

Se den usynlige

Priser

Prisen er **fleksibel** innenfor en ramme. Vi ønsker at den som trenger å komme på retreat, **ikke skal hindres av prisen**. Samtidig har retreatstedene behov for økte inntekter. Dette kan løses ved at de som har mulighet til det, **betaler maksimumsprisen**.

	Retreatpris:	Studenter u/28 år:
3 overnattinger	kr 1900 - 3400	min. kr 1400
4 overnattinger	kr 2400 - 4100	min. kr 1800
5 overnattinger	kr 2900 - 4800	min. kr 2300
6 overnattinger	kr 3400 - 5500	min. kr 2750
7 overnattinger	kr 3900 - 6200	min. kr 3200
8 overnattinger	kr 4400 - 6900	min. kr 3650
9 overnattinger	kr 4900 - 7600	min. kr 4100

Prisene inkluderer påmeldingsavgift kr. 400. Ignatiansk kr. 800. For retreatene i uke 10, 16, 32 og 48 på Tomasgården økes minimumsprisen med kr 300.

Hele gruppa eller staben på retreat? Stabsdager i retreatramme?

En annen og skapende måte å være sammen på.
Opplegget kan tilpasses gruppas behov.

Velkommen til å ta kontakt.

Her finner du oss:



Tomasgården ligger idyllisk til ved skog og stille vann på Kornsjø sør for Halden, ca 2 timers reise fra Oslo og fra Gøteborg. Kommer du med tog fra norsk side, blir du hentet i Halden – fra svensk side i Ed. Nærmere reisebeskrivelse i velkomstbrev etter påmelding

Sandom Retreatsenter ligger vakkert til ved Ottaelva mellom Lom og Vågå, ved foten av Jotunheimen, 30 mil fra Trondheim og 35 mil fra Oslo. Ekspressbusser direkte fra Oslo, Trondheim og Vestlandet. Man kan også ta tog til Otta og buss videre til Garmo. Nærmere reisebeskrivelse i velkomstbrev etter påmelding.



Tomasgården

Fagerlivn. 12, 1796 Kornsjø
Tlf. 69 19 78 20 / 488 91 281
retreat@tomasgarden.no
www.tomasgarden.no

Bankgiro 3000 15 45996
Svensk postgiro 42 78-8



Sandom

Kollavegen 334, 2685 Garmo
Tlf. 61 21 27 45
retreat@sandom.no
www.sandom.no

Bankgiro 2085 63 43589
Svensk postgiro 68 88 31-7

Stedene eies av Sandomstiftelsen som siden 50-tallet har vært plogspiss for tverrickelige retreat i Norge.



SANDOM

RETREATER 2012



TOMASGÅRDEN

Hva er Retreat?

Et retreatsted er et sted hvor du kan trekke deg tilbake noen dager for å være sammen med han som ønsker å være ditt livs kilde. Begge våre retreatsteder ligger fredelig til. Det ene mellom høye fjell. Det andre ved en stille innsjø. **Her får du sjansen til å våge stillheten**, innfor deg selv og innfor Gud.

Noen ganger trenger vi avstand fra det daglige flimmeret.

Noen ganger trenger du avstand for å se klart. Midt oppe i det daglige flimmeret mister vi ofte fokus. Jesus blir utydelig for oss. Jesu disipler så ham tydelig, med sine egne øyne. Nå er Jesus nær over alt og hos alle. Derfor trenger vi å øve opp vårt indre blikk, se ham med troens øye.

På en retreat trekker du deg tilbake fra hverdagens mas, og finner ro. Gjennom bønn, Jesusmeditasjon og stillhet får du hjelp til å se Herren og styrke din identitet som Jesu disippel i dag.

Både søkende og troende mennesker kommer til våre retreatere. Det trengs ingen forkunnskaper verken i bønn eller bibellesning, bare åpenhet og vilje til å leve med i retreatens rytme.



Retreater Sandom 2012

– ved foten av Jotunheimen

Uke 7	on 15/2 - sø 19/2	Retreat
Uke 8	on 22/2 - sø 26/2	Retreat, med/uten ski
Uke 10	fr 2/3 - fr 9/3	Taus retreat, 3-7 dg
Uke 13	fr 30/3 - ma 2/4	Retreat, påske
Uke 14	on 4/4 - ma 9/4	Retreat, påske
Uke 20	on 16/5 - sø 20/5	Retreat, Kristi himmelfart
Uke 21	fr 25/5 - ma 28/5	Retreat, pinse
Uke 24/25	fr 15/6 - fr 22/6	Smak av retreat, 3-7 dg
Uke 26/27	sø 24/6 - ti 3/7	Ignatiansk retreat
Uke 27	on 4/7 - sø 8/7	Retreat
Uke 28	ma 9/7 - lø 14/7	Retreat med fjellvandring
Uke 29	ti 17/7 - sø 22/7	Retreat med fjellvandring, XL
Uke 31	ma 30/7 - lø 4/8	Retreat med fjellvandring
Uke 32	ma 6/8 - lø 11/8	Retreat
Uke 33	ma 13/8 - lø 18/8	Retreat med fjellvandring
Uke 36	ma 3/9 - lø 8/9	Retreat med fjellvandring, XS
Uke 38	ma 17/9 - lø 22/9	Retreat med fjellvandring
Uke 41	ma 8/10 - sø 14/10	Taus retreat, 3-6 dg
Uke 43	ma 22/10 - lø 27/10	Retreat
Uke 45	ti 6/11 - lø 10/11	Retreat
Uke 49	to 6/12 - sø 9/12	Taizé-retreat i advent
Uke 51	lø 22/12 - on 26/12	Retreat, jul
Uke 52	fr 28/12 - ti 1/1	Retreat, nyttår

- **Retreat med/uten ski:** Tilbud om ledet skitur 3 av dagene.
- **Taus retreat, 3-7 dg:** Valgfri lengde utover 3 døgn. Mulighet for individuell åndelig veiledning.
- **Smak av retreat, 3-6 dg:** Et åpent opplegg der du selv velger hvor mye retreat du vil ha. Tilbud om fjellturer. Valgfri lengde utover 3 døgn. Egen folder.
- **Ignatiansk retreat:** 8 hele tause dager. Individuell åndelig veiledning hver dag. Enklere dagsprogram. Egen folder.
- **Retreat med fjellvandring:** 4t-tur i fjellet 3 av dagene. XL = lengre og tyngre turer. XS = kortere og lettere turer.
- **Taizéretreat i advent: "Og lyset skinner i mørket".** Retreaten ledes av Ulla Käll. Eget dagsprogram med Taizébønner, bibelintruksjon, gruppesamtaler og stillhet. Egen folder.

Ferie – Studie – Egen retreat

Veslestuggu

kan leies noen dager, 1 uke, 1 mnd eller mer
Stue/kjøkken, soverom og bad.

Retreater Tomasgården 2012

– ved den vakre, stille Kornsjøen

Uke 8	to 23/2 - sø 26/2	Retreat
Uke 9	to 1/3 - sø 4/3	Retreat
Uke 10	on 7/3 - sø 11/3	Taus retreat med sanserik mat
Påske	ma 2/4 - ma 9/4	Taus retreat, valgfri lengde
Uke 16	to 19/4 - sø 22/4	Taus retreat: "Kroppen er vårt hjem"
Uke 17/18	fre 27/4 - sø 6/5	Ignatiansk retreat
Uke 20	on 16/5 - sø 20/5	Retreat, Kristi Himmelfart
Uke 21/22	fr 25/5 - sø 3/6	Pilgrimsvandring Tomasgården – Oslo
Uke 21	fr 25/5 - ma 28/5	Retreat, pinse
Uke 24	sø 10/6 - sø 17/6	Ignatiansk retreat
Uke 26	lø 23/6 - ma 2/7	Taizéreise
Uke 30	to 26/7 - sø 29/7	Retreat
Uke 31	on 1/8 - sø 5/8	Retreat
Uke 32	on 8/8 - sø 12/8	Temaretreat: "Å være tilstede"
Uke 35	to 30/8 - sø 2/9	Taize-retreat
Uke 36/37	fr 7/9 - sø 16/9	Ignatiansk retreat
Uke 40	on 3/10 - sø 7/10	Retreat
Uke 42	sø 14/10 - sø 21/10	Ignatiansk retreat
Uke 44	to 1/11 - sø 4/11	Retreat
Uke 47	on 21/11 - sø 25/11	Taus retreat
Uke 48	to 29/11 - sø 2/12	Musikkretreat
Uke 49	to 6/12 - sø 9/12	Retreat
Uke 52	lø 29/12 - ti 1/1	Retreat, nyttår

- **Taus retreat med sanserik mat.** Lyst på sunn og næringsrik mat? Her får du mat som er sammensatt for at du skal kunne kjenne deg klarere i kropp og sinn.
- **"Kroppen er vårt hjem":** Taus retreat hvor kroppen hjelper oss inn i stillheten. Retreaten ledes av Ulla Käll. Danse- og bevegelsesterapeut/fysioterapeut Marit Mørk leder øvelser i tilstedeværelse og avspenningsbalansering.
- **Ignatiansk retreat:** 6 eller 8 hele tause dager. Individuell åndelig veiledning hver dag. Enklere dagsprogram. Arrangeres i samarbeid med "Kompass - forening for ignatiansk andlighet". Egen folder.
- **Pilgrimsvandring Tomasgården – Oslo:** Bli med en eller flere dager. Kr 350 pr døgn. Medvandrere blir Ulla Käll og Mari Kolbjørnsrud. Egen folder.
- **Taizéreise:** Bussreise til den økumeniske Taizékommuniteten i Frankrike, der veldig mange unge mennesker samles for åndelig fornyelse og fordypet liv. Deltagere under 35 år blir prioritert.
- **Temaretreat: "Å være tilstede"** ved Øyvind Borgsø. Enkle øvelser i å være nærværende i kommunikasjonen med Gud, i seg selv, med sin neste og overfor skaperverket. Inkludert en dags pilgrimsvandring.
- **Taizéretreat:** Dager med preg av Taizékommuniteten i Frankrike. Taizésanger, bibelintruksjon, gruppesamtaler, stillhet.
- **Musikkretreat:** Taus retreat med levende musikk. Ulla Käll m.fl.