

# Stille døgnet i retreatramme

med mulighet for rosenbehandling

13. - 14. mars 2018

## På Utstein Pilegrimsgard



Et stillhetens sted som viser vei til Kristus

Retreat vil si å trekke seg tilbake for å finne hvile, indre samling og orientering i den livs-situasjon man befinner seg i.

På retreat kan en ha fokus på Jesus og på forholdet til Ham.

Et stille døgnet i retreatramme, er en mulighet til å trekke seg tilbake fra hverdagen, for et døgnet.

Stille døgnet begynner med middagsbønn og påfølgende lunsj på tirsdagen og avsluttes etter lunsj på onsdagen. Vi spiser måltider i stillhet, mens vi lytter til musikk.

Det vil bli mulighet for å få en samtale og en rosenbehandling.

Rosenmetoden er en metode der terapeuten med sin tilstedeværelse og myke berøring, lytter til kroppen og dens signaler. Følelser som holdes på avstand fordi de var for overveldende, upassende eller ikke riktige, kan ubevist føre til spente muskler. Frigjøring av spente muskler og tilbakeholdt pust, kan gi mer selvinnsett og mer kontakt med mennesket en er skapt til å være.

(For mer info:

[http://rosenmetoden.no/terapeuter/marianne\\_borsheim.html](http://rosenmetoden.no/terapeuter/marianne_borsheim.html)

Marianne Børsheim er vernepleier og sertifisert Rosenterapeut siden juni 2013.



Reidun Kyllingstad, diakon ved Utstein Pilegrimsgard, leder retreaten og tilbyr samtale.

Pris kr.1500,-. Betaling ved ankomst (kortterminal) Faktura kan bli tilsendt hvis ønskelig.

Påmelding fortløpende på våre nettsider.

Beliggenhet:

Utstein Pilegrimsgard ligger like ved Utstein kloster på Klosterøy i Rennesøy kommune. Med bil er det 25 km nord for Stavanger sentrum.

Buss nr. 10 går fra Stavanger mot Rennesøy. Bussbytte på Sokn til buss nr. 33, for enkelte ruter. Ellers kan det avtales henting ved Askjekrysset. Det er 7 km fra hovedveien og til Pilegrimsgarden. Kystbussen fra Bergen/ Haugesund til Mosterøy. Henting avtales for de siste 7 km.

**Tidligere retreatdeltakere sier:**

- Ein etterlengta opplevelse av å finna/ høyra til i Guds ord/ Lyset er sannhet. Rosenbehandling var fin "opnar" og god oppleving.
- Fantastisk. God mat. God tid. Gode blikk. God berøring. God stillhet. Godt å bare være.
- Et godt pusterom i en hektisk hverdag