



## Programma Vorming en Toerusting

# September

### vrijdag 17 Middaggebed

12:00 uur Kloosterkerk



Even ontsnappen aan de hectiek van alledag en spiritueel opladen? In de Kloosterkerk is maandelijks een kort moment waarin we luisteren naar het lezen van een psalm, zingen en ruimte hebben voor stilte. Wees welkom!

contactpersoon: Ria Ziengs, [riaziengs@ziggo.nl](mailto:riaziengs@ziggo.nl)

# Oktober

### woensdag 13 Film

19:30 uur Trefpunt Thesinge



Alleenstaande moeder Sofia moet haar kinderen eten zien te geven in Mexico-stad in de jaren 70.

Contactpersoon: Kees Brak, [ca.brak@ziggo.nl](mailto:ca.brak@ziggo.nl)

### vrijdag 15 Middaggebed

12:00 uur Kloosterkerk

## **zaterdag 16 Pelgrimeren**

09:00 uur H. Westerplein Ten Boer

Hou je van wandelen, maar wil je geen lange tochten maken, dan is de Stichting Pelgrimeren in Groningen (SPiG) iets voor jou. Afwisselende wandelingen van ongeveer 8 á 9 km door het mooie Groninger land. Daarbij staat één kerk altijd centraal en in de meeste gevallen ook te bezoeken.

Neem zelf iets te eten en te drinken mee, horeca is niet altijd aanwezig.

### **Pelgrimeren is meer dan alleen wandelen**

Je staat stil bij het leven, terwijl je beweegt

Je wordt bewogen door stil te staan



Vandaag een wandeling rond het kerkje van Oostum.

contactpersoon: Lina Mensinga: [linamensinga@hotmail.com](mailto:linamensinga@hotmail.com)

## **donderdag 28 Meditatie**

19:30 uur Kloosterkerk

Soms zit ons leven overvol en lijkt het alsof we geleefd worden: we rennen van de ene bezigheid naar de andere. Maar ook wanneer we het niet zo druk hebben, kan ons hoofd en ons hart vol zitten met van alles: met bedenken wat er allemaal nog moet, of met gedachten over wat achter ons ligt.

Meditatie is een manier om hoofd en hart 'leeg' te maken: om ruimte te scheppen en weer aandacht te krijgen voor wat ons bezielt. Meditatie kan op een heleboel manieren. De nadruk kan liggen op het ervaren van de stilte, maar je kunt ook woorden, beelden of muziek als uitgangspunt nemen voor de meditatie.

Op deze avonden wil ik de Psalmen als uitgangspunt gebruiken voor meditatie. Omdat de Psalmen bij uitstek ruimte bieden voor wat mensen van binnen beweegt. We lezen de Psalmen in de prachtige vertaling van Gerard Swüste, die ervoor zorgt dat we met ons moderne levensgevoel dichtbij de Psalmen kunnen komen.

Of u/je nu wel of niet eerder kennis hebt gemaakt met meditatie: deze avonden staan voor iedereen open.

Opgave bij Gonny de Boer i.v.m. beperkt aantal (6-12) deelnemers.

Contactpersoon: Gonny de Boer, [he.deboer@yahoo.com](mailto:he.deboer@yahoo.com)

# November

## **dinsdag 2 Leeskring**

19:30 uur Kloosterstee

De boekwinkels liggen vol boeken en er komen wekelijks nieuwe bij. Maar wat kies je uit de boekenberg? Waar wordt je hart warm en je geest rijk van? Als het goed is, verschaft literatuur ons een venster op het leven. Een personage in een boek kan ons aan het denken zetten en aanzetten tot een discussie met elkaar. Juist door er met elkaar over te praten en de leeservaringen uit te wisselen, haal je meer uit een boek. Op deze gesprekskring bespreken we drie boeken die we van te voren hebben gelezen. Daarbij gaat het om moderne literatuur die op de een of andere manier raakt aan levens- en geloofsvragen.

Vanavond bespreken we het boek: *Uit het leven van een hond van Sander Kollaard*.

Er is plaats voor 5-8 deelnemers, graag aanmelden vóór 25 oktober.

Contactpersoon: Gonny de Boer, [he.deboer@yahoo.com](mailto:he.deboer@yahoo.com)

## **vrijdag 19 Middaggebed**

12:00 uur Kloosterkerk

## **zaterdag 20 Pelgrimeren**

09:00 uur H. Westerplein Ten Boer

Vandaag wandelen we rond Dorkwerd.



## **donderdag 25 Bloemschikken**

19:00 uur de Hoeksteen, Ten Post

Onder leiding van Tineke van der Wal maken we een advents-bloemstuk voor thuis, waarmee we ons kunnen voorbereiden op kerst.

contactpersoon: Dineke Klasens, [dinekeklasens@gmail.com](mailto:dinekeklasens@gmail.com)

Passend bij het jaarthema: *van u is de toekomst*, het onze vader bewerkt door Huub Oosterhuis.

Onze Vader verborgen,  
uw Naam worde zichtbaar in ons,  
uw koninkrijk kome op aarde  
uw wil geschiede, een wereld  
met bomen tot in de hemel,  
waar water schoonheid en brood  
gerechtigheid is en genade -  
waar vrede niet hoeft bevochten,  
waar troost en vergeving is  
en mensen spreken als mensen  
waar kinderen helder en jong zijn,  
dieren niet worden gepijnigd  
nooit één mens meer gemarteld,  
niet één mens meer geknecht.  
Doof de hel in ons hoofd  
leg uw hand op ons hart  
breek het ijzer met handen  
breek de macht van het kwaad.  
Van U is de toekomst  
kome wat komt.