

På **Sandom** og **Tomasgården**

kan du trekke deg tilbake for
stillhet, bønn og meditasjon.

Jesus Kristus er retreatens sentrum.

Retreaten gir deg **muligheter** til å
nærme deg Gud i **ditt eget tempo**,
eller kan man kan si at
retreat gir Gud rom for å nærme seg deg.

Å komme på retreat kan hjelpe deg til

å **lande** på **innsiden**,

bli bedre kjent med Jesus og

oppdage hva han **inviterer** deg til.

Hos oss får du komme som du er, stoppe opp,

legge hverdagen til side og **bare være**.

Du får enkeltrom, kommer til **dekket bord**

og kan delta på **tidebønn** og

gudstjenester i kapellet.



Retreat – et rom

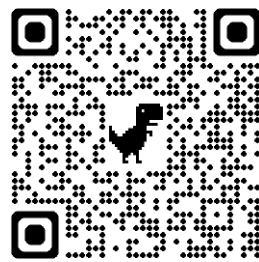
hvor **Gud møter** mennesker og

mennesker møter Gud.



Info og påmelding:

sandom.no

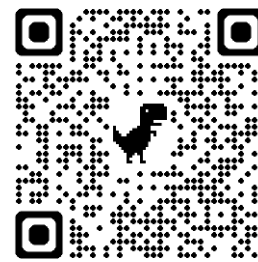


Sandom Retreatsenter
Kollaveien 334
2685 Garmo
Tlf. 458 70 414
retreat@sandom.no



Følg oss gjerne

tomasgarden.no



Tomasgården
Fagerliveien 12
1796 Kornsjø
Tlf. 488 91 281
retreat@tomasgarden.no

Felles bankkonto:

Gaver: 2085.63.43589

NB! Merk gaver med Sandom eller Tomasgården



TOMASGÅRDEN

SANDOM RETREATSENTER



Program 2025

SANDOM RETREATSENTER



10. – 15.2.	Ignatiansk retreat. Taus retreat med enklere dagsprogram og individuell åndelig veiledning. Pris: 7300-4600
3. – 8.3.	VM-fri-retreat med tilbud om skiturer. Delvis taushet. Pris 6900-4200
10. – 16.3.	Stillheten det gror i. Taus retreat med fleksibel lengde. Tilbud om individuell åndelig veiledning. Velg antall dager selv. Pris: Se www.sandom.no
16. – 19.3.	Ved- og vaskedugnad. Dager med fellesskap og tidebønner.
3. – 6.4.	Ignatiansk retreat. Taus retreat med enklere dagsprogram og individuell åndelig veiledning. Pris: 5000-3200
12. – 16.4.	Ledetråder mot påske. Retreat med delvis taushet. Pris: 5800-3500
30.4 – 4.5	Topptur med Jesus. Retreat med dagsturer på randonee/telemarkski i Jotunheimen. Delvis taushet. Pris: 5800-3500. Studentpris: 3000
2. – 5.6.	Vår-dugnad. Dager med fellesskap og tidebønner.
6. – 9.6.	Pinseretreat for unge voksne. Delvis taushet. Pris: 4600-2800. Studentpris: 2300
23. – 28.6.	Retreat med fjellturer utenom allfarvei. Delvis taushet. Pris: 6900-4200
23. – 28.6.	Å løpe i fjellet med Gud. Retreat med delvis taushet. Pris: 6900-4200. Studentpris 3500
30.6. – 9.7.	Ignatiansk retreat. Taus retreat med enklere dagsprogram og individuell åndelig veiledning. Pris: 11.900-7400
14. – 19.7.	Retreat med fjellturer utenom allfarvei. Delvis taushet. Pris: 6900-4200
21. – 26.7.	Stillheten det gror i. Taus retreat med tilbud om individuell åndelig veiledning. Pris: 7100-4400
28.7. – 2.8.	Lengre, høyere, brattere. Retreat med krevende fjellturer. Delvis taushet. Pris: 6900-4200
11. – 16.8	Taus retreat med fjellturer utenom allfarvei. Pris: 6900-4200
26. – 30.8.	Retreat med delvis taushet. Tilbud om en lett fjelltur. Pris: 5800-3500
4. – 7.9.	Å speile livet. Kurs i retreatramme med bruk av bibliodrama. Med Margit Husevåg. Pris: 5000-3200
7. – 11.9	Høst-dugnad. Dager med fellesskap og tidebønner.
15. – 20.9.	Retreat med fjellturer utenom allfarvei. Delvis taushet. Pris: 6900-4200
28.9.– 5.10.	Stillheten det gror i. Taus retreat med fleksibel lengde. Tilbud om individuell åndelig veiledning. Velg antall dager selv. Pris: Se www.sandom.no
8. – 12.10	Smak av høst. Retreat med mulighet for å uttrykke seg gjennom form og farge. Delvis taushet. Pris: 5800-3500
12. – 16.11.	Kristusikoner. Mer enn et bilde - en veiviser til det hellige. Taus temaretreat med Lise Holm. Pris: 6200-3900
22. – 27.12.	Juleretreat med delvis taushet. Pris: 7300-4600
30.12.– 3.1.	Nyttårsretreat med delvis taushet. Pris: 6200-3900

Forbehold om endringer. Se info på www.sandom.no

TOMASGÅRDEN



14. – 16.2.	Retreathelg for unge voksne (20 – 40 år) Delvis taus. Pris: 3500-2100
26.2. – 2.3.	Stillheten det gror i. Taus retreat. Pris: 5800-3500
6. – 9.3.	Sentrerende bønn - kurs i retreatramme. v/Asle Røhne Rossavik. I samarbeid med Areopagos. Pris: 5000-3200.
12. – 16.3.	Ignatiansk retreat. Taus retreat med enklere dagsprogram og individuell åndelig veiledning v/Ulla Käll. Pris: 6200-3900
27. – 30.3.	Taizé-retreat. Dager med bønn, sang og stillhet inspirert av Taizéfellesskapet i Frankrike v/Ulla Käll. Pris: 5000-3200
3. – 6.4.	Å vandre på hvilens vei. Delvis taus temaretreat v/Eivind Arnevåg og Øystein Udnes. Pris: 5000-3200
16. – 20.4.	Påskeretreat. Påskens mysterium dag for dag. Delvis taus. Pris: 6200-3900.
24. – 27.4.	Stillheten det gror i. Taus retreat. Pris: 4600-2800
6. – 11.5.	Ignatiansk retreat. Taus retreat med enklere dagsprogram og individuell åndelig veiledning v/Ulla Käll. Pris: 7300-4600
13. – 16.5.	Dugnadsdager med fellesskap og tidebønn.
23.5. – 1.6.	Ignatiansk retreat. Taus retreat med enklere dagsprogram og individuell åndelig veiledning v/Ulla Käll. Pris: 11900-7400
12. – 15.6.	Skaperverkets lengsel. Delvis taus temaretreat. Pris: 5000-3200
25. – 29.6.	Ferieretreat med enklere program. Delvis taus. Pris: 5800-3500
29.7. – 3.8.	Pilegrimsretreat langs Borgleden fra Elgåfossen til Halden. Delvis taus. Pris: 7300-4600
15. – 24.8.	Ignatiansk retreat. Taus retreat med enklere dagsprogram og individuell åndelig veiledning v/Ulla Käll. Pris: 11900-7400
28. – 31.8.	Markens grøde. Retreat med sanking av skogens gull. Delvis taus. Pris: 4600-2800
5. – 7.9.	Høstretreathelg. Delvis taus. Pris: 3500-2100
11. – 14.9.	Mannsretreat. Delvis taus retreat bare for menn. Pris: 4600-2800
25. – 28.9.	Du metter alt levende med nåde. Taus temaretreat v/Ulla Käll. Pris: 5000-3200
2. – 5.10.	Med nål og tråd gjennom Ordet. Delvis taus temaretreat v/Astrid N. Holmen. Pris: 5000-3200
7. – 12.10.	Ignatiansk retreat. Taus retreat med enklere dagsprogram og individuell åndelig veiledning v/Ulla Käll. Pris: 7300-4600
22. – 26.10.	Stillheten det gror i. Taus retreat. Pris: 5800-3500
28. – 30.10.	Dugnadsdager med fellesskap og tidebønn.
6. – 9.11.	Memento Mori - Lær oss å telle våre dager. Kurs i retreatramme. v/Thomas Erlandsen. Pris: 5000-3200
20. – 23.11.	Musikkretreat med levende musikk v/Ulla Käll. Pris: 5000-3200
27. – 30.11.	Adventsretreat. Delvis taus. Pris: 4600-2800
29.12.– 1.1.	Nyttårsretreat. Delvis taus. Pris: 5000-3200

Forbehold om endringer. Se info på www.tomasgarden.no