

Velkommen til Helgatun, 23.-25. oktober

PUSTEROM

- I EIN TRAVEL KVARDAG -



Ny weekend for deg som vil ha eit avbrekk i kvardagen.

Ung eller gamal, mann eller dame, par eller einsleg, alle er varmt velkomne

Tid for kvarandre og åndeleg fellesskap

Tid til turar i eit flott fjellterreng, eller avslapping på Helgatun

Godt måltidsfellesskap

Toril og Alf Jarle Langeland saman med Linda og Bjarte Nordtun ynskjer deg velkomen til IMS sitt nye weekendtilbod på Helgatun!

HELGATUN 23.-25. OKTOBER

Påmelding til IMS tlf 53 41 07 04 eller www.indremisjonen.no

PUSTEROM, kva er det?

Det er ein weekend for alle som ynskjer ein pust i bakken i ein travel kvardag.

Kven er det for?

Alle som har lyst på eit avbrekk. Ung eller gamal, mann eller dame, par eller einsleg -her er det plass til alle.

Kva med familiane då?

Dette har vi tenkt litt på, og vi har familieleirar om sommaren, Juniorhelg og Superhelg på våren. No ynskjer vi å setja fokus på dei vaksne. Det betyr ikkje at du ikkje kan ta borna med på PUSTEROM; men det vil ikkje verta eige barneopplegg, med samlingar og barnepass for dei. Men har du ikkje anledning til barnevakt, så er du velkomen til å ta dei med deg.

Kva skjer i løpet av helga?

Vi ynskjer ha fokus på det å ha tid til kvarandre, ha åndeleg fellesskap, snakka saman, ha opplevingar saman, ha måltidsfellesskap, ja, rett og slett bruka tid saman utan eit stramt program, vi vil ha eit PUSTEROM i kvardagen.

Er det noko tema for helga?

Temaet blir **KOMMUNIKASJON**. Korleis kommuniserer vi med kvarandre? -I nære relasjonar, med nær slekt, med dei rundt oss. Og korleis møter vi våre medmenneske? -I kvardagen, på arbeidsplassen, i forsamlinga, i nabolaget.

Kven har de fått med som talar?

Vi har fått med Ove Tvedt frå Valen. Han er god på det med kommunikasjon og samhandling med andre. Han har ei brei erfaring i det å snakka med menneske, både kjente og ukjente.

Blir det berre stillesitting og samlingar?

Det blir det absolutt ikkje. Vi ynskjer ha ei kort samling med ord for dagen etter frukost, så er det tid for å kle seg etter vêret og gå ut på tur for dei som ynskjer det. Vi legg opp til både lette og lengre turar, alt etter kva som er ynskjeleg. Vil du heller slappa av i koselege omgivelser på Helgatun så gjer du det. Her er det fritid som ein kan bruka som ein vil.

3 x 3 kjappe til slutt?

Velkommen til Helgatun!

Vi gler oss!

Blir du med?

Toril og Alf Jarle Langeland Linda og Bjarte Nordtun

Høyrest dette kjekt ut, bli med då vel!

Program for helga:

Torsdag:

Dersom du har anledning er du velkommen til Helgatun på torsdag for å ha ein dag fri eller turdag på fredagen. Det vert ikkje opplegg før Pusterom startar fredag kveld. Dei som kjem får rom, kvelds og frukost m/nistesmøring.

Fredag:

Du kjem mår det passar og får deg eit rom

19.00 Middag

20.30 Endeleg fredag! Samlingsstund med sosialt samvær

Laurdag:

08.30 Frukost m/nistesmøring

09.30 Litt olje på lampa -ord for dagen

10.00 Vi går ut på tur, les ei bok eller to, kosar oss med handarbeid eller bøter eit garn. Bruk dagen slik DU vil!

 Finnbunuten ca 5 timar

 Jakobskyrkja ca 3 timar

 Revhaugen ca 2 timar

 Vetlebotnen ca 1 time

13.00 Lunch for dei som er på Helgatun

17.00 Middag

19.00 Temakveld v/ Ove Tvedt

20.30 Kaffikos, sosialt samvær og delestund

Søndag:

09.00 Frukost med nistesmøring

10.00 Temastund med Ove Tvedt

etterpå ut på tur for dei som vil, du gjer som du vil

 Jordalsnuten ca 3 timar

 Jakobskyrkja ca 3 timar

 Kongevegen ca 1 time

 Vetlebotnen ca 1 time

16.00 Middag og avslutning



Velkommen til Helgatun, 23.-25. oktober

PUSTEROM

- I EIN TRAVEL KVARDAG -



Prisar:

Prisen gjeld frå fredag-søndag

Dobbeltrom pr. person	1.450
Enkeltrom	1.750
Barn 3-10 år	250
Leige av sengetøy	100

Har du anledning og ynskjer det er det muleg å koma torsdag. Då vert det kr. 300 ekstra å betala pr. person for lett kvelds torsdag, overnatting og frukost fredag.

**Vi gler oss,
håpar du har
lyst å vera med!**