

# Hæærri'e Karin

Fresk, ferm og frodig – Karin Fevaag Larsen framsto som den reneste begeistringsbomba da hun foredro på Begeistringens dag i Namsos.

**NAMSOS:** Tankefelletterapeut Karin Fevaag Larsen er ikke helt A4 som foredragsholder. Tvert imot – hun er kjefstærkt, uortodoks og byr på seg selv, og «det er jaggu'ke lite» for å stjele litt fra Otto Nielsens berømte Grini-vise. Det blir nærmest som et «one woman show», og det fungerer.

Timen hun hadde til rådighet, gikk i alle fall som en røyk, og det er nok en del av tilhørerne som i større grad enn før foredraget kommer til å ta uttrykket «hæærri!» i bruk.

## Endelig mandag

Karin Fevaag Larsen driver gjennom sitt firma Ny Giv AS person- og organisasjonsutvikling. Med «endelig mandag» som utgangspunkt, er budskapet at man må være positiv og se mulighetene i stedet for å la likegyldigheten få råde.

– Det handler om påfyll av egen hverdag – alt er mulig. Jeg jobber med et godt liv i skole, arbeid og generelt, forklarte hun innledningsvis før hun slo fast at jobben må være et sted der det er begeistring.

– Åtte timers dag skal være åtte timers påfyll. «Endelig mandag» er blitt en slags symbolsk overskrift på pågangsmot, og «endelig mandag» lever i beste velgående, slo Fevaag Larsen fast.

Hun er kvikk i kjeften, har noen overraskende innfallsvinkler og illustrerer tankene



**BEGEISTRET:** Tankefelletterapeut Karin Fevaag Larsen begeistret sitt publikum på Begeistringens dag i Namsos.

og ideene sine med selvopplevde historier. Og – hun sådde helt tydelig ikke på steingrunn i Kulturhuset i Namsos.

– Vi skaper store forandringer når vi er bevisst våre tanker i hodet. Vi mennesker blir det vi tenker og snakker, konstaterte Fevaag Larsen.

Man må selv bidra til at miljøet på jobben skal bli bra, ikke bare stole på andre.

– Skap en skrytekultur, oppfordret hun.

– Vi trenger anerkjennelse, å bli sett, skryt. Det virker positivt. Får man høre «Du står på!», gjøre det noe med oss, fikk publikum høre.

## Flere ropere!

– Vi roper altfor lite her i Norge. Det burde vært langt flere ropere her! Gi fra deg

positive sjokk, anbefalte Fevaag Larsen.

Ett eksempel på det er nettopp å rope ut «hæærri!», ikke minst når situasjonen kanskje innbyr til det motsatte. Det får nok noen til å bli usikre, flakke med blikket og begynne febrilsk kneppeknepning, men virker som regel etter sin hensikt, slik Fevaag Larsen ser det.

Hun karakteriserte motivasjon som det vanskeligste og mest slitte ordet hun vet om og la til at mestring og betydning er nøkkelord for å forstå motivasjon.

– Det ligger en voldsom motivasjonsfaktor i ting som har betydning for deg. Man må gå på arbeid for å skape noe sammen med andre.

– Og begeistring – jeg tror det er det flotteste ordet jeg

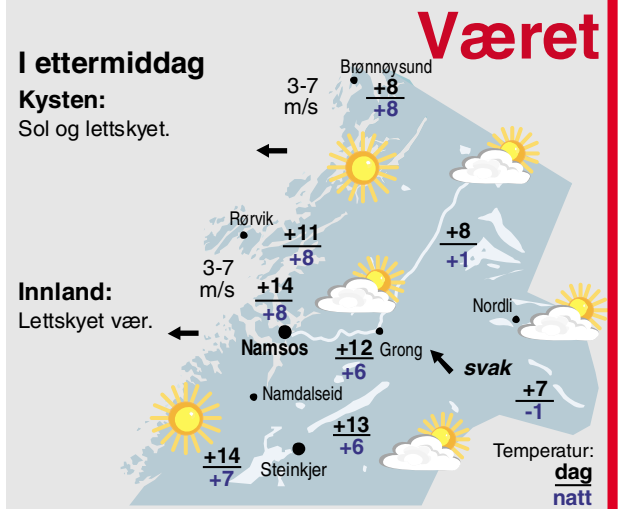
møter. Når vi ha det gøy på jobb, utøver vi en form for entusiasme som fascinerer alle andre, sa Fevaag Larsen.

– Ta selv ansvaret for og vær lykkelig og tilfreds med ditt liv. Vær til stede, let og se etter positive ting i din egen tilværelse.

– Let etter ting som er positive ved kollegene dine, vennene dine. Ta deg også tid til å være «forelsket» i egen jobb, egen tid og tilværelse. Det skjer noe med deg da, sa Karin Fevaag Larsen.

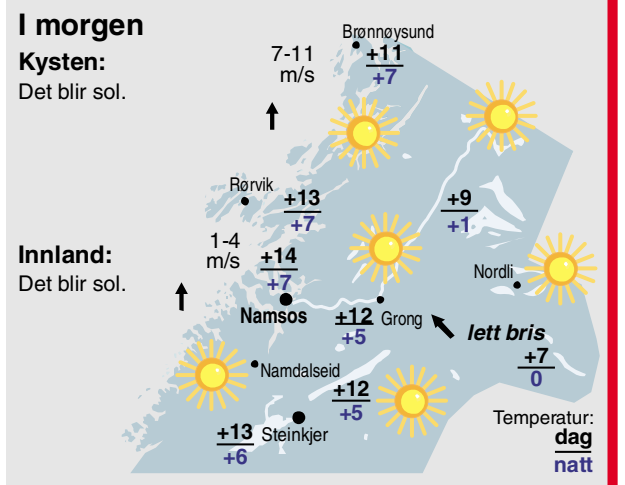
Hun slo sluttelig fast at alt er mulig til det motsatte er bevisst før hun fikk salen med på allsang. Just det!

HANS KRISTIAN HANSEN 74 21 21 33  
hans.kristian.hansen@namdalsavisa.no



**Været til sjøs**  
Østlig bris, 3-7 m/s. God sikt.

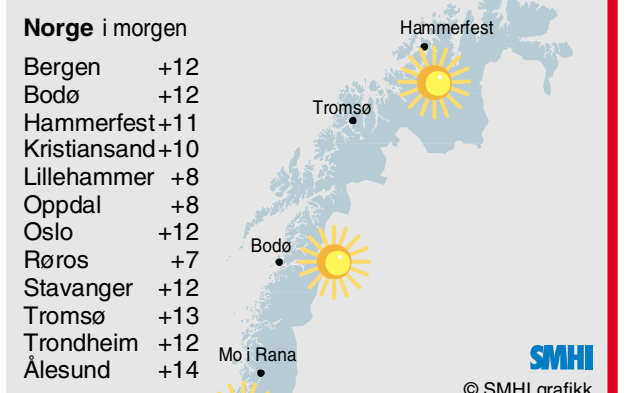
Flo	I dag	I morgen
kl	01:10	01:49
kl	13:28	14:11
<b>Fjære</b>	kl 07:22	08:04
kl	19:42	20:22



	Mandag	Tirsdag	Onsdag
	+10/+15	+10/+15	+10/+15

**Sola**

I dag	I morgen
Opp kl 04.54	Opp kl 04.50
Ned kl 21.34	Ned kl 21.37



**Europa i morgen**

Alicante	+21
Amsterdam	+10
Athen	+20
Helsinki	+10
København	+9
Las Palmas	+21
London	+11
Paris	+12
Praha	+10
Reykjavik	+6
Roma	+19
Stockholm	+11

**Ny italiensk restaurant**  
**åpner i Namsos**  
i morgen - søndag kl 11.00  
Alle rettigheter.

**ÅPNINGS-TILBUD**  
Stor valgfri PIZZA inkl. 1,5 ltr brus kr **139,-** (Take away) i hele mai

**La Perla**  
Ristorante - Pizzeria  
Havnegt. 6 - 7800 Namsos (Tidl Kapteinholet)  
tlf. **74 27 27 42**

**L.J.**  
Lørdag 9-18

Gilde SODD	59 <sup>90</sup>
GRILLPØLSE 600 g	24 <sup>90</sup>
OKSE SMÅSTEK	69 <sup>50</sup> kg
SALT SVINEKJØTT	34 <sup>50</sup> kg
Nygrillet KYLLING	34 <sup>50</sup>
Grillet KOT.KUTT	39 <sup>50</sup> kg

**L.J. Johansen**