

# Inre och yttre trädgård

## Om konsten att tolka och vårda sina drömmar



*Skulpturala mobiler i Vårsta Trädgård av Lisa W. Carlson och Gunnel Oldenmark.*

Inspirationshelg på Vårsta diakonigård  
och trädgård 25-26 september 2010



## Välkommen till en skön och inspirerande helg i en lugn och avslappnad miljö

Kvinnor i Svenska kyrkan i Härnösands stift i samverkan med Vårsta diakonigård inbjuder till en inspirationshelg 25-26 september. Kursansvarig är Kirsten Grønlien Zetterqvist (som presenteras på sista sidan).

### Lördag

- 11.00 – 12.30 Incheckning – Lunch
- 12.30 – 15.00 **Blomman och stenen. Om ögonblick och kontinuitet.**  
Inledande reflektion, trädgårdsmeditation och samtal.  
Kaffe
- 15.00 - 15.30 **Kropp i rörelse**
- 15.40 - 18.00 **Drömmens språk. Om scener, symboler och betydelser.**  
Bildskapande och samtal. Kaffe
- 18.30 - 19.30 Middag
- Dröm som tecken. Om samspelet mellan inre insikt och yttre uttryck.**  
Reflektion, övningar och samtal.
- 21.00 - 21.30 **Meditation**, Gunnel Oldenmark  
Vi avslutar kvällen med ostbricka och tillbehör.

### Söndag

- 7.30 – 9.00 Frukost
- 9.00 – 9.30 **Morgonmeditation i Vårsta trädgård.**
- 9.30 - 10.30 **Vägled av en dröm? En berättelse.**
- 10.30-11.15 **Skördetid – en avslutande ritual.**
- 11.30-12.30 Lunch

Den som vill kan därefter delta i Vårsta trädgårds skördefest som pågår mellan klockan 12.00-16.00.

Blir du medlem i Kvinnor i Svenska kyrkan före 31 juli kan du utnyttja den lägre kurskostnaden.

Medlemsavgiften är 100 kronor/år och betalas in på bankgiro 422-3699.

Kurskostnad: För medlem 600 kronor  
Icke medlem 700 kronor  
*Kurskostnaden betalas vid incheckningen.*

*Begränsat antal platser. Först till kvarn gäller.*

Medtag lediga innekläder samt varma kläder och sittunderlag för utomhusbruk.

Upplysningar lämnas av Margareta Hector, 0611-254 53  
e-post: [margareta.hector@svenskakyrkan.se](mailto:margareta.hector@svenskakyrkan.se)



---

**ANMÄLAN till inspirationshelg  
på Vårsta Diakonigård och trädgård 25-26 september**

Namn.....

Adress.....

Tel.....

Ev. e-post.....

Jag är medlem i Kvinnor i Svenska kyrkan

Logi i dubbelrum (hotellstandard).  
För den som önskar enkelrum blir det ett tillägg på 200 kronor,

Önskemål om vegetarisk kost, specialkost eller eventuella allergier

.....

**Anmälan skickas till Vårsta Diakonigård, Box 134, 871 23 Härnösand  
senast måndag 13 september 2010.**

Läs mer på: <http://www.kvinnorisvenskakyrkan.se/harnosand.html>  
eller <http://www.varsta.se/>

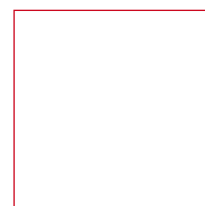
*Kirsten Grönlien Zetterqvist* har under en rad år arbetat med en omfattande kursverksamhet i folkbildande sammanhang.

Berättelser, myter och skapande kreativa uttrycksformer utmärker hennes sätt att arbeta.

Kirsten är teologie doktor i religionsfilosofi och har skrivit avhandlingen *Att vara kroppssubjekt*. (Uppsala 2002)



Foto: Kajsa Salmi



Vårsta Diakonigård  
Box 134

871 23 HÄRNÖSAND