



# Retreat i hverdagen

## Trondheim,

6. mars – 10. mars 2016

(også mulighet for veiledning i  
Steinkjer)

Første og siste kveld:  
Nidaros Pilegrimsgård  
(rett bak Domkirken)

Kl. 19.00-20.30

Pris: kr. 350

Arr. Retreat i Nidaros

### Hva er retreat i hverdagen?

Det er en mulighet for dem som ønsker å sette av noe tid gjennom en uke til stillhet og meditasjon.

Midt i hverdagens gjøremål innbys du til en 5 dagers «vandring» sammen med en personlig medvandrer.

Alle våre veiledere/medvandrere er medarbeidere som selv har faglig og personlig erfaring med åndelig veiledning.



Målet for retreaten er å bli mer våken/vår for å se Guds spor i eget liv.

### Ramme:

To felles samlinger:

Søndag 6. mars kl. 19.00-20.30

Torsdag 10. mars kl. 19.00-20.30  
begge på Nidaros Pilegrimsgård  
(rett bak Domkirka)

Hver dag møter du din medvandrer til personlig samtale.

Bosatt utenfor Trondheim:  
Du kan bestille overnatting på Nidaros Pilegrimsgård. Eller få veiledning i Steinkjer.

Mulig med veiledning på engelsk.

### Hva forventes av deg som deltager?

- at du er villig til å sette av ca. 1/2 time i løpet av dagen, hver dag gjennom retreaten, til stillhet og meditasjon.
- å komme til personlig veiledning/samtale ca. 1/2 time hver dag.
- delta på åpnings- og avslutningssamlingen

Ønsker du mer informasjon

kan du kontakte:

Hilde-Anette Løvenskiold Grüner

- prest

tlf: 901 30 939

e-post: hagruner@gmail.com

Hilde Rosenkrantz - prest

tlf: 926 85 263

e-post: hr544@kirken.no

**Påmelding skjer til de samme,  
innen 28.februar**

### For hvem:

Alle som er interessert i å bruke tid i stillhet/samtale  
- uansett kirketilhørighet

Oppgi tlf., evt. e-post, og om du ønsker veiledning i Trondheim eller Steinkjer. Skriv også om du vil ha samtale formiddag eller kveld.