

# RETREAT I ADVENTSTID

JESUS SÄGER:

”Lugn, det är jag.  
Var inte rädda”

**Lördagen den 2 december 9.30–15.00**  
**Kyrkan vid Brommaplan**

Låt vila och tystnad få leda dig in i adventstiden, en tid på året som är mörk och ofta stressig. Utgångspunkten för retreaten är Jesu ord från Matt 14:27: ”Lugn, det är jag. Var inte rädda”. I retreatens form med sånger, växelläsning, bön, tystnad och meditation välkomnas du att ta paus några timmar från din vardag för att få tid hinna ifatt dig själv, be och vila. Du får möjlighet att lägga av bördor, söka nya perspektiv och få kraft för ditt liv.

Under dagen erbjuds du också möjligheten att boka livssamtal med en person från kyrkans själavårdsgrupp. Retreaten bygger på den kristna traditionen, men det krävs ingen särskild tro eller bekännelse för att delta.

Välkommen!

**KLAS ERIKSSON**, pastor i Kyrkan vid Brommaplan  
leder retreaten tillsammans med andra ledare från kyrkan.

## PROGRAM:

- Vi börjar med drop in fika mellan kl 9.30 och 10.00.
- Kl 10.00 presenterar vi hur dagen är upplagd och efter det går vi in i tystnaden. Du får då mycket tid för dig själv, men också möjlighet att delta i gemensamma andaktsstunder med bön, sång, andlig vägledning och meditation. De gemensamma samlingarna är helt frivilliga.
- Vi avslutar dagen ca kl 15.

**ANMÄLAN:** Senast den 27 november till [info@kvibro.se](mailto:info@kvibro.se) eller 070-491 12 65. Anmäl om det är någon mat du inte tål.



**FRÅGOR:** Kontakta Klas Eriksson [klas@kvibro.se](mailto:klas@kvibro.se) 070-491 12 65

**AVGIFT:** 100 kronor inkluderar fika och lättare lunch. Avgiften betalas på plats kontant, med swish eller kort.