

## ***Dagsprogram***

### ***Frimodig Kirke Retreat***



#### **Torsdag 25.8.2022**

- 16.00-17.00 Ankomst
- 17.30 Velkomst
- 18.00 Kveldsmat
- 19.00 Innføring i bønn og kristen meditasjon
- 20.00 Gruppemøter der de åndelige veilederne møter sin gruppe
- 20.30 Personlig bønnetid
- 21.30 Kveldsbønn i kapellet

#### **Fredag 26.8.2022**

- 08.00 Vekking
- 08.30 Morgenbønn i kapellet
- 09.00 Frokost
- 10.00 Kristusmystikk i Bibelen
- 11.00 Personlig bønnetid/Individuelle samtaler
- 12.00 Middagsbønn i kapellet
- 12.30 Matpakkelunsj (drikke settes frem).
- 13.00 Fritid/ tur/ og personlig bønnetid
- 13.15 Individuelle samtaler
- 15.00 Stille bønn i kapellet- innføring i hjertebønnen
- 15.30 Fritid/ tur/ personlig bønnetid/ individuelle samtaler
- 17.30 Middag
- 19.00 Fritid/ tur/ personlig bønnetid / individuelle samtaler
- 20.30 Litt frukt, snacks eller enkel bakst settes frem
- 21.30 Kveldsbønn i kapellet

#### **Lørdag 27.8.2022**

- 08.00 Vekking
- 08.30 Morgenbønn i kapellet
- 09.00 Frokost
- 10.00 Personlig bønnetid og individuelle samtaler
- 12.00 Gudstjeneste i kapellet og sendelse
- 12.30 Lunch med oppsummering av retreat og samtale om "vårt rom i Den norske kirke"
- 14.00 Avreise