

# Retreater 2026

*Tema:* Tag på er mitt ok – vägmärken för tillit

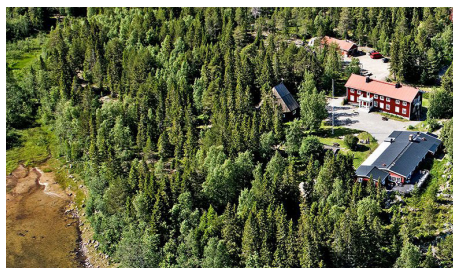


## Retreat Melderstein

14-17 MAJ  
MELDERSTEINS HERRGÅRD

PRIS: 2 800 kr

ANMÄLAN:  
Senast 12 april



## Retreat Munkviken

1-4 OKTOBER  
MUNKVIKENS KONFERENSGÅRD

PRIS: 2 900 kr

ANMÄLAN:  
Senast 31 augusti



# Vad är en retreat?

”Följ med mig bort till en öde trakt, så att vi får vara ensamma och ni kan vila er lite.” De Jesusorden är grunden för retreaten. Enkelhet, ro och gemenskap är andra centrala begrepp för retreatens tysta miljö. Vi finns där både tillsammans och var för sig.

## EN TYPISK RETREATDAG

- 08.30 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 tankar. Målar upp en bild med ord. Där kan finnas föremål eller en bild att vila ögonen på till hjälp att samla ihop oss själva och våra tankar.

## VÄGLEDNING

Bibelundervisning utifrån temat som vill hjälpa oss till reflektion och eftertanke.

## ENSKILT SAMTAL

För den som vill finns det möjlighet till enskilt samtal.

## Ledare



### LENA BRUNELL

Tidigare pastor i  
Equmeniakyrkan  
Kalix



### ANDRÉ JAKOBSSON

Regional kyrkoledare  
Equmeniakyrkan region  
Nord

**ANMÄLAN & BETALNING:** Anmälan görs via [equmeniakyrkan.se/nord](https://www.equmeniakyrkan.se/nord). 500 kr betalas i anmälningsavgift direkt vid anmälan. Resterande betalning sker via faktura. *Hör av dig om du inte har råd men ändå vill åka med så försöker vi ordna det.*

**FRÅGOR:** Vid frågor kontakta André Jakobsson,  
070-697 06 13 | [andre.jakobsson@equmeniakyrkan.se](mailto:andre.jakobsson@equmeniakyrkan.se)