

Jeg er frivillig i Foreningen Jordforbindelsen

Katrine Vangsted

April 2021

Det naturlige fællesskab

Efter mere end et år med corona, hvor vores sociale liv i flere perioder har været sat på pause, er vi mange der er tyndslidte og savner fællesskaber. Måske er det tid til at kigge nærmere på de gode fællesskaber, der opstår omkring forskellige frivillige foreningsaktiviteter?

Foreningen Jordforbindelsen er etableret på ejendommen Store Skærping cirka tre kilometer udenfor Hjørring by. Her tilbydes Vildmandskursus og Rodfæste: naturterapi for henholdsvis mænd og kvinder, Walk and talk med alpaka, Særlige oplevelser for



særlige familier plus kom-videre-mand-forløb. Her er man velkommen til en snak om mulighederne med en af foreningens frivillige instruktører over en kop kaffe i bålhytten. Eller med pedellerne, som året rundt samles om forskellige praktiske opgaver.

Jeg er nærmest født ind i spejderbevægelsen og i Sindal er jeg minileder for en gruppe børn i alderen 8 – 10 år. Sindal Gruppen blev tilbage i tiden startet af min farmor, og Det Danske Spejderkorps er simpelthen en del af vores familie. Som spejderleder møder jeg mange dejlige børn. Mens jeg som frivillig instruktør i Foreningen Jordforbindelsen hovedsagelig møder voksne og her er jeg også kommet med i et fællesskab, som betyder meget for mig, fortæller Katrine Vangsted.

Hun er gift og mor til to piger på 8 og 10 år. Er uddannet sygeplejerske og har gennem årene arbejdet flere forskellige steder indenfor sit fag. Blandt andet som sygeplejerske indenfor det psykiatriske område, i et fængsel og ved hjemmesygeplejen. Her var hun optaget af at hjælpe bedst muligt, men glemte for ofte sit eget ve og vel.

Læs videre på næste side...

I oktober 2018 blev Katrine Vangsted sygemeldt på grund af stress og et halvt år senere fyret fra jobbet. Kort herefter fik hun konstateret lymfekræft, og det blev et vendepunkt i hendes liv.

Det kan lyde mærkeligt, men det var simpelthen held i uheld. Kræftdiagnosen betød at jeg fik den hjælp, der var brug for. Både den somatiske behandling i forhold til kræften, men også den mentale i forhold til både kræften og den stress, som gennem flere år havde hobet sig op i mig. Og foruden behandling, kom jeg i et ressourceforløb, hvor der er tid til at vurdere, hvad jeg skal lave i fremtiden. Jeg har igen fundet en god balance, og livets væsentlige værdier træder tydeligere frem. Det er netop de værdier jeg arbejder med som frivillig instruktør i Foreningen Jordforbindelsen, hvor vi skaber fællesskaber med afsæt i naturen. Vi kalder det også det naturlige fællesskab for voksne, fortæller Katrine Vangsted med et dejligt smil.

Hun er frivillig instruktør i tilbud om naturterapi, hvor der er hold for både mænd og kvinder. Det er forløb over 9 uger med et ugentligt møde på 3 timer, hvor det handler om nærvær i naturen og det naturlige samvær med andre mennesker. Vil du vide mere om indholdet eller tilmeldes et forløb, er du velkommen til at kontakte Katrine Vangsted på tlf. 24 44 36 27. Du kan også aftale et møde, så I sammen kan kigge på mulighederne.

Ønsker du at vide mere om andre tilbud og gode fællesskaber indenfor det frivillige sociale felt, kan du kontakte Frivilligcenter Hjørring, hvor koordinator Mette Jakobsen træffes alle hverdage på tf. 24 26 40 70

Frivillige FORTÆLLER

Vil du vide mere om muligheder i den frivillige sociale verden, kan du kontakte Frivilligcenter Hjørring i Østergade 9 i Hjørring, hvor åbningstiden er:
tirsdag og torsdag kl. 08.30 – 17.00

Du er også velkommen til at ringe til koordinator Mette Jakobsen på tlf. 24 26 40 70