
*Påmelding/mer
informasjon*

Komiteen for Retreat i hverdagen:

Annika Indergaard, pinsemenigheten Betel
Elin Kyseth, Frelsesarmeen
Sveinung Enstad, Den norske kirke

Priser

Gratis i år!

Påmelding innen 02. Mars

Påmelding til Sveinung Enstad:

Tlf 93269690. E-post: Se298@kirken.no

Oppgi telefonnummer og e-post, samt når du
ønsker veiledning: Morgen, dag (09-16) eller
kveld.



Arrangør: RETREAT I NIDAROS

Les mer om Retreat i Nidaros på

www.retreater.no



HVA ER RETREAT I HVERDAGEN?

Retreat betyr «å trekke seg tilbake.»

Under uka med retreat i hverdagen fortsetter du med dine daglige gjøremål, men setter av tid til stillhet og meditasjon i løpet av dagen.

Målet for retreaten er å øve seg i å bli mer oppmerksom på Guds nærvær i hverdagen.

HVEM KAN DELTA?

ALLE! Enten ved fysisk oppmøte hvis man befinner seg i Trondheimsregionen, eller digitalt. Alder og eventuell kirkelig tilhørighet er underordnet.

FELLES START OG SLUTT

Oppstart i Strindheim kirke søndag 10. mars kl. 15:00-17:30.
Introduksjon, utdeling av veileder, enkel bespisning.
Kveldsbønn 17:30
Avslutning: Samling i Strindheim kirke torsdag 14. mars kl. 20:00-21:30.

DAGLIG VEILEDNINGSSAMTALE

Hver dag under retreaten møter du din veileder til en halvtimes samtale i Strindheim kirke, eller et annet avtalt sted. Det finns også mulighet for digital veiledning. Veiledning på engelsk er mulig om det er ønskelig.

FORVENTINGER

Dette forventes av deg som deltaker på Retreat i hverdagen:

- At du setter av en halv time til stillhet og meditasjon hver dag under retreaten.
- At du møter din medvandrer til en samtale hver dag.
- At du deltar på åpnings- og avslutningssamlingen fysisk eller digitalt.



Og han sa til dem”Kom med meg til et øde sted hvor vi kan være alene, og hvil dere litt!”

- Jesus

Midt i hverdagen

“Ingen steder kan en mann finne et roligere og mer uforstyrret retreat enn i sin egen sjel.”

- Marcus Aurelius