Hvad er egentlig vores forhold til naturen?

KIRKE. Kirkerne i Ishøj og Taastrup indbyder alle mellem 25 og 55 år til SamtaleRum

ISHØJ: Har du lyst til at tale med andre om de store spørgsmål i livet? Hvad er vores forhold til naturen? Hvorfor bliver vi så stressede? Og hvad skal vi stille op med det faktum, at vi skal dø og miste dem, vi elsker?

Kirkerne i Høje Taastrup og Ishøj kommuner har allerede afholdt to vellykkede arrangementer i rækken af SamtaleRum. Næste gang er tirsdag 21. januar, og der er stadig ledige billetter.

De store spørgsmål

Naturen er for mange et frirum. Det grønne element kan have en beroligende virkning på det menneskelige sind. En have kan have samme virkning, men er også forbundet med hårdt arbejde, ukrudt og dårligt vejr. Så hvordan får man det bedste ud af naturen eller haven?

Samtalen indledes med et oplæg ved journalist og blogger Signe Wenneberg, der med mottoet: "Haven er perfekt, når den ikke er perfekt!" vil fortælle om Havedrømme og Drømmehave. Signe Wenneberg har beskæftiget sig indgående med have og bæredygtighed.

Næste SamtaleRum

Når kirkerne næste gang inviterer til SamtaleRum torsdag 5. marts kl. 19.00, handler det om stress. Hvorfor bliver vi så stressede, spørger vi filosof Anders Fogh Jensen. Du bliver guidet igennem aftenen af dygtige om engagerede sognepræster, der tager del i samtalen. Kirkerne byder på et glas vin og chips/nødder. Det er gratis at deltage, du må dog meget gerne tilmelde dig på www.rumtilsamtale.dk

Prøv fitness på søndag

MOTION. På søndag er der fitness tryday - et landsdækkende arrangement, hvor alle inviteres til at prøve fitness

ISHØJ: Søndag den 12. januar kl. 10-14 holdes der Fitness Tryday i Fitness Ishøj med smagsprøver på forskellige fitnessaktiviteter.

Har du lyst til at komme i gang med at træne? Eller måske prøve en anden form for træning, end du er vant til?

Så er det oplagt at hoppe i træningstøjet søndag den 12. januar og tage til Fitness Tryday i Ishøj Idrætscenter Vejledalen 17, hvor du kan prøve om fitness er noget for dig.

Det er Fitness Ishøj som står bag arrangementet, der holdes samme dag i foreninger med fitness landet over.

Udover at give deltagerne en sjov dag og nogle gode træningsoplevelser, håber vi, at endnu flere får lyst til at dyrke fitness i Fitness Ishøj. Foruden at give smagsprøver på vores fitness, vil vi nemlig gerne vise, at vi er en forening med plads til alle.

Man behøver ikke at have trænet før eller at være medlem for at deltage i Fitness Tryday. Idéen er nemlig, at man helt uforpligtende kan prøve forskellige fitnessaktiviteter. I Fitness Ishøj er der mulighed for at prøve indoor cycling kl. 11-12 og få en prøvetime i fitnesscentret med hjælp fra vores dygtige instruktører.

PR-foto

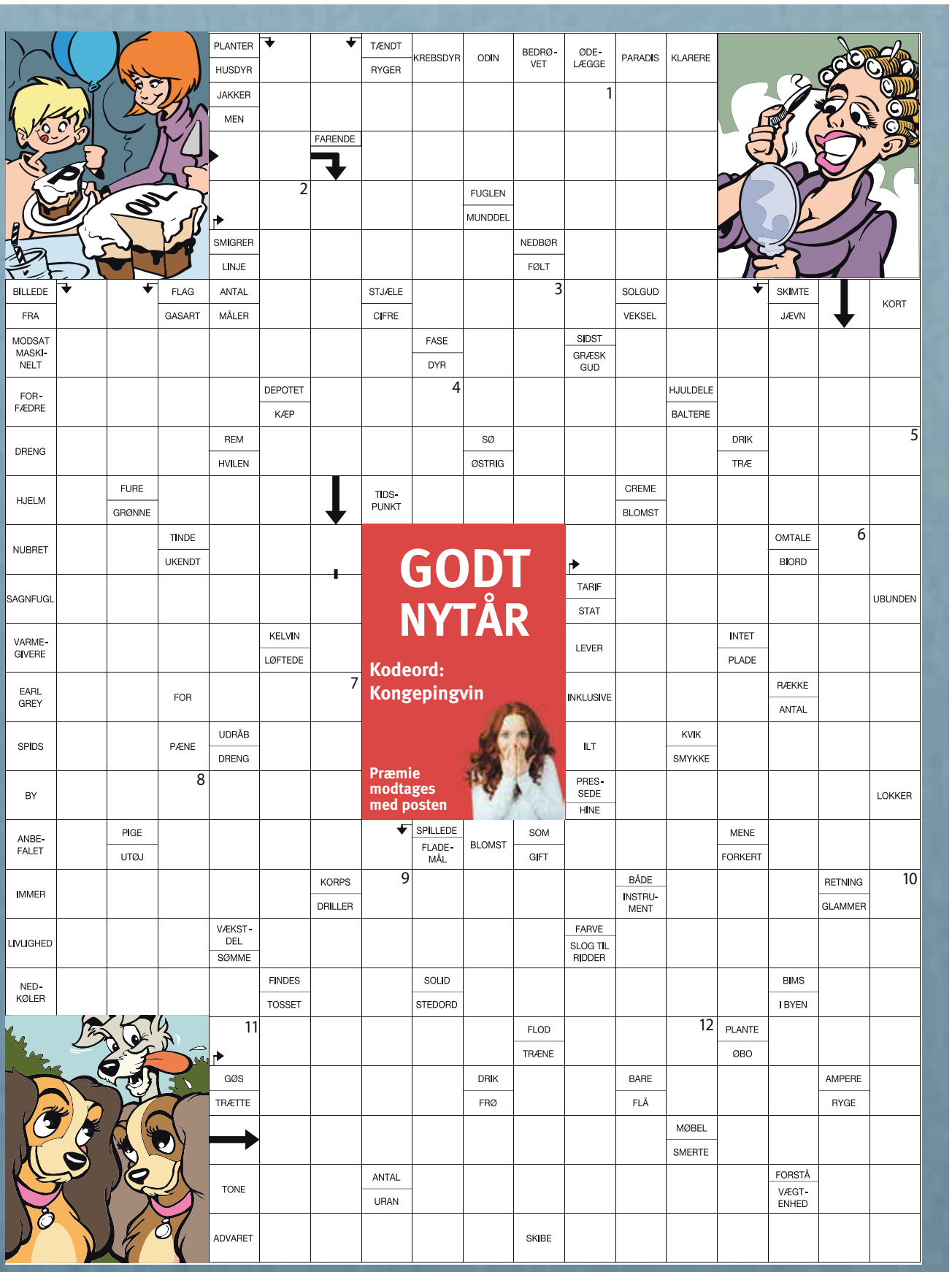
FAKTA

FITNESS TRYDAY

Fitness Tryday er en landsdækkende event, der holdes den anden søndag i januar i foreninger landet over. Idéen er, at man kan prøve diverse fitnessaktiviteter inden man binder sig for en sæson. Eventen er for alle uanset alder og niveau, og håbet er, at flere efterfølgende har lyst til at dyrke fitness og melder sig ind i en forening.

Det er Bevæg dig for livet – Fitness, den fælles fitnessafdeling for DGI og GymDanmark, der overordnet står bag Fitness Tryday. Selve arrangementerne står de lokale foreninger selv for.

Se mere på bevaegdigforlivet.dk/fitness.



VIND ET GAVEKORT PÅ 200,-

FRA ROS TORV ELLER STØVSUGERBANDEN

Du kan aflevere løsningen i postkassen (mærk kuverten med krydsord) hos avisen på Marievej 1D - 2630 Taastrup eller send en mail på **krydsord.vestegnen@sn.dk** senest mandag kl. 16.

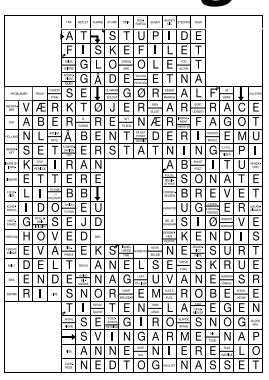
Løsning: _____

Navn: _____

Adresse: _____

Postnr. og by: _____ Tlf. _____

VestegnenSydkysten



SIDSTE UGES LØSNINGER:

3	9	7	4	1	5	8	6	2
6	1	2	9	8	7	5	4	3
4	8	5	6	2	3	9	1	7
5	3	8	7	6	2	4	9	1
9	4	1	3	5	8	7	2	6
2	7	6	1	4	9	3	5	8
8	2	4	5	3	1	6	7	9
7	5	3	2	9	6	1	8	4
1	6	9	8	7	4	2	3	5