

OPLYSNINGER:

Dato: Torsdag d. 26. februar til søndag d. 1. marts 2026

Medbring: Bibel, salmebog, dyne, pude, sengetøj og håndklæder o.a. til personlig brug. Og måske en kreativ ting som kan gavne dig i retræten, såsom strikkesøj, snittegrej, en lille praktisk hobby, dagbog osv.

Pris: 1.600,- kr. pr. person i enkeltværelse, indtil d. 31. januar 2026. Herefter kr. 1.850 kr.

Sted: Kjelsø Lejren: Bøgedal 4, 8643 Ans by

Arrangør: Indre Mission i Region Midt og Region Nord

Retrædeledere:

Diakonikonsulent **Margit Ahlefeldt Simonsen**, Ans
Missionær **Heri Elttør**, Aulum.
Missionær **Hege Lovise Aaen**, Hirtshals

Tilmelding: Skal ske senest søndag d. 15. februar 2026 til: Hege Lovise Aaen, Agerledet 32, 9850 Hirtshals. Mail: hege.aa@indremission.dk
Oplys navn, adresse, telefonnummer samt eventuelle diæthensyn.

Bekræftelse på tilmelding:

Når tilmelding er modtaget, vil du modtage en bekræftelse på, om der er plads, samt oplysninger om betaling.



Indre Mission
Region Nord
Region Midt

BEVÆGELSE..!

RETRÆTE

Med temaet »Bevægelse..!« inviterer vi til nogle stille og rolige dage, hvor du får mulighed for at standse op og overveje, hvor du er – og hvor du er på vej hen. Hvad bevæger dig? Hvad holder dig tilbage? Og hvilken bevægelse ønsker Gud at skabe i dit liv?

Gennem bibeltekster, korte oplæg, vejledet bøn, fælles vandring og stilhed – både alene og i fællesskab – vil vi skabe rum for, at du kan lytte. Ikke til alt det, der larmer, men til Guds ord og til det, der måske har ligget stille i dig selv alt for længe. Nogle bevægelser starter netop i stilheden.

Retrætens program omfatter bibeloplæg, bøn, sang, vandring, refleksion og tid til fordybelse. Der vil være adgang til fællesrum med plads til at læse, tegne/male eller bare hvile. Maden bliver serveret, så du kan spise i ro og taknemmelighed – og lade dagens rytme falde til ro i dig.

Retræten har en fast ramme, men stor frihed. Du vil få god tid til refleksion og mulighed for at bruge vejledende materialer undervejs. Vi holder det enkelt og jordnært. En stor del af retræten foregår i stilhed, men der vil også være mulighed for samtaler med retrætelederne, forbøn og fællessang. Det er først og fremmest din egen rejse med Gud, der er i centrum.

At træde ind i stilheden kan virke uvant, men mange oplever, at netop stilheden giver retning og nyt mod. For nogle starter det med at få ro i kroppen. For andre er det et ord fra Bibelen, der sætter noget i gang. Uanset hvad du kommer med, er du velkommen.

Antallet af pladser er begrænset, så det er først-til-mølle.

Vi glæder os til at byde dig velkommen.

Med venlig hilsen Retrætelederne

PROGRAM

TORSDAG d. 26. februar

- Fra kl. 16.30 Ankomst og inkvartering
17.30 Velkomst, info
18.00 **Aftensmad**
19.30 Hvem er vi og »Min forventning til retræten« Oplæg at tage med ind i retræten
Kaffe
21.30 Vi vandrer ind i stilhedens retræte – God nat!

FREDAG d. 27. februar

- 08.00 **Morgenmad**
09.00 »Morgensang og bibellæsning - tema Bevægelse..!«
10.00 Herefter tid på egenhånd til individuel refleksion, læsning, bøn, gåtur mv.
11.30 »Lectio Divina«
12.00 **Frokost**
13.00 Tid på egenhånd; individuel refleksion, bøn, vandring, og mulighed for samtale og evt. skriftemål med en af lederne.
18.00 **Aftensmad**
19.30 Aften-refleksion
21.30 Vi vandrer ind i stilhedens retræte – God nat!

LØRDAG d. 28. februar

- 08.00 **Morgenmad**
09.00 »Morgensang og bibellæsning - tema Bevægelse..!«
10.00 Herefter tid på egenhånd til individuel refleksion, læsning, bøn, gåtur mv.
11.30 »Lectio Divina«
12.00 **Frokost**
13.00 Vejledet »Pilgrimsvandring«
14.00 Tid på egenhånd; individuel refleksion, bøn, vandring, og mulighed for samtale og evt. skriftemål med en af lederne.
18.00 **Aftensmad**
19.30 Aftenrefleksion
21.30 Vi vandrer ind i stilhedens retræte – God nat!

SØNDAG d. 1. marts

- 08.00 **Morgenmad**
09.00 Morgensamling - tema: »På vej ud i hverdagen igen«
10.00 Afslutning og afrejse