

1. JUNI 2026



Nyheds brev 05

God første sommerdag!
Her får du foreningens femte
nyhedsbrev.
Vi håber, at du vil læse med.
Et kærligt velkommen til vores mange
nye medlemmer, det var rigtig dejligt at
se flere af jer på forårets
netværksweekend på Trente Mølle.
Vi håber, at I alle har lyst til at byde ind
med engagement, viden og virkelyst.
Kærlig hilsen bestyrelsen i
ViNatur Foreningen

VINATUR FORENINGEN



Side 2:
Nyt fra din
bestyrelse



Side 3:
Netværks-
weekend med
nye øjne



Side 4:
ViNatur på
arbejdspladsen



Side 5:
Meld dig til
sensommerens
netværksweekend



KÆRE ALLE MEDLEMMER

Så er sommeren sat i gang, og solen skinner i hvert fald her på mit skrivebord. Katten på trappen er optaget af nuet, og hønsene skraber i sidste års visne blade – på jagt efter nye spirer og insekter. Alt er så nogenlunde godt. Håber det samme for dig.

Vores forening vokser, og vi har netop nu passeret 200 medlemmer, som alle har taget uddannelse eller kursusforløb hos ViNatur. Det er ret fantastisk – især fordi vi alle kan tale ind i det samme ViNatur-sprog. Det gør os til en ret solid enhed.

I bestyrelsen har vi derfor også besluttet os for at sætte gang i flere tiltag, der skal gøre det endnu mere meningsfuldt at være medlem. Det blev præsenteret på den årlige generalforsamling, der blev afholdt under Netværksweekenden på Trente Mølle i slutningen af april. En helt forrygende weekend, for øvrigt, med masser af netværk, faglig sparring og hygge, som du kan læse om længere inde i nyhedsbrevet.

Flere aktiviteter

Vi vil gerne skabe mere for medlemmerne. Både indhold og aktiviteter. Vinter-webinarerne, hvor 150 medlemmer overværede de tre webinarer med oplæg fra Simon, Sigurd og Maja, skal fortsættes. Vi bruger erfaringerne fra dem til at sammensætte et godt program for den kommende vinter. Her overvejer vi også muligheden for eksterne oplægsholdere. Dortes sensommertræf ved Rands Fjord ved Fredericia, som er et inspirationsarrangement **kun** for medlemmer af foreningen, bliver afholdt i weekenden d. 15.-16. august. Du kan se programmet og, hvordan du tilmelder dig, sidst i nyhedsbrevet. Udover at fastholde vores allerede faste aktiviteter vil vi forsøge – med hjælp fra jer – at skabe flere spændende og relevante aktiviteter i foreningen, så byd endelig ind.

Ny og bedre hjemmeside med vidensbank

Derudover vil vi sætte gang i processen mod en ny hjemmeside, som skal være mere indbydende og kunne flere ting, og så vil vi begynde at se på, hvordan vi opbygger et bibliotek og en vidensbank, så vi kan skabe en god og spændende platform med vidensdeling. Det kan være fordybelse i ViNaturs metoder, idékataloger over øvelser bundet op på specialeområder, generelle erfaringer med brug af natur som ramme for sundhedsfremme, samling af videnskabelige artikler og forskning i naturterapi m.m. Måske også en oversigt over aktive naturterapeuter, et overblik over relevante fonde, puljer og samarbejdspartnere, tips om gode naturstøttemiljøer osv.

Synlighed og lobbyarbejde

Vi ønsker også at være mere synlige ude i landet. Derfor vil vi i fremtiden sammen med ViNatur være at finde på nogle fysiske arrangementer. I den seneste weekend havde vi en fælles stand med ViNatur på Naturmødet i Hirtshals, og så har vi også som forening været med til Simons foredrag i Musikhuset i Aarhus og Dagmar Teatret i København. Du vil løbende få info om kommende arrangementer på foreningens Facebook-side og hjemmeside.

Kærlig hilsen bestyrelsen

J A D A !
Vores forening har fået sin
egen sang. Se hjemmesiden
og syng med
ViNatur Forenings sang





Netværksweekenden – oplevet med nye øjne

Skrevet af Irene Hilleborg Janø

Det var med en lille smule uro i maven, at jeg kørte afsted til min første netværksweekend med ViNatur i Trentemølle.

Selvom jeg elsker naturen og et godt socialt fællesskab, var jeg alligevel en lille smule urolig over, om jeg mon kunne finde mig til rette blandt så mange nye mennesker og i et område, der var uvant for mig. Men min bekymring blev med det samme gjort til skamme, for knap nok var jeg trådt ind ad døren, før jeg modtog et kæmpe kram af Simon, og dernæst af Sigurd, og så var festen skudt i gang!

Netværksweekenden var én stor kærlig sammenkomst med fokus på fællesskabet i naturen, på det velkendte "Vi skal redde verden – og have det godt mens vi gør det" og med mange spændende indslag undervejs, hvor nogle var velkendte og andre helt nye, men hvor alle var relevante.

I løbet af weekenden nåede vi både at få skabt et nyt netværk i lokalgrupperne og komme med forslag til, hvordan vi kan sparke liv i dem rundt omkring i landet, vi lå på rensdyrskind under den lune forårssol, mens Sigurd tog os på en magisk rejse i åndedrættets Univers, og derudover var der nogle fantastiske workshops, der blev afholdt af foreningens egne medlemmer, og som i sandhed vidner om, at foreningen indeholder en kæmpe kapacitet af viden og mangfoldige interesser, som udover at skabe et fælles samlingspunkt under netværksweekenden, også skabte en nysgerrighed og interesse for at lære mere af dét, vi kort nåede at snuse til.

Og så var der Hother! Enhver kvindes drøm! Her mødte vi en mand, der både fremstod vildmandsagtig og maskulin, men som også havde sans for finere madlavning, overblik og oprydning. Han var i den grad alle pengene værd!

Med muntert humør fik han udpeget nogle solide kokke, og sammen fik de sat gang i maden og skabt et sandt festmåltid, der afsluttede dagen på den mest perfekte måde. Duften af mad, godt selskab, en øl, en vildmand og lugten af bål kan altså noget, også selvom det foregår blandt "fremmede" mennesker og i et ukendt område.

Noget af det jeg havde glædet mig allermest til i weekenden, var foredraget med Kvante-Henning, så da vi modtog beskeden om, at han desværre var blevet syg og ikke var i stand til at deltage, må jeg indrømme at jeg blev pænt skuffet. Men så trådte Simon til, og som det mest naturlige i verden, beviste han for os, hvorfor fortællingens kunst er så vigtig for vores eksistens og hvorfor den skal bevares. Med rørende beskrivelser om, hvordan vi mennesker er forbundet med hinanden og med naturen, bragte Simon os ind i en verden, vi måske nok har glemt, men som vi alle ønsker at genetablere forbindelsen til. Via egne oplevelser og videnskabelige fakta fandt han den direkte vej til vores hjerter og efterlod os bevæget, med en våd serviet i hånden – og med håb!

Søndag kørte jeg hjem med fornyet energi og med glæde over at være en del af denne unikke og kærlige forening, hvor alle er velkomne.

Simons fortælling rumsterede i hovedet og nye, kreative tanker dukkede op i mit sind. Det gik op for mig, at Simon havde givet os alle en helt fantastisk og særlig gave, og som vi alle bør give videre, når vi er klar til det; nemlig håbet og troen på, at vi i fællesskab kan gøre verden til et bedre sted.



Irene Hilleborg Janø er ny i foreningen. Hun blev så grebet af stemningen på årets generalforsamling, som blev holdt på netværksmødet, at hun stillede op til bestyrelsen og blev valgt ind. Hun arbejder til daglig som lærer i folkeskolen og er ved siden af dyreadfærdsterapeut.

Som man siger i Ukraine "Blomster er Guds smil på jorden", og hvis vi giver dette videre, både smil, håb og naturens gaver, så skal det nok lykkedes, for fundamentet er der og kærligheden til naturen og hinanden er der også.

Tak for en herlig weekend! Jeg kommer tilbage næste år.

Mange hilsner Irene



VINATUR I FOLKESKOLEN

I ViNatur Foreningen vil vi gerne sætte mere spot på hvordan medlemmerne bruger de forskellige værktøjer og metoder som de har tilegnet sig gennem kursus og uddannelse hos ViNatur. En af de faggrupper som har taget NBMC-metoden til sig er folkeskolelærerne. En del af foreningens medlemmer er læreruddannet og der er et kæmpe potentiale i at udbrede ViNaturs tilgang i skolerne. Men hvordan kommer man i gang og hvordan bryder man de første barrierer hos sig selv og eleverne?

Lige nu på hjemmesiden kan du tage et kig ind i lærer Irene Hilleborg Janøfs erfaringer med at introducere ViNatur i skoleskemaet.

Du kan læse hendes artikel lige nu på foreningens hjemmeside:

<https://vinatur.gomember.dk/n/vinaturs-metoder-som-praksisform-i-skolen>

Skriv meget gerne til Frederik Roland på roland@direkte.org hvis du har lyst til at dele dine erfaringer og overvejelser omkring det at bruge ViNaturs værktøjskasse på din arbejdsplads.



22. oktober 2026. Den Sorte Diamant
Det Kgl. Bibliotek, København



Her i den forgangne weekend var ViNatur Foreningen med på Naturmødet i Hirtshals. Vi havde købt os ind i ViNaturs stand. Vi vil som forening gerne være mere synlig og fortælle om det netværk, som man kan blive en del af, hvis man tager en uddannelse eller kursus hos ViNatur. Vi netværkede og mødte en masse og så fik vi flere idéer til hvordan vi vil gribe Naturmødet an næste år. Vi vil bl.a. lave nogle "talks" med jer medlemmer om hvordan I bruger jeres ViNatur-uddannelse.

MEDLEMSFORDELE - FOR VINATURS MEDLEMMER

20 procent hos Udeliv.com Du kan som medlem af ViNatur Foreningen få op til 20 procent rabat, når du handler hos UDELIV.com. Ring eller mail til udeliv.com og oplys, at du er fra ViNatur Foreningen.



Netværksweekend ved Fjorden

15.-16. AUGUST 2026



To dage med natur,
nærvær, fællesskab
og fordybelse



En weekend
for dig,
der vil forbindes
– med dig selv,
naturen og
andre



Lørdag

- 9-10 Ankomst og indkvartering. Formiddagskaffe med brød.
Der er mulighed for at slå telt op, eller sove rundt omkring
i bygningerne på gården. Kan aftales inden ankomst.
- 10.00 Velkomst og præsentation af weekendens program
samt praktisk info.
- 10.15 Naturterapi-øvelser i den nærliggende skov med Dorte
- 12.00 Opsamling og frokost.
- 13.00 Åndedrætsøvelser til udvidelse af vores værktøjskasse
med Mette Bo Hansen. Der er afsat tid til spørgsmål
og refleksioner.
- 15.00 Kaffe, te og snacks
- 15.45 Fortælling og introduktion til årstidsfejring med Joan.
- 17.15 Groove. Dans dig glad med Joan.
- 17.45 Vi går mod fjorden, hvor vores huskok, Andreas, vil lave
mad til os over bål. Andreas vil tage os med ind i bålmadens
verden og muligheder.
- 18.00 Når maden er klar, er der fællesspisning af to retter
lækker mad. Drikkevarer kan købes billigt her eller du
medbringer selv.
- 20.00 Bål med stilhed, fællessang og mantra.
Hygge, fællesskab og forbundethed.

Søndag

- 7.00 De morgenfriske tager med til havet og morgenbader.
Vi laver også lidt kropsarbejde.
- 8.30 Morgenmad i stilhed.
- 9.30 Gåtur ud til fjorden, hvor Claus Danielsen venter,
ved bålet, på at guide os i en meditation. Der er tid
til spørgsmål og opsamling bagefter.
Claus er uddannet psykoterapeut.
- 11.00 Kaffe, te og snacks.
Fri leg og networking.
- 13.00 Frokost, deling og forslag til næste gang.
- 14.00 Vi pakker sammen og siger "På gensyn"

 Der tages forbehold for ændringer i programmet 

PRAKTISK INFO



PRIS: 650 kr.
(Ved 15 deltagere)

Prisen er inkl. to retters menu,
morgenmad, 2 x frokost, kaffe,
te og snacks og spændende
undervisere.



Tilmelding på mail til:
dorte@naturdanmark.dk



Betaling ved tilmelding på
mobilepay 22613345.
Husk at skrive samme navn
på begge.



Kærlig naturhilsen
Dorte

