



# S T I C H T I N G RUST en BEZINNING

## **Stilte retraite**

De serene omgeving, de rust en stilte, meditatie en lichte QiGong oefeningen. Dit zijn samen met de diensten van de monniken de ingrediënten van deze retraite.

We zullen deze retraite geheel in stilte doorbrengen. De meditatie worden afwisselend zittend en lopend beoefend. In het programma dat wij deze dagen aanhouden wordt rekening gehouden met de diensten in de Abdij. Je hebt de mogelijkheid deze bij te wonen wanneer je dat wilt. Er is een ruime gelegenheid om te genieten van de mooie omgeving.

De retraite bied je de kans in een ongedwongen sfeer te mediteren en dichter te komen tot de rust in jezelf.

|            |  |
|------------|--|
| Wanneer    | Vanaf donderdag 12 november 2020 16:00 uur tot zondag 15 november 2020 16:00 uur                                 |
| Waar       | Abdijhoeve Betlehem nabij Sint Willibrords Abdij.  |
| Adres      | Sint Willibrordsabdij<br>Abdijlaan 1<br>7004 JL Doetinchem   |
| Verzorging | 1 Persoons kamer met douche, toilet en lakenpakket.<br>Vegetarische maaltijden en koffie / thee zijn inbegrepen. |
| Kosten     | €285,- (Onder voorbehoud van prijsverhogingen in het klooster)   |

De retraite wordt begeleid door Fred van den Bos en Ria Brinkman. Neem voor meer informatie en / of opgave even contact op:

|  |             |
|--|-------------|
| Fred :   | Ria:        |
| Tel : 06-13335834  | 0318-614934 |
| Email : <a href="mailto:info@rustenbezinning.nl">info@rustenbezinning.nl</a> |             |
| www : <a href="http://www.rustenbezinning.nl">www.rustenbezinning.nl</a>     |             |