



Løgumkloster Refugium

Løgumkloster Refugium blev indviet i 1961 med det formål at skabe rammer for roen. Bygget sammen med det gamle cistercienserkloster og skabt til ro, fordybelse og nye erkendelser.

Refugiet er tegnet af Rolf Graae og Richard Aas i slutningen af 50'erne og totalindrettet af Børge Mogensen.

Der er morgensang i den smukke kapitelsal og aftensang i kirken fra mandag til lørdag. Vi spiser sammen og begynder måltidet med en sang. De fredfyldte værelser er centreret omkring en skøn atriumhave. Ved stuerne er der aviser og tidskrifter. Der er bibliotek, mulighed for at låne kunst til værelset, cykler til ture, fitnesskort og marsk og urskov tæt på. Vores køkken laver den skønneste mad og det dejligste hjemmebak til alle.

Velkommen!

PRIS PR. PERSON / 6 dage

Dobbeltværelse: 6.795 kr.

Enkeltværelse: 7.295 kr.

Der er linned og håndklæder. Værelset er til rådighed til kl. 10 på afrejsedagen.

BLIV I ROEN? Ekstra dag inkl. fuld forplejning før eller efter programmet kan tilkøbes for kun 795 kr.

REFUGIERYTMEN

8.30: Morgensang i Kapitelsalen (man.-lør.)

17.30: Aftensang i Kirken (man.-lør.) - onsdag med nadver.

Søndag kl. 10.30 Højmesse

Morgenmad kl. 7.30-9.15. Frokost kl. 12.00. Aftensmad kl. 18.00.

Ret til ændringer i programmet forbeholdes. Program opdateret 28.6.2024

31. august - 5. september 2025

Livskraft

Refugiedage for dig, der har eller har haft kræft



Løgumkloster Refugium



Løgumkloster Refugium · Refugievej 1 · 6240 Løgumkloster · T 7474 3301
mail@loegumkloster-refugium.dk · www.loegumkloster-refugium.dk

TILBAGE TIL LIVET

I samarbejde med KIU - Kvinder med kræft i underlivet - har vi sammensat et program for dig, der har eller har haft kræft.

Kræft og behandling for kræft kan give smerter i kroppen, dårlig søvn, tanke-mylder, bekymringer, mindre overskud og et nervesystem i alarmberedskab. Denne uge inviteres du tilbage til kroppen og tilbage til livet. Dit nervesystem vil blive nærmet med sang, bevægelse, kreativitet og natur. Der vil være oplæg, der kan styrke din aktuelle situation og give kroppen mulighed for at rekreere. Der vil være en nænsomhed og mulighed for gode samtaler uanset hvor du er i dit forløb.

Vi glæder os til at byde dig velkommen.

Vært: Cecilia Lotko Pontoppidan, præst og tidligere sygehuspræst, Marianne Garder, frivillig på Refugiet, Peter Wagner Møllerup, forstander . Arrangeres i samarbejde med KIU.

SØNDAG 31. AUGUST

- 14.30 Ankomst
- 15.00 Hjemmebagt kaffe og kage
- 15.30 Velkommen til Refugiet i Pejsestuen. Herefter en omvisning på Refugiet, Kirke og Kloster.
- 19.30 For livet. Sang, refleksion og samtale i Havesalen
v. Cecilia Lotko Pontoppidan, præst

MANDAG 1. SEPTEMBER

- 8.30 Morgensang i Kapitelsalen
- 10.00 At være i livet v. Preben Kok, tidl. sygehuspræst
- 15.00 At være i livet v. Preben Kok, tidl. sygehuspræst
- 19.30 Fuglekor - syng med i pejsestuen!

TIRSDAG 2. SEPTEMBER

- 8.30 Morgensang i Kapitelsalen
- 10.00 Det forunderlige og det foranderlige håb. Håb som et livsfænomen, et grundvilkår i livet v. *Kristianna Hammer, Sygeplejerske & Ph.d*
- 14.00 Workshop. Her vil vi lavpraktisk arbejde med firkløver teorien. Vi finder på forskellig vis frem til vores eget håb v. *Kristianna Hammer*
- 19.30 Fælleslæsning v. *Cecilia Lotko Pontoppidan, præst*

ONSDAG 3. SEPTEMBER

- 8.30 Morgensang i Kapitelsalen
- 10.00 Fokus på åndedræt, nervesystemet og blid yin flow v. yogalærer, Anita Rostgaard Andersen
- 14.00 Afspænding/hvilestillinger. V. Anita Rostgaard Andersen
- 19.30 Film i Den Gamle Biograf: *Koncerten* af Radu Mihaileanu

TORSdag 4. SEPTEMBER

- 8.30 Morgensang i Kapitelsalen
- 10.00 At være i verden som et både og - menneske. Samtale om livet og døden. v. *Cecilia Lotko Pontoppidan, præst*
- 14.00 Vandretur langs Brede Å
- 19.30 Musik i Kapitelsalen, herefter bobler og hygge i stuerne

FREDAG 5. SEPTEMBER

- 8.30 Morgensang i Kapitelsalen
- 10.00 Afrunding, evaluering, fællesbillede
- 12.00 Frokost og tak for dagene