medieutvalget - [mut@nuk.no](mailto:mut@nuk.no)**

Hjelper med å promotere NUKs aktiviteter på sosiale medier. Send dem gjerne bidrag fra lokallagsaktivitetene.

### **Karitativt utvalg - [kut@nuk.no](mailto:kut@nuk.no)**

Har ansvar for Adventsaksjonen og hjelper lokallag med å gjennomføre AA.

### **18+Utvalget - [18+@nuk.no](mailto:18+@nuk.no)**

Støtter opp under arbeid rettet mot unge voksne og studenter. Arrangerer to helger i året.