

Jeg er frivillig i SIND Hjørring

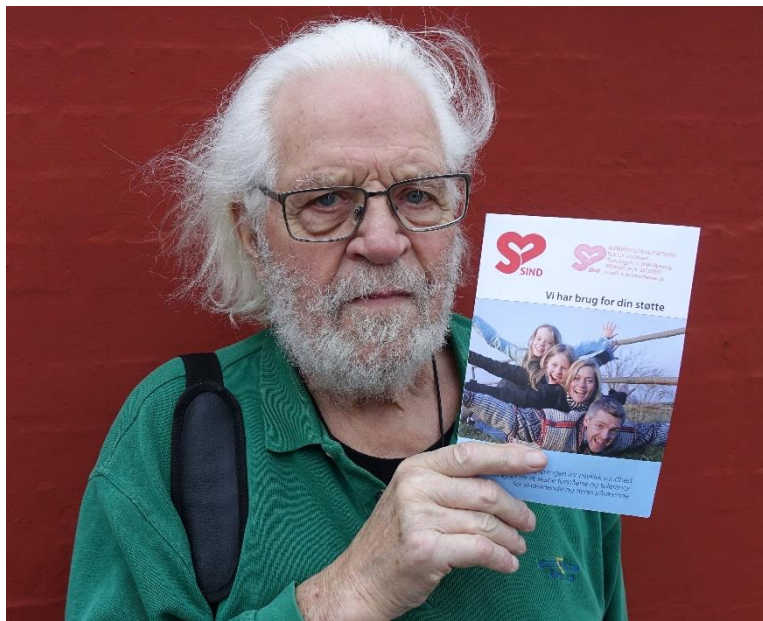
Erik Christoffersen

Februar 2021

Vi har brug for hinanden

Særligt i en tid, hvor vi skal blive hjemme mest muligt, kun mødes med få mennesker og holde afstand, er det vigtigt at huske på fællesskabets betydning og være der for hinanden, siger Erik Christoffersen, som er bestyrelsesformand i SIND Hjørring og kan træffes på tlf. 29 26 20 53.

Erik Christoffersen var den ene af tre, der for over 29 år siden stiftede foreningen SIND i Hjørring. SIND arbejder for at skabe forståelse og tolerance for mennesker med sindslidelse og deres pårørende. På landsplan er hovedparten af medlemmerne og de aktive i SIND typisk pårørende, professionelle, psykisk sårbare eller andre, der interesserer sig for psykisk sundhed.



Da SIND blev etableret i Hjørring, var Erik Christoffersen lærer på en folkeskole i Hjørring. Her mødte han unge, som ikke rigtig fik fat i livet. Og den første gruppe i SIND Hjørring var en ungegruppe, som hurtigt fik tilknyttet en psykolog.

I starten var psykologhjælp et tilbud til de unge, men SIND Hjørring fik snart etableret en åben psykologisk rådgivning, og det har vi haft lige siden. Det tilbud har jeg kæmpet for at bevare, og er meget glad for at SIND Hjørring fortsat kan tilbyde det. Det har været en god hjælp for mange, og der er stadig mange, som har brug for det, fortæller Erik Christoffersen.

Ønsker du at gøre brug af åben psykologisk rådgivning, kan du bestille en tid på tlf. 23 83 11 84. SIND Hjørring har også tilknyttet en præst, som tilbyder samtaler og træffes på tlf. 40 37 05 79. Flere frivillige tilbyder at være bisidder, hvor der kan være brug for det. Det kan Erik Christoffersen fortælle mere om.

Læs videre på næste side...

Under normale forhold har SIND Hjørring også 14 besøgsvenner, der tilbyder at komme på besøg en gang om ugen. En pårørende gruppe, der mødes to gange om måneden. Frivillige hjælpere, som mødes med en gruppe én eftermiddag om ugen til forskellige aktiviteter. Normalt inviterer foreningen også til foredrag flere gange om året.

I denne corona-tid er meget anderledes. Min telefon er altid åben, og bakser man med problemer, vil jeg opfordre til at ringe i stedet for at gå alene med det. Mange problemer kan gøres mindre over telefonen, så det er godt vi har den mulighed. Nogle mødes online på vores facebook. Besøgsvenner er blevet til telefonvenner. I pårørendegruppen aftaler de selv, hvordan de holder kontakten. Vi finder løsninger, selv om det ikke er muligt at mødes. Og hver lørdag fra kl. 9 – 12 går vi ture sammen i naturen. Vi holder selvfølgelig afstand, men det er alligevel dejligt at være sammen, fortæller Erik Christoffersen med varme i stemmen.

Har du lyst til at gå med en lørdag formiddag, kan du tilmelde dig på tlf. 29 82 92 29. SIND Hjørrings tilbud er åbne for alle, men de fleste deltagere er medlem af lokalafdelingen. Det koster 200 kr. årligt, og for de penge får du også SIND-bladet, som udkommer seks gange om året.

SIND Hjørring søger altid flere frivillige, der vil være med til at drive de mange tilbud. Vil du vide mere om SIND Hjørrings tilbud og måske være med i det frivillige fællesskab, er du velkommen til at kontakte Erik Christoffersen.

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