



# Retreat

*” Min frid ger jag er ”*

21-24 Juni Meldersteins Herrgård

2-5 Sep Munkviken



*Meldersteins Herrgård är en gammal vacker bruksmiljö en bit norr om Råneå*



*Munkvikens kurs och lägergård är belägen söder om Lövånger*

# R

etreat

*” Följ med mig bort till en öde trakt,  
så att vi får vara ensamma och ni kan vila er lite”.*

De orden av Jesus är grunden för varje retreat,  
När vi lämnar vardagen men inte verkligheten.

Enhet, enkelhet, ro och gemenskap är andra ord  
som är centrala för retreatens tysta miljö.

Vi finns där både tillsammans och var och en för sig.

Och vi går in i en väl beprövad ordning där tystnaden är central.

## En retreatdag kan se ut så här:

8.30 Morgonbön  
Frukost  
10.15 Bibelmeditation  
11.00 Kaffe står framme  
12.15 Vägledning  
Middagsbön  
13.00 Lunch  
15.00 Kaffe står framme  
16.00 Bibelmeditation  
17.30 Vesper  
18.00 Middag  
20.00 Kvällsfika  
20.45 Kvällsbön

## Bibelmeditation

Utifrån temat delar retreatledaren några tankar .

Lite som att i ord måla upp en bild.

Där kan också finnas något föremål,

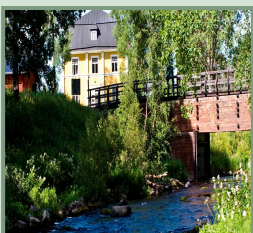
En bild eller något annat att vila ögonen på.

Allt för att hjälpa oss var och en att samla ihop oss själva och våra tankar.

Höra efter vad vi själva egentligen tänker.

*Under dagarna finn möjlighet till enskilt samtal. Det är just en möjlighet.*

*Om du känner att det är något du vill dela, så gör det gärna. Om inte, så är det också gott.*



Retreaten börjar  
21/6 kl. 19.00  
Slutar 24/6 kl. 14.00  
Kostnad: 2 350:-  
Anmälan öppnar 22/3  
Faktura skickas efter anmälan



Retreaten börjar  
2/9 kl. 19.00  
Slutar 5/9 kl. 12.00  
Kostnad: 2 750:-  
Anmälan öppnar 3/5  
Faktura skickas efter anmälan

Ledare för retreaten är:

*Lena Brunell.* Pastor i Equmeniakyrkan Kalix, retreatledarutbildad på Berget i Rättvik.

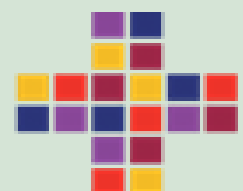
*André Jakobsson,* regional kyrkoledare Equmeniakyrkan region nord.

Anmälan finns på hemsidan: [www.equmeniakyrkan.se/nord](http://www.equmeniakyrkan.se/nord)

Vid frågor kontakta André Jakobsson på

tel: 070-697 06 13 eller mail: [andre.jakobsson@equmeniakyrkan.se](mailto:andre.jakobsson@equmeniakyrkan.se)

Hör av dig om du inte har råd men ändå vill komma med så försöker vi ordna det.



Equmeniakyrkan