



Sandom. Ved foten av Jotunheimen.  
Nær Lom i Ottadalen

## Priser 2017

Prisen er fleksibel innenfor en ramme. Vi ønsker at den som trenger å komme på retreat ikke skal hindres av prisen, samtidig har retreatstedene behov for inntekter. Dette kan løses ved at de som har mulighet til det, betaler maksimumsprisen. Egen studentpris.

- 2 overnattinger: kr 1500–2800
- 3 overnattinger: kr 2000–3600
- 4 overnattinger: kr 2500–4400
- 5 overnattinger: kr 3000–5200

Se flere detaljer på hjemmesidene.

Retreatene arrangeres med støtte fra:



### TOMASGÅRDEN

Fagerlivn 12, 1796 Kornsjø  
t 69197820/48891281  
e [retreat@tomasgarden.no](mailto:retreat@tomasgarden.no)  
[www.tomasgarden.no](http://www.tomasgarden.no)

bankgiro 3000.15.45996  
Svensk postgiro 42 78-8



### SANDOM RETREATSENTER

Kollav. 334, 2686 Garmo  
t 61212745  
e [retreat@sandom.no](mailto:retreat@sandom.no)  
[www.sandom.no](http://www.sandom.no)

bankgiro 3000.27.03056  
Svensk postgiro 68 88 31-7

Tomasgården. Ved den vakre, stille Kornsjøen. Like ved Halden.

Noen ganger trenger vi avstand for å se klart. Midt i det dagligdage mister vi ofte fokus på det viktigste. På Sandom og Tomasgården kan du trekke deg tilbake for stillhet, bønn og meditasjon. Våre retreatsteder ligger vakkert til med mange muligheter for naturopplevelser, hvile og rekreasjon. Du får stoppe opp, legge hverdagen til side og bare være. Du får enkeltrom, går til dekket bord og kan delta på tidebønner i kapellet.

Jesus Kristus er retreatens sentrum. Retreaten gir deg rom og stillhet til å nærme deg Gud i ditt eget tempo. Under oppholdet gis det veiledning i meditasjon og bønn, og du har mulighet til å møte retreatleder til samtale og forbønn.

Velkommen til retreat med dine spørsmål og din åndelige lengsel. Kanskje kan en retreat hjelpe deg til å bli bedre kjent både med deg selv og Jesus, og oppdage hva han inviterer deg til?

Velkommen til retreat.



GI DEG SELV  
EN PAUSE I  
HVERDAGEN.



TOMASGÅRDEN

# RETREATER 2017

SANDOM RETREATSENTER





# SANDOM RETREATSENTER



PROGRAM  
2017

# TOMASGÅRDEN



uke 7	16.–19.2 (to-sø)	<b>Enneagrammet.</b> «Utviklingsveier». Videregående kurs m/Nina Sjøvoll. Pris: 2400-4000
uke 9	1.–5.3 (on-sø)	<b>Vinter-retreat m/skimulighet.</b> Delvis taushet.
uke 10	6.–12.3 (ma-sø)	<b>Taus retreat med fleksibel lengde.</b> Tilbud om åndelig veiledning.
uke 14	8.–12.4 (lø-on)	<b>Påskeretreat 1 m/skimulighet.</b> Delvis taushet.
uke 15	12.–16.4 (on-sø)	<b>Påskeretreat 2.</b> Påskens mysterium dag for dag. Pris: 2800-4700
uke 21	24.–28.5 (on-sø)	<b>Kristi Himmelfarts-retreat</b> med delvis taushet.
uke 22	2.–5.6 (fr-ma)	<b>Fra sans til samling.</b> Pinseretreat med vandringer og sanseopplevelser.
uke 25	22.–25.6 (to-sø)	<b>Enneagrammet.</b> Grunnkurs med Nina Sjøvoll. Pris: 2400-4000
uke 26	26.6-1.7 (ma-lø)	<b>Retreat med fjellturer</b> utenom allfarvei.
uke 27/28	3.–12.7 (ma-on)	<b>Ignatiansk retreat.</b> Taus retreat med enklere dagsprogram og individuell åndelig veiledning.
uke 28	13.–16.7 (to-sø)	<b>Taizéretreat.</b> Dager med bønn, sang og stillhet inspirert av Taizé-fellesskapet i Frankrike. Ledet av Ulla Käll. Pris: 2400-4000
uke 29	18.–23.7 (ti-sø)	<b>Retreat med fjellturer</b> utenom allfarvei.
uke 30	25.–30.7 (ti-sø)	<b>Taus retreat.</b> Tilbud om åndelig veiledning.
uke 32	7.–12.8 (ma-lø)	<b>Sommer-retreat</b> med delvis taushet.
uke 33	14.–19.8 (ma-lø)	<b>Retreat med lange fjellturer</b> utenom allfarvei.
uke 36	4.–8.9 (ma-fr)	<b>Fokus og vidsyn.</b> Retreat med kamera og pensel i fjellet. Pris: 2800-4700
uke 37	11.–16.9 (ma-lø)	<b>Retreat med fjellturer</b> utenom allfarvei.
uke 39	28.9–1.10 (to-sø)	<b>Temaretreat «I møte med lidelsen»</b> med Torborg Aalen Leenderts. Gudsbilde, gudsforventninger – og livsforsoning.
uke 40	2.–8.10 (ma-sø)	<b>Taus retreat med fleksibel lengde.</b> Tilbud om åndelig veiledning.
uke 44	2.–5.11 (to-sø)	<b>«Undertyper i Enneagrammet».</b> Videregående kurs med Nina Sjøvoll. Pris: 2400-4000
uke 45	7.–12.11 (ti-sø)	<b>Høst-retreat</b> med delvis taushet.
uke 51	22.–26.12 (fr-ti)	<b>Juleretreat</b> med delvis taushet. Pris: 2800-4700
uke 52	29.12–1.1 (fr-ma)	<b>Nyttårsretreat</b> med delvis taushet. Pris: 2300-3900



uke 7	16.–19.2 (to-sø)	<b>«Og lyset skinner i mørket»</b> – ord og gitartoner v/ Ulla Käll. Taus retreat. Pris: 2400-4000
uke 8	23.–26.2 (to-sø)	<b>Stille dager i vinterferien.</b> Retreat med delvis taushet.
uke 11	15.–19.3 (on-sø)	<b>Taus retreat</b> – i fastetid.
uke 12	24.–26.3 (fr-sø)	<b>En smak av retreat.</b> Helgeretreat med delvis taushet.
uke 15	12.–16.4 (on-sø)	<b>«Livet vant – dets navn er Jesus!»</b> Vi følger påskens drama dag for dag. Pris: 2800-4700
uke 17	27.–30.4 (to-sø)	<b>Retreat</b> med delvis taushet.
uke 21	24.–28.5 (on-sø)	<b>Taus retreat</b> – Kristi Himmelfart.
uke 22/23	2.–9.6 (fr-fr)	<b>Ignatiansk retreat (taus)</b> – med enklere dagsprogram og individuell åndelig veiledning. Pinse.
uke 24	15.–18.6 (to-sø)	<b>Pilegrimsretreat.</b> Vandringsdager i grenseland, med overnatting på Tomasgården.
uke 26	27.-6-2.7 (ti-sø)	<b>Fleksibel ferie/retreat-uke.</b> Bli med så mange dager du ønsker. Pris: 700 pr. døgn
uke 33	17.–20.8 (to-sø)	<b>Markens grøde.</b> Sanking av skogens gull – med retreatsmak.
uke 34/35	25.8–1.9 (fr-fr)	<b>Ignatiansk retreat (taus)</b> – med enklere dagsprogram og individuell åndelig veiledning.
uke 37	14.–17.9 (to-sø)	<b>Taizé-retreat.</b> Dager med bønn, sang og stillhet inspirert av Taizé-fellesskapet i Frankrike. Ledet av Ulla Käll. Pris: 2400-4000
uke 39	27.9.–1.10 (on-sø)	<b>Taus retreat</b>
uke 40	6.–8.10 (fr-sø)	<b>«Se mot lyset»</b> – retreat for unge voksne (20-40 år) Pris: 1200
uke 41/42	13.–22.10 (fr-sø)	<b>Ignatiansk retreat (taus)</b> – med enklere dagsprogram og individuell åndelig veiledning
uke 44	2.–5.11 (to-sø)	<b>Retreat</b> med delvis taushet.
uke 45	9.–12.11 (to-sø)	<b>«Å be med Kristuskransen».</b> Temaretreat med delvis taushet v/Sølve Næss-Holm.
uke 48	30.11–3.12 (to-sø)	<b>Musikk-retreat i adventstid.</b> Taus retreat med levende musikk. Ulla Käll m.fl. Pris: 2400-4000
uke 49	7.–10.12 (to-sø)	<b>Adventsretreat</b> – med delvis taushet.
uke 52	29.12–1.1 (fr-ma)	<b>Nyttårsretreat</b> med delvis taushet. Pris: 2300-3900

Ønsker du noen dager for deg selv? Eller overnatting på veien?

Vi tilbyr overnatting utenom retreatsenter.  
Ta kontakt med Sandom: [retreat@sandom.no](mailto:retreat@sandom.no)

Vi trenger flere frivillige.  
Er det deg?

Vil du hjelpe til på en eller flere retreat på Tomasgården eller Sandom? Ta kontakt!

