

Dugnads-retreat

Sandøya retreatsted 4.-6. april 2025

Sandøya retreatsted v/Øystein inviterer til dugnads-retreat!



Og han sa til dem: «Kom med meg til et øde sted hvor vi kan være alene, og hvil dere litt!» For det var så mange som kom og gikk at de ikke fikk tid til å spise engang. (Markus 6,31)

På programmet står bæring, bygging, klargjøring til sommersesongen, kanskje noen utsmykningsoppgaver :-). Og selvfølgelig forefallende arbeid for å forebygge forfall.

Men det skal også bli formiddager i stillhet, og stille tidebønner i Saltkapellet.

Dugnads-retreat er ikke *bare* dugnad, eller *bare* retreat, men begge deler.

Ta med:

- Arbeidsklær, gjerne hansker
- Sengetøy

Pris: 0,-

Send mail til oysteindg@gmail.com hvis du kunne tenke deg å være med.

Foreløpig program:

FREDAG

17.10: Fergen går fra Bellvika. Ankomst Sandøya ca kl 19.15

Det serveres litt fingermat ombord.

19.30: Ankomstbønn og velkomstord i Saltkapellet

Innlosjering

21: Suppe/kveldsmat på kjøkkenet

LØRDAG

08.00-09.30: Glidende stille frokost

09.00-09.20: Stille morgenbønn i Saltkapellet (frivillig)

Ca. 12.30 Lunsj

Arbeid

Ca. 17.30 Middag

Ro/avslapning/tur

19.00-19.20: Stille kveldsbønn i Saltkapellet (frivillig)

En siste arbeidsøkt for dagen?

SØNDAG

08.00-09.30: Glidende stille frokost m/ matpakkesmøring til lunsj og fergeturen

09.00-09.20: Stille tidebønn i Saltkapellet

10.30: Arbeid begynner

Ca. 12.30 Lunsj

Arbeid, rydding av verktøy

15.00-15.30: Middag

Vi pakker + rydder/støvsuger/vasker fellesareal og rom

17.15: Avreisebønn i Saltkapellet

17.45: Avreise. Ankomst Bellvika kl 20.00
