

# Stilla dag i Ängatorp

## Välkommen att tillbringa en dag med ”smak av retreat” i Ängatorp!

*Jag inbjuder dig som känner en längtan efter att vara i stillhet och bön tillsammans med andra. Retreatens gåva är att i en avskild miljö, i tyst gemenskap med andra, få tid att tänka och be, för att få komma ifatt sig själv och lyssna in Gud.*

*I den tid vi lever, är det så mycket som kallar på vår uppmärksamhet så det kan vara svårt att urskilja vad vi djupast vill och ha tid att anförtro det åt Gud.*

*Det är då en stilla dag kan göra oss så gott.*

Vi inleder med introduktion, fm-fika och morgonbön kl. 9.30.

Då får du också med dig en bibelmeditation eller ”andlig övning” som du kan använda dig av under dagen.

Därefter har du egen tid då du kan välja att t.ex.

- vara i trädgården, kanske sitta i lusthuset eller annan plats om vädret är lämpligt.
- ta en promenad i omgivningarna vid Sävveån.
- söka upp en plats inne för att be, meditera eller läsa. Det finns gott om böcker att låna!
- vila i ett av gästrummen.
- ta emot taktill beröring av leg. sjuksköterska Carita Eriksson.
- boka dig för enskilt samtal med Karin Engstrand, diakon.

Kl. 12 samlas vi för middagsbön och därefter äter vi lunch tillsammans under musik.

Dagen avslutas kl. 15.30 med em.fika då vi bryter tystnaden efter en stund.

Datum: Fredag 30 jan 2026

Måndag 2 mars 2026

Onsdag 25 mars 2026

Tisdag 28 april 2026

Tisdag 26 maj 2026

Ängatorp ligger 3 km från Lagmansholm mellan Alingsås och Vårgårda.

<https://svenskradgard.se/besokstradgardar/angatorp/>

Trädgården är ansluten till Quiet Garden Movement, se

<https://quietgarden.org/gardens/angatorp-quiet-garden/>

Kostnad: 300 kr

Antal deltagare: Max 8 st

Anmäl dig till tel 076 10 26 985 eller

[karinengstrand@outlook.com](mailto:karinengstrand@outlook.com)

Ta gärna med bibel och anteckningsbok och varma kläder och skor så du också kan vara ute.

*Med varma, gröna hälsningar,*

*Karin Engstrand*

*Ängatorp i januari 2026*

Jag har under många år arbetat som lärare och har vidareutbildat mig till diakon på Liljeholmens folkhögskola i Rimforsa 2012-14. Jag är medlem av Ekumeniakyrkan, Lagmansholm.

