

Lemvig & Heldum Sogne Kirkernes hjemmeside: www.lemvigkirkerne.dk

Særligt sensitiv

- om at hjælpe andre og tage vare på sig selv

Velkommen til sæsonens 3. foredrags aften - tirsdag den 10. november, kl. 19.30 ved teolog og psykoterapeut Ilse Sand, Sabro

Særligt sensitive mennesker har et særligt fintmærende nervesystem, som bevirker, at de forholder sig anderledes i deres relationer end de fleste andre.

Særligt sensitive mærker andres sindsstemninger tydeligere og har ofte et særligt talent for at lytte og hjælpe. De har et særligt fintmærende nervesystem, som bevirker at de forholder sig anderledes i deres relationer end de fleste andre – og de har det svært blandt mennesker, som er stressede, vrede eller ude af balance. Derfor vil de forsøge at løse problemet – enten ved at de selv trækker sig – eller ved, at forsøge at hjælpe. Så hvordan finde balancen mellem at hjælpe andre – og alligevel tage vare på sig selv?

Ilse Sand fortæller

"Jeg har set, hvor meget af sig selv, de investerer i at hjælpe, hvor tungt det bliver, når hjælpen ikke virker, og hvordan begejstringen og glæden blomstrer, når de lykkes i at gøre en positiv forskel for andre eller for sig selv", fortæller Ilse Sand og fortsætter: "Når mange særligt sensitive mennesker bruger meget energi på at være der for andre, er det ikke kun fordi de selv har brug for harmoni omkring sig. Det er også, fordi de har talent for at lytte og hjælpe og derfor virker tiltrækkende på mennesker, der har det svært. Der er typisk en eller flere,



der nyder at læse deres bekymringer af til så god en lytter, som en særligt sensitiv person er."

Ilse Sand vil i dette foredrag præsentere nogle redskaber, som kan bruges i egen selvudviklings øjemed og til at gøre fortrolige samtaler mere frugtbare - og som mange flere end "særligt sensitive" kan have glæde af.

Redskaberne er enkle psykoterapeutiske metoder, som med fordel kan benyttes i hjælpende samtaler, enten de foregår

i professionelt eller privat regi. De skal ikke ses som en opfordring til særligt sensitive til at bruge endnu mere energi på at hjælpe andre. De skal ses som en vej til at optimere den hjælp, de allerede giver, og som de ikke kan lade være med at give, fordi de mærker andres smerte og føler trang til at komme dem til undsætning.

Om Ilse Sand

Ilse sand er psykoterapeut MPF og cand. theol og forfatter til flere bøger: "Elsk dig selv - en guide for særligt sensitive og andre følsomme sjæle", "Find nye veje i følelsernes labyrint", "Kom nærmere - om kærlighed og selvbeskyttelse" og nu også: "Værktøj til hjælpsomme sjæle - især for særligt sensitive, som hjælper professionelt eller privat". Hendes bøger er oversat til flere sprog - og de er allerede udkommet i Sverige og Norge og på vej i 6 lande mere bl.a. Tyskland, Rusland og Polen.

Foredragsaftenen forgår i Kirkehuset, Torvet 10. Aftenen begynder kl. 19.30 og slutter ca. kl. 21.30.

Undervejs bliver der en pause, hvor der serveres kaffe/te m.m. (pris kr. 25,-).

Velkommen

Birgitte Krøyer

Formand for aktivitetsudvalget

Kirkekalender

NOVEMBER: LEMVIG KIRKE:

HELDUM KIRKE:

Torsdag d. 5. 17.00 Børneteater

Søndag d. 8. 10.30 Robert Enevoldsen 9.00 Robert Enevoldsen
23. søndag Gospelgudstjeneste
efter trinitatis Indsamling: KFUM's Soldatermission
Kirketaxi
97 82 14 15

Søndag d. 15. 10.30 Poul Lilleør 9.00 Poul Lilleør
24. søndag Indsamling: Venskabsmenighed
efter trinitatis
Kirketaxi
97 82 24 24

Søndag d. 22. 10.30 Birgitte Krøyer 9.00 Birgitte Krøyer
Sidste søndag i kirkeåret Indsamling: Areopagos
Kirketaxi
97 82 14 15

På søndag

...er det 23. søndag efter trinitatis.

Og på søndag handler det om penge. Det handler om nogle, der ville fange Jesus i ord med et spørgsmål, hvor han kun kan svare forkert: "Er det tilladt at give kejseren skat eller ej?" Svarer han "nej", sætter han sig op mod kejseren. Svarer han "ja", sætter han sig efter deres mening op mod Gud, fordi mønten bærer kejserens billede og inskriptionen "den guddommelige" – og guddommelig er jo kun en Gud.

Men Jesus gør det komplicerede meget enkelt, da de står der og viser ham skattens mønt, for hans svar til dem lyder: "Så giv kejseren, hvad kejserens er, og Gud, hvad Guds er!"

Give bare kejseren skat og mønter, for de bærer jo hans billede og er allerede hans. Men giv også Gud, hvad Guds er. Og hvad er Guds? Ja, det jo det hele. Alt det, der hæver sig over kejser og guldmønter. At det, der bærer Guds billede – dem selv inklusive. Skatten skylder de kejseren – deres eget liv skylder de Gud. Skatten skal de give til kejseren – deres liv til Gud!

Velkomment til gudstjeneste!

Mødekalendar

Tirsdag den 3. kl. 17.00

Skumringsang i Lemvig Kirkehus.
Organist Erling Lindgren ved klaveret

Tirsdag den 3. kl. 19.30

KFUM og KFUK holder voksen aften i Ågade 5.
Emne: "bibelen" ved Karlo Brondbjerg, Herning.

Onsdag 4. kl. 14.00-15.30

Indre Mission i Klippen. Samtalemøde

Onsdag 4. kl. 19.30

Soldatervenuefest i Klippen. Finn B. Jørgensen, Fredericia

Torsdag den 5. kl. 10.00

Kirkens Dagligstue i Kirkehuset. Højskolelærer Kristian Tikjøb: "Det rørte mig – et par eksempler på religiøs kunst"

Torsdag den 5. kl. 14.30

Kirkens Korshær holder møde i Kirkehuset

Fredag 6. kl. 18.00

Luthersk Mission
– familieaften med fællesspisning i Kirkehuset

Fredag 6. kl. 18.00

"Hele IM i fællesskab" m. fællesspisning i Klippen

Kunstudstilling

I søndags åbnede en kunstudstilling i Kirkehuset (1.sal) med nogle af de forgangne års kunstarstrik fra Kunstforeningen Limfjorden i Kirkehuset (1.sal).

Udstillingen kan ses året ud.



Gospelgudstjeneste

i Lemvig Kirke Søndag den 8. november kl. 10.30

Kor: Lemvig Gospelkor
Korleder: Lydiah Wairimu
Præst: Robert Enevoldsen

Velkommen til en anderledes gudstjeneste med masser af gospeltoner, Bibellæsninger, fællessalmer og prædiken. Gudstjenesten er uden altergang. Efter gudstjenesten er der kirkekaffe i kirkehuset.

Fokus



Kirkehøjskole

Onsdag den 4. november kl. 19.30 i Lomborg Kirke

"Han går med dem i nådepagt" – om dåben og dens salmer ved Henning Bjerg Mikkelsen, Lomborg.

Der serveres kirkekaffe undervejs. Alle er velkomne!

På vegne af udvalget, Birgitte Krøyer

En musikalsk bibelhistorie om skabelsen

Helt fra Begyndelsen

GRATIS
incl. mad

"Helt fra begyndelsen" er Skabelsesberetningen fortalt i ord, musik og billeder for børn/børnefamilier og andre mennesker

Lemvig Kirke torsdag
den 5. november kl. 17.00

Efter kirke-koncerten er alle inviteret til at spise i Kirkehuset.

Duo'en Gaston og Astner leverer en familie-kirkekoncert i ny forklædning



Provtikoret medvirker
(under ledelse af Sidse Skovbakke)

Arr.: Nørlem, Heldum, Lemvig, Tørring, Houe, Hygum, Rom, Lomborg, Ramme, Dybe sogne