

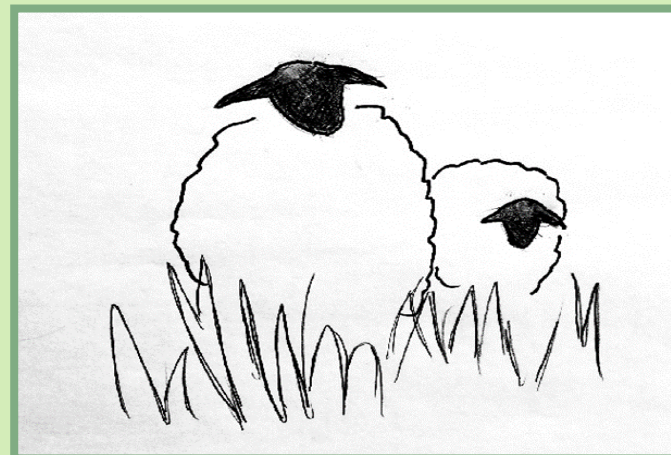
## **Bildarbete**

*Man målar själv sina inre bilder. En möjlighet att uttrycka tankar, känslor, erfarenheter på ett symboliskt och ordlöst sätt.*

*Tidigare erfarenhet av att måla, att "kunna måla" är inte en förutsättning. Alla kan uttrycka något med linjer, former och färger.*

*Den avgörande skillnaden från övrigt bildskapande, är sättet att efter målandet betrakta och utforska bildens innehåll, med hjälp av bildterapeuten.*

*Läs mera på [www.bildterapeut.nu](http://www.bildterapeut.nu).*



# **Retreat**

## ***Varför bekymrar ni er ?***

20-23 Juni Meldersteins Herrgård

1-4 Sep Munkviken



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



*Munkvikens kurs och lägergård är belägen söder om Lövånger*



## Meldersteins Herrgård

*Under denna retreat ges möjlighet att måla sina inre bilder, tankar, känslor och erfarenheter.*

Ledare:

Lena Brunell (Pastor Equmeniakyrkan Kalix)

Lena Bäckström (Bildterapeut)

Retreaten börjar Mån 20 /6 kl. 19.00

Avslutning Tors 23/6 kl. 14.00

Kostnad: 2 350 kr resp. 2 600 kr för den som väljer inriktningen med Bildarbete.

## Munkviken

Ledare:

Lena Brunell (Pastor Equmeniakyrkan Kalix)

André Jakobsson (Regional kyrkoledare)

Retreaten börjar Tors 1/9 kl. 19.00

Avslutning Sön 4/9 kl. 14.00

Kostnad: 2 700 kr



Anmälan finns på hemsidan fr.o.m. 15 /3 [www.equmeniakyrkan.se/nord](http://www.equmeniakyrkan.se/nord)

Faktura skickas efter anmälan.

Vid frågor kontakta André Jakobsson

Tel: 070-697 06 13 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.



*" 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.

### 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 finns 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.*