



# ådalenretræte

ÅRSPROGRAM 2020



# Hvad er retræte?

Retræte betyder at "trække sig tilbage". Dette kan - ikke mindst i vor moderne virkelighed - være en nødvendighed for at finde ro og hvile i en meget hektisk og krævende hverdag.

I den kristne tradition har det at søge mod øde steder været en vigtig del af den åndelige praksis.

Vi vil gerne danne en positiv ramme omkring mennesker, der søger fred og hvile, og som har brug for hjælp til at finde nye kræfter midt i en udfordrende hverdag.

Vi vil derfor gerne byde velkommen til et moderne "ørkenliv" - ikke midt i en ørken, men i frodige og nærende omgivelser, hvor den

daglige, meditative praksis, side om side med bibellæsning og bøn danner rammen om en livsrytme, der kan minde om de gamle klostres dagligdag.

Retræten tilbydes som "en vej frem" - altså som en måde at kunne vende tilbage til hverdagen med fornyede kræfter og en anderledes indsigts i livet. Ikke en vej "væk fra verden", men en vej ind i livet, fra et nyt perspektiv. Et perspektiv, hvorfra lydigheden og evnen til at lytte til Gud og sine egne dybere ressourcer bliver næret og bragt frem i lyset.



# Retræterne på Ådalen

Ådalen Retræte udbyder forskellige former for retræter. Fælles for dem er stilheden, en stor frihed til fordybelse og en dagsrytme af tidebønner og måltider, som sætter struktur på friheden.

Selv er vi inspireret af den ignatianske tradition, samt af den svenske retræteleder Magnus Malm, der på en moderne måde har udviklet retrætens form.

Den ignatianske tradition har sit navn efter Ignatius af Loyola, som levede i 1500-tallet, samtidigt med Luther. Han er især kendt for de Åndelige Øvelser, som han udviklede på basis af sine egne erfaringer. Det er vigtigt at lægge mærke til, at han taler om øvelser. Det betyder, at de kun har mening, for så vidt som de bærer frugt uden for øvetiden, uden for retræten, i hverdagslivet. Og han kalder dem åndelige, ikke af foragt for kroppen, men fordi han tager sit udgangspunkt i Guds tiltale, Guds Ord. Det redskab Ignatius vælger til sine øvelser er tekster fra Bibelen, først og fremmest dem, som handler om Jesus. *"For i ham bor hele guddomsfylden i kød og blod"*. Han, som konsekvent kaldte sig selv Menneskesønnen, kan lære os, hvad det dybest set betyder at være menneske.

På de efterfølgende sider finder du beskrivelse af de forskellige retræter som tilbydes af foreningen Ådalen Retræte.

Ådalens faciliteter lejes også ud til andre grupper, der tilbyder retræter. Se en opdateret oversigt på [www.aadalenretraete.dk](http://www.aadalenretraete.dk) under punktet "Kalender".



# 5 dages Retræter i forløb (3 moduler)

## Når kald og arbejde er ét?

Ådalens 5 dages retræter i forløb er især til dig, der er præst, diakon, sognemedhjælper, børne- og ungdomsleder, musiker, menighedsrådsmedlem eller på anden måde aktiv i kirkeligt arbejde.

Når man i sit arbejde dagligt giver til andre, har man et særligt behov for selv at få åndelig næring. Retrætens tilbud om ro og fordybelse er for mange blevet en kilde til udvikling og vækst af egne åndelige rødder.

Retræterne har særligt fokus på de forhold, der gælder for dem, der arbejder med mennesker. Hvad gør det ved min identitet og gudsrelation, at Gud er min "arbejdsgiver"? Hvordan kan min tjeneste og lederskab blive formet af mit indre liv med Gud, og ikke kun være en reaktion på de ydre omstændigheder i mit arbejde og liv?

De tre 5 dages retræter har et sammenhængende forløb. Formålet er, at samspillet mellem det, der gennemlevs på retræterne, og det, der udlevs i hverdagslivet, skal give næring til en langsigtet proces. Deltagerne vælger selv intervallet mellem deres tre 5 dages retræter. Vi anbefaler ca. et år mellem hver. Man forpligter sig ikke på mere end én retræte ad gangen.

Fælles for de tre retræter er stilheden og dagsrytmen med tidebøn, nadver, bibelmeditationer, oplæg med refleksioner, god tid til personlig fordybelse og vandringer i naturen samt mulighed for personlige vejledningssamtaler.

Retræterne ledes af Johannes & Heidi Lind Pedersen. Derudover medvirker forskellige præster på forløbet.

**Retræte I udbydes 2. – 7. februar 2020 og 4. – 9. oktober 2020**

**Retræte II udbydes 8. - 13. marts 2020**

**Retræte III udbydes i 2021 (dato meldes ud senere)**

5 dages retræterne har ankomst søndag kl. 17 og slutter fredag kl. ca. 10.

### Retræte I

Ser på Jesu kald til os om at følge ham og på det, som hindrer os: negative gudsbilleder; ubearbejdede fromhedsmønstre; manglende kontakt med, hvad vi egentlig vil; uklare motiver og mål for efterfølgelsen; et udtørret bønsliv mm.

### Retræte II

Fortsætter med at udfolde det i den enkeltes hverdag, med fokus på lederrollen og opfattelsen af kald, identitet og tjeneste. Hensigten er at få flyttet det indre tyngdepunkt fra tjenesten til Gudsrelationen.

### Retræte III

Trækker på slidstærk kristen spiritualitet for at give den enkelte redskaber til at fortsætte sit eget indre arbejde. Vi går dybere ind i spørgsmål omkring gudsbillede, bøn, ørkenerfaring og åndelig skelneevne.





## Individuelle vejledte retræter

En individuelt vejledt retræte tager udgangspunkt i dig og dit liv, og det du bringer med dig. Retræten foregår i stilhed og hver dag har du en samtale med retrætelederen, der lytter til dig og går med dig et stykke af vejen. Sammen med retrætelederen finder du den rytme, der passer dig. Du har mulighed for at deltage i husets tidebønner og daglige gudstjeneste.

Prisen for enkelte dage er 800kr. pr. dag. Rabat ved 8 eller 10 dage.

**Mulighed for at vælge et færre antal dage som det passer for den enkelte.**

Retræten er inspireret af De Åndelige Øvelser af Ignatius af Loyola.

### **Forår:**

10 dage i perioden d. 17. - 28. januar 2020

5 dage i perioden d. 2. - 7. februar 2020

5 dage i perioden d. 8. - 13. marts 2020

### **Efterår:**

10 dage i perioden d. 28. august – 8. september 2020

5 dage i perioden d. 4. - 9. oktober 2020

**Mulighed for De åndelige øvelser i 3 dele. se hjemmesiden [www.aadalenretraete.dk](http://www.aadalenretraete.dk)**

# De åndelige øvelser i tre dele

De Åndelige Øvelser er en hjælp til at fokusere på det, der er virkelig væsentligt i dit liv. De hjælper dig med at udvikle et levende fællesskab med Kristus og fungerer som en indføring i bøn. De fører ofte til en afklaring og dybere forståelse omkring Guds vej og virke for dig personligt.

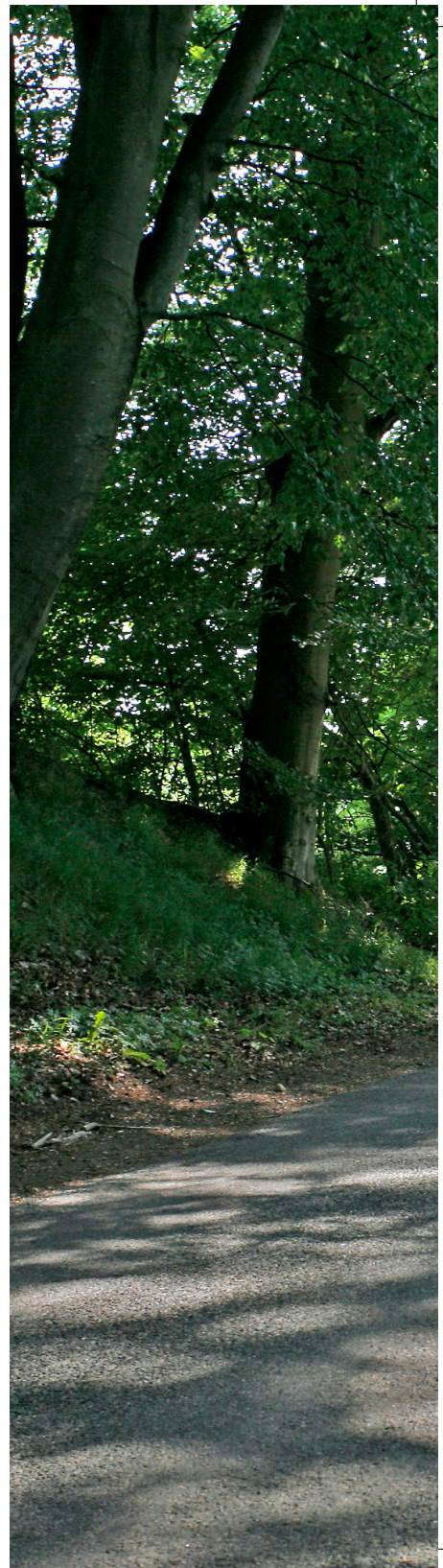
Øvelserne, som i deres fulde længde varer 30 dage, bliver opdelt i perioder af 3x10 dage. En fordel ved denne form er, at man har mulighed for at gøre erfaringer med øvelserne i hverdagen i den mellemliggende periode.

**I 2020 udbydes 2 perioder:**

**17. - 28. januar og 28. august – 8. september**

**I 2021 udbydes De Åndelige Øvelser i sammenhæng over godt 30 dage fra 19. august – 21. september**

**Se mere på [www.aadalenretaete.dk](http://www.aadalenretaete.dk)**









# Temaretræter

Disse retræter er enkeltstående retræter, hvor der sættes fokus på et særligt tema.

10. januar kl. 17 – 12. januar kl. 14

## “Veje Gud tør kende” - En samtaleretræte om tro, liv og livsfaser

Retræteledere: Anders Laugesen, programmedarbejder ved DR, og Lene Højholt, præst og forfatter

I fortravlede hverdage kan det være vanskeligt at finde ro til refleksion og samtale om det, der angår os allermest. Denne weekendretræte er et tilbud om et samvær med andre i stilhed, tro og samtale. Der vil være oplæg fra retrætelederne som udgangspunkt for samtaler, og der vil være fælles stille meditation og stilhedsperioder. Bibeltekster vil have en central plads, og troens betydning for vores møde med livet vil være det overordnede tema.

21. februar kl. 17 – 23. februar kl. 14

## “Stilhedsretræte med Kristuskrans, og fordybelse i Fadervor.”

Retræteleder: Elsebeth Dediou

På denne weekend-retræte tager vi udgangspunkt i Kristuskransen, som også kan bruges til at bede Fadervor. Vi gennemgår Kransen og fordyber os i “Fadervor”.

Andagterne vil være opbygget omkring en af bønnerne i Fadervor og relaterer til den aktuelle perle. Ligeledes vil musik være en fast del af andagterne.

Der bliver også mulighed for en session med opmærksomhed på “krop, bevægelse og dans.” Det er en fordel at have sin egen Kristuskrans – kan f.eks. købes på hos [www.bibelselskabet.dk](http://www.bibelselskabet.dk) eller [www.eksistensen.dk](http://www.eksistensen.dk) og koster ca. 85 kr. (+ forsendelse)

28. februar kl. 17 – 1. marts kl. 14

## Mød mig nu som den jeg er

Retræteleder: Ulla Käll, musiker og diakon i Eumeniakyrkan

På retræten inviteres du til at lande i livet, akkurat som det er. Vi søger Guds ansigt, og over os i at vise vores ansigt for ham, sådan som det er her og nu.

Du får hjælp gennem ord, guitar-toner og stilhed.

Fortsættes på de næste sider ...

13. marts kl. 17 - 15. marts kl. 14

## **Stilleretræte for mænd: Selvbillede og Guds billede – hvordan hænger det sammen?**

**Retræteledere: Ruben Knudsen, Johannes Lind Pedersen og Peder Poulsen**

Mand og Mand imellem tilbyder i samarbejde med Ådalen Retræte denne weekend, hvor vi arbejder med begreberne skyld og skam og undersøger, hvordan de spiller ind på vores selvbillede og Guds billede.

Vores selvbillede handler om mange ting, men skyldfølelsen vil ofte gå på den dårlige samvittighed. Det kan vi umiddelbart gøre noget ved. Men selvbilledet, den måde vi ser os selv på, bliver mere grundlæggende ramt af skam. Når vores selvbillede, den måde vi forstår os selv på, er ramt, så rammes den måde, vi forstår Gud på – fx

- jeg føler mig forkert – Gud må være vred på mig...
- jeg føler mig utilstrækkelig – Gud hører ikke min bøn

Denne weekend retræte handler om, hvordan vi kan lade os møde af en elskende og imødekommende Gud, der ønsker at genoprette os, så vi med Hebræerbrevet kan sige:

*... at vi har en sikker trøst, vi som har taget vores tilflugt til at gribe det håb, som ligger foran os. Det håb er som et anker for sjælen; det er urokkeligt og sikkert og rækker ind bag forhængen...*

Retræten afholdes i en ramme af stilhed, med oplæg, tidebønner og mulighed for samtaler med retrætelederne.

27. marts kl. 17 - 29. marts kl. 14

## **“Det befriende kald”**

**Retræteleder: Gunni Børsted**

Imellem alle stemmer, der råber højt til os - forventningerne, kravene, rosen, kritikken, ambitionerne, frygten - er der én stille, stærk stemme, der alene siger det, der kan mætte vores inderste og vise vores ægte livsvej. Det er Skaberens, Genopretterens, stemme. I retrætens stille rammer får vi hjælp til at åbne sindet for dén stemme. Undervejs gives korte oplæg til at reflektere over temaet og til bibelmeditationer, og vi beder tidebønner sammen. Der er desuden mulighed for en vejledningssamtale.

17. april kl. 17 - 19. april kl. 14

### **Retræte med meditativ dans**

**Retræteleder: Sr. Angela Rammé**

*"... uendeligt i håbets dans må pulsen under himlen banke" (Jørgen Gustava Brandt)*

I denne weekend vil vi se på håbet i vores liv. Tekster fra biblen og poesi skal inspirere os til at danse vores håb. Meditativ dans er for mig bøn, der henvender sig til Gud, midtpunkt af vores liv. I gebærde og bevægelse omkring denne midte kan vores længsel og håb komme til udtryk. Kropsøvelser, stille meditation og fælles bøn vil hjælpe os dertil. Weekendens afholdes i en ramme af stilhed.

19. april kl. 17 - 22. april kl. 14

### **Kreativ retræte**

**Retræteledere: Johannes og Heidi Lind Pedersen samt Birgit Elmon som kunstnerisk vejleder**

Vi er skabt til at skabe, og vi rummer hver især en skaberkraft i os. På denne retræte har du mulighed for at udtrykke dig kreativt, lege og fordybe dig i processen på mange forskellige måder. Det handler om at få skabt indtryk til udtryk og finde ind til det eget kreative udtryk. Inspiration vil bl.a. ske via billedmeditationer og keltisk morgen og aftenbøn. Alle er velkomne - det kræver ingen forudsætninger for at være med. Du er velkommen til at tage dine egne materialer med, der er bl.a. akrylmaling, forskellige farver og tegnematerialer, papir og ler til rådighed. Retræten foregår i en ramme af stilhed.

24. april kl. 17 - 26. april kl. 14

### **Tag Ånden ved hånden**

**Retræteledere: Poul Asger Beck og Kirsten Ernen Beck**

I forårets vidunderlige tid, hvor livet myldrer frem alle steder, over vi os denne retræte i at finde ind til Livets kilde. Tag Helligånden, Livgiveren, ved hånden og gå med på opdagelse - en vandring mod Pinsen.

I løbet af retræten fordyber vi os i fællesskab i nogle af Bibelens opmuntrende ord, og vi betragter sammen nogle af kunstens flotte billeder. En form, hvor alle kan være med. Der vil også være rig lejlighed til personlig samtale eller til at finde ro i andagterne præget af de fredfyldte og meditative Taizé sange. Retræten foregår i en ramme af stilhed.

8. maj kl. 12. – 10. maj kl. 14

### **St. Bededagsretræte**

**Retræteledere: Samarbejde mellem Ådalen, Korsvej og Areopagos**

Formen bliver båret af stilhed i en dagsrytme med tidebønner, bibelmeditationer og input til egen refleksion. I løbet af retræten vil vi stifte bekendtskab med forskellige bønformer, for krop og ånd, der kan være en støtte til at fastholde fællesskabet med Gud midt i en travl hverdag. Der vil blive mulighed for åndelige vejledningssamtaler.

Der er mulighed for at ankomme aftenen før d. 7. maj kl. 17 mod et tillæg på 500 kr. (inkluderer aftensmad, aftenbøn og morgenmad)

Mandag d. 11. maj kl. 17.00 til torsdag d. 14. maj kl. 14.00

### **Livsfaseovergangen fra job til pension**

**Retræteleder: Bent Arendt, Sognepræst v. Skt. Johannes Kirken i Aarhus i samarbejde med Åge Dragsted, fmd. for bestyrelsen, Ådalen Retræte.**

Denne retræte er især til dig, der snart skal på pension eller nylig er kommet det. Pensioneringen er en af de mest forandrende og udfordrende livsovergangsfaser: Tab af jobidentitet og måske magt, ikke at være efterspurgt som før, at miste arbejdsfællesskabets netværk, at give slip. Nogle oplever det som en krise at komme igennem. Andre glæder sig over de nye muligheder: Frihed og tid til at gøre det, man drømmer om, f.eks. mere tid til børnebørn, øvrige familie og venner, fordybelse, nye interesser, rejser og oplevelser. Men også en tid, hvor man mærker, at den fysiske kapacitet bliver mindre, at døden er en realitet, der kommer nærmere sammen med frygten for senere at miste kontrol og mental kapacitet.

Retræten inviterer til fordybelse, til at finde de indre ressourcer og til at styrke tilliden til Gud, som er der gennem hele livet i alle dets udfordringer – og i døden.

Stilleretræte over 3 dage med daglige oplæg og meditationer i Ådalens sædvanlige retræte dagsrytme af tidebønner.

23. oktober kl. 17 - 25. oktober kl. 14

### **“Undervejs - på vej mod genoprettelse”**

**Retræteleder: Gunni Bjørsted**

Skabt godt. Skadet dybt. Elsket højt. Og på vej mod nyskabelse. Sådan er det at være menneske i lys af Jesus. Undervejs på vores livsrejse skal vi navigere - fyldt af og omringet af både problemer og potentiale. Undervejs med Jesus, som selv er vejen. Retræten foregår i en ramme af stilhed og tidebønner. I løbet af retræten gives korte oplæg til at reflektere over temaet og til bibelmeditationer. Der er desuden mulighed for en vejlednings samtale.

6. november kl. 17 - 8. november kl. 14

### **Bibelterapeutisk samspil - i samtale, leg og meditation**

**Retræteleder: Ele Bonde**

De bibelske fortællinger er beretninger om menneskers erfaringer med Gud og om, hvordan deres liv blev helet eller fik nye perspektiver i mødet med det guddommelige. Deres erfaringer er personlige og unikke. Men de rækker også ind i en fællesmængde af menneskelige erfaringer, som skaber genkendelighed for andre end dem. Når vi helt konkret lever os ind i en person, så vækker det, vi oplever dér, minder i vores eget liv. Denne weekend vil vi gå ind i det stærke rum nænsomt, legende og i meditativ langsomhed.

Samtale, leg og meditation foregår i gruppen. Vi arbejder med to bibelske fortællinger, som til sidst bliver samlet i en gudstjeneste. Det kræver ingen forudsætninger, kun en åbenhed overfor de andre i gruppen og sig selv.

20. november kl. 17 - 22. november kl. 14

### **Gud er kærlighed**

**Retræteledere: Poul Asger Beck og Kirsten Ernen Beck.**

I november-mørkets grå og kolde tid går vi på opdagelse i Guds kærlighed, der aldrig svigter. Du er elsket, som den du er, fordi Gud er kærlighed. Lad dig fylde af Guds fuldstændig ubetingede kærlighed. Det lyser op.

I løbet af retræten fordyber vi os i fællesskab i nogle af Bibelens opmuntrende ord, og vi betragter sammen nogle af kunstens flotte billeder. En form, hvor alle kan være med. Der vil også være rig lejlighed til personlig samtale eller til at finde ro i andagterne præget af de fredfyldte og meditative Taizé sange. Retræten foregår i en ramme af stilhed.

# Retræteledere

## **Gunni Bjørsted**

Præst i Det danske Missionsforbund

## **Ele Bonde**

Cand.phil. Leder af Bibelterapeutisk samspil og familieopstilling mm.

## **Poul Asger Beck**

Cand.theol.

## **Kirsten Ernen Beck**

Psykoteraapeut, fhv. overlæge

## **Peder Poulsen**

Cand.theol. og familierapeut

## **Sr. Angela Rammé**

St. Joseph Søster

## **Elsebeth Dedieu**

Samtaleterapeut

## **Lene Suh Nicolaisen**

Cand.theol.

## **Benedicte Tønsberg**

Fhv. stiftspræst for åndelig søgende

## **Bente Lybecker**

Cand.theol.

## **Johannes og Heidi Lind Pedersen**

Forstanderpar på Ådalen Retræte



# Praktiske oplysninger

## Beliggenhed

Ådalen Retræte ligger mellem Randers og Viborg i udkanten af Fussingø skovdistrikt med skoven i baghaven og en skøn udsigt over Nørreådalene. Der er gode vandrestier direkte fra grunden i et meget varieret terræn.

Hovedbygningen er totalrenoveret og fremstår indbydende i lyse farver. Værelsesfløjen er nybygget og rummer 20 enkeltværelser med eget tekøkken, bad og toilet samt en skøn udsigt.

2 af værelserne er specielt indrettede til kørestolsbrugere med handicapgodkendte badeværelser.

I hovedbygningen er der spisestue, dagligstue, kirkerum med vinduer vendt mod skoven, et stort rum til kreative formål, 2 samtalerum, toiletter og køkkenfaciliteter.

## Tilmelding

Vælg én af følgende muligheder:

- På hjemmesiden: [www.aadalenretraete.dk](http://www.aadalenretraete.dk) tryk på "Ådalen egne retræter" og udfyld tilmelding
- På mail: [info@aadalenretraete.dk](mailto:info@aadalenretraete.dk), skriv retrætes titel og dato, navn, adresse og tlf.
- Telefon 42 43 59 47

Har du behov for særlig kost eller handicapvenligt værelse, skal det oplyses ved tilmeldingen.

## Betaling

Depositum indbetales på konto 7738 1328770 ved tilmelding mrk. med datoerne for retræten. Depositum refunderes ikke ved en evt. afmelding.

Restbeløbet indbetales på samme kontr. inden retrætes start.

## Udlejning

Ådalen Retrætes faciliteter lejes også ud til andre grupper og foreninger, der arrangerer

retræter. Oplysninger om vilkår for udlejning findes på hjemmesiden under "Udlejning". Aktiviteter arrangeret af lejere fremgår af menupunktet "Oversigtskalender". Her fremgår det også, om det er et åbent arrangement, man kan tilmelde sig, eller et lukket arrangement.

## Foreningen Ådalen Retræte

Foreningen Ådalen Retræte blev dannet i foråret 2010 og er en fælleskirkelig forening, der ønsker at rumme mennesker uanset kirketilhørsforhold.

Foreningens formål er at styrke kristenlivet og den kristne tro, primært ved at afholde retræter og tilsvarende arrangementer, der opbygger den enkeltes personlige tro og Gudsrelation. Bestyrelsen er sammensat af personer med bagland i forskellige kirkesamfund, og som er fælles om den apostoliske trosbekendelse.

## Bliv medlem

Bliv medlem af foreningen Ådalen Retræte ved at klikke dig ind på hjemmesiden [www.aadalenretraete.dk](http://www.aadalenretraete.dk) - følg linket "Bliv medlem". Her kan du også finde yderligere information om Ådalen Retræte. Du er også velkommen til at ringe på 4243 5947.

## Støt økonomisk

Ådalen Retræte drives delvis ved hjælp af frivillige bidrag. Ådalen Retræte er godkendt til at modtage gaver med mulighed for skattefradrag. Se hjemmesiden [www.aadalenretraete.dk](http://www.aadalenretraete.dk) - følg linket "Økonomi". Du er også velkommen til at ringe på 4243 5947.

**Ådalen Retræte, Gl. Viborgvej 400,  
8920 Randers NV**

**[info@aadalenretraete.dk](mailto:info@aadalenretraete.dk)  
Telefon 42 43 59 47**

# Foreningen Ådalens egne retræter 2020

– mere omtale inde i folderen.

| Retræte  | Tidspunkt           | Retræteledere                                   | Pris I alt          | Depositum |
|--|---------------------|---|---------------------|-----------|
| "Veje Gud tør kende" samtale retræte om tro, liv og livsfaser                | 10. - 12. jan.      | Anders Laugesen og Lene Højholt                 | 1800                | 500       |
| 10 dages individuel vejledt retræte  | 17. - 28. jan.      | Se nederst *                                    | 6950<br>800 pr. dag | 500       |
| De Åndelige Øvelser, 10 dg   | 17. - 28. jan.      | Se nederst *                                    | 6950                | 500       |
| 5 dages retræte i forløb I   | 2. - 7. feb.        | Johannes og Heidi Lind Pedersen                 | 3950                | 500       |
| 5 dages individuel vejledt retræte   | 2. - 7. feb.        | Se nederst *                                    | 4000<br>800 pr. dag | 500       |
| Stilhedsretræte med Kristuskrans og Fadervor                                 | 21. - 23. feb.      | Elsebeth Dedieu                                 | 1600                | 500       |
| Weekendretræte<br>"Mød mig nu, som den jeg er"                               | 28. feb. - 1. mar.  | Ulla Käll                                       | 1800                | 500       |
| 5 dages retræte i forløb II  | 8. - 13. mar.       | Johannes og Heidi Lind Pedersen                 | 3950                | 500       |
| 5 dages individuel vejledt retræte   | 8. - 13. mar.       | Se nederst *                                    | 4000<br>800 pr. dag | 500       |
| Retræte for mænd – "Selvbillede og Gudsbillede" - hvordan hænger det sammen? | 13. - 15. mar.      | Ruben Knudsen, Peder Poulsen, Johannes Pedersen | 1900                | 500       |
| Weekendretræte<br>"Det befriende kald"                                       | 27. - 29. mar.      | Gunni Bjørsted                                  | 1600                | 500       |
| Weekendretræte med meditativ dans  | 17. - 19. apr.      | Sr. Angela                                      | 1600                | 500       |
| Kreativ retræte  | 19. - 22. apr.      | Birgit Elmon, Johannes og Heidi Lind Pedersen   | 2450                | 500       |
| Weekendretræte<br>"Tag Ånden ved hånden"                                     | 24. - 26. apr.      | Poul Asger Beck, Kirsten Ernen Beck             | 1600                | 500       |
| St. Bededagsretræte  | 8. - 10. maj        | Samarbejde med Korsvej og Areopagos             | 1600                | 500       |
| Livsfaseovergangen fra job til pension, retræte på hverdage                  | 11. - 14. maj       | Bent Arendt og Åge Dragsted                     | 2400                | 500       |
| De Åndelige Øvelser, 10 dg   | 28. aug. - 8. sept. | Se nederst *                                    | 6950                | 500       |
| 10 dages individuel vejledt retræte  | 28. aug. - 8. sept. | Se nederst *                                    | 6950<br>800 pr. dag | 500       |
| 5 dages retræte i forløb I   | 4. - 9. okt.        | Johannes og Heidi Lind Pedersen                 | 3950                | 500       |
| 5 dages individuel vejledt retræte   | 4. - 9. okt.        | Se nederst *                                    | 4000<br>800 pr. dag | 500       |
| Weekendretræte, "Undervejs - på vej mod genoprettelse"                       | 23. - 25. okt.      | Gunni Bjørsted                                  | 1600                | 500       |
| Bibelterapeutisk samspil   | 6. - 8. nov.        | Ele Bonde                                       | 1600                | 500       |
| Weekendretræte<br>"Gud er kærlighed"   | 20. - 22. nov.      | Poul Asger Beck, Kirsten Ernen Beck             | 1600                | 500       |

\* Vi har en gruppe erfarne vejledere på de individuelle vejledte retræter samt De Åndelige Øvelser. Kontakt os for nærmere oplysninger.

Der kan ske ændringer i programmet. Se opdateret program på hjemmesiden [www.aadalenretraete.dk](http://www.aadalenretraete.dk)