

For de 25-55 årige

SamtaleRum

rum til samtale



Har du lyst til at tale med andre om andet end vejret, aula og hverdagens praktikaliteter, så er **SamtaleRum** noget for dig.

Med oplæg og fælles samtale lægger vi op til en hyggelig aften med gode drøftelser over et glas juice eller vin. Du skal ikke kunne noget for at være med, blot have lyst til at tale med andre om de store spørgsmål i livet. I denne sæson afprøver vi samtale spil og taler om kærlighed, kommunikation og imposter-syndromet, som er frygten for at blive afsløret i ikke at være god nok.

Er du mellem 25-55 år, kan du komme som du er – alene, i par, flok eller sammen med din nabo, når vi inviterer dig til at skabe rum til samtale.

Small Talk Big Questions – tal sammen!

Tirsdag 11. oktober kl. 19.00 · Sognets Hus, Fløng Kirke

I en hverdag, hvor de fleste samtaler handler om kalenderstyring, hvem der gør hvad og nye forslag til aftensmad, har vi ofte ikke tid og overskud til at tale med hinanden om mere personlige emner såsom: Er du glad for dit arbejde? Synes du, vores hverdag fungerer? Og hvad optager vores børn? Spørgsmål som disse skal vi tale om på denne aften, hvor vi får besøg af Katja Bamberger Bro, som står bag samtale spillene Small Talk Big Questions.

Katja Bamberger Bro ønskede i 2017 at skabe noget, der navnlig gav familier digitale pauser og mere nærvær i hverdagen. De populære samtalekort findes i mange varianter til parforhold, vennemiddage, samtaler om kunst og sexlivet. I 2021 lancerede Small Talk også en udgave i samarbejde med julemærkehjemmet. Dette samtale spil sætter fokus på trivsel, skole, venskab, fællesskab, digitale vaner, kost og motion. Alle spil har til formål at give os tid væk fra elektroniske fristelser som iPads og telefoner og give os nye samtaleemner, hvilket over en million mennesker har brugt det til.



Det er så yndigt at følges ad... i hvert fald en del af tiden

Torsdag 19. januar kl. 19.00 · Vejleå Kirke, Ishøj

Denne aften skal samtalen handle om den store kærlighed. Den kærlighed de fleste længes efter at opleve, den kærlighed de fleste nyder at leve i og den kærlighed, som også udfordrer os, når vi skal leve tæt med hinanden. Med udgangspunkt i tanker fra PREP (kommunikationskursus for par, læs mere på www.familieudvikling.dk), skal vi se nærmere på, hvordan vi sørger for, at det bliver ved med at være yndigt at følges ad - i hvert fald det meste af tiden. Hvordan kommunikationen mellem os ikke drukner i praktiske aftaler og gøremål, men at nysgerrige og omsorgsfulde samtaler også er en del af vores kommunikation.



Samtalen indledes med et oplæg af sognepræst i Ishøj og uddannet PREP leder **Ane Øland Bækgaard**, der vil sætte fokus på, hvordan vi passer på vores parforhold, mens vi stadig elsker hinanden. Hun vil fortælle om

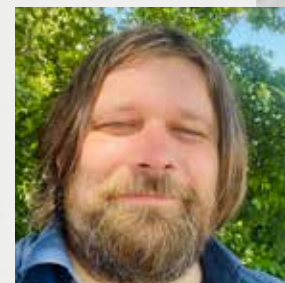
det, der kan være udfordrende i et parforhold i vores tid, og hvordan vi kan sørge for at passe på den kærlighed, vi har. Ane har siden 2015 sammen med sognepræst Maria Rosted Smith fra Taastrup Nykirke undervist adskillige par på kommunikationskurset PREP i Høje Taastrup Provsti.

Imposter-syndromet – frygten for at blive afsløret i ikke at være god nok

Tirsdag 21. marts kl. 19.00 · Rønnevang Kirke, Taastrup

Går du rundt og frygter, at din chef eller dine kolleger opdager, hvad du i virkeligheden kan? Eller venter du bare på, at dine omgivelser opdager, at du nok ikke er lige så dygtig som dem? Føler du dig med andre ord som en bedrager? Så er du ikke alene, men lider måske af det udbredte imposter-syndrom. Syndromet omhandler følelsen af ikke at være dygtig nok samt en frygt for, at andre snart vil opdage dette.

Aftenen indledes med et oplæg af **Claus Raasted**, Director of The College of Extraordinary Experiences og coach hos McKinsey. Han beskrives som en krydsning mellem Thor, Mick Jagger og Lady Gaga. Ifølge Claus



er hans største styrke, at han ikke er perfektionist. Det har bl.a. hjulpet ham med at lave mere end tusind events, skrive 35 bøger og hjælpe kunder som Disney, Google og den danske folkekirke. Denne aften kommer han med tips og tricks til, hvordan man bekæmper den indre usikkerhed, som mange af os går og slås med – for, som enhver der har tvivlet på sig selv ved, så er sund skepsis godt, mens for meget tvivl kan være knusende.

SamtaleRum udbydes af Høje Taastrup Provsti og er særligt målrettet voksne i alderen 25-55 år. Gennem oplæg og samtaler zoomer vi ind på forskellige livstemaer.

Ved hvert arrangement serveres et glas vin eller juice og chips/nødder.

Deltagelse er gratis. Hvis du ved, du kommer, så må du meget gerne tilmelde dig på www.rumtilsamtale.dk. Du er også velkommen til at dukke op på dagen.

SamtaleRum finder sted i tre forskellige kirker i Høje Taastrup og Ishøj:

Tirsdag den 11. oktober 2022

Sognets Hus, Fløng Byvej 16,
2640 Hedehusene

Torsdag den 19. januar 2023

Vejleå Kirke, Ishøj Boulevard 1
2635 Ishøj

Tirsdag 21. marts 2023

Rønnevang Kirke, Taastrup Hovedgade 150,
2630 Taastrup