O investimento será de R\$ 1.250,00 por pessoa (apartamento triplo); R\$ 1.400,00 por pessoa (apartamento duplo) e R\$ 1.600,00 (apartamento individual). O Centro Franciscano foi totalmente reformado, e todos os quartos foram transformados em suítes com banheiro. A taxa de inscrição é de R\$ 200,00 e já está incluída no valor da opção de apartamento. O pagamento, a prazo, anterior à data do Retiro, pode ser efetuado em até três parcelas, em forma de cheques pré-datados ou depósitos bancários. A taxa de inscrição e o pagamento do valor total do Retiro deverão ser feitos em depósito bancário em nome de: Ângela Aparecida Arruda Costa Oliveira,

Conta poupança: 19.229-5, agência: 4341-9, variação: 51 - Banco do Brasil, CPF 477.339.696-20. Fotocopiar o recibo de depósito e enviá-lo para Ângela Arruda no seguinte endereço: Rua Carbonita, 771, Bairro São José, CEP 35501-245 - Divinópolis/MG. Se houver desistência, o pedido de cancelamento deverá ser comunicado à Ângela Arruda, pelos telefones (37) 3212-2300 / (37) 99969-3231 (Vivo, WhatsApp), até 30 dias antes do início do Retiro. Após esse prazo, a coordenação não se compromete com o reembolso do pagamento

De 3 a 9 de janeiro de 2019.
O retiro terá início dia 3/1/19, às 9 horas.
Abertura: às 11 horas do dia 3.
Término: dia 9/1/19 (Nesse dia, durante o encerramento, será servido um almoço aos participantes).

O preenchimento do formulário de inscrição e as informações sobre as condições de saúde do participante serão feitos via e-mail: angeladiv@yahoo.com.br ou pelo telefone (37) 99969-3231. Não é aconselhável a participação no retiro de pessoas que estiverem com problemas gravíssimos de saúde.

Inspirados nos mitos de Caim e Abel e do Dilúvio, na dinâmica da culpa e do castigo à recriação do ser e do universo, vimos convidá-lo(la) a fazer uma experiência de acolhimento e proteção de Deus para atravessarmos o nosso deserto pessoal na arca da vida e no colo de Deus. Reconhecendo a fragilidade humana, identificando a violência do animal acuado que mora dentro de cada um de nós, o objetivo desse encontro é recriar um novo ser através de escolhas e de novas alianças.

Nesse retiro holístico e ecumênico, haverá reflexões bíblicas, exercícios corporais de relaxamento, alimentação restrita e balanceada, ginástica, reeducação alimentar e outros benefícios ao corpo, à mente e ao espírito.

O estresse do dia a dia, as injustiças sociais e as crises existenciais roubam de nós a esperança de viver.

Nesse encontro, não é estar em um SPA ou em uma clínica terapêutica, mas esse será uma experiência de vida voltada para a saúde corporal e espiritual.

Venha fortalecer sua fé!

Você terá oportunidade de

- refazer a aliança com Deus e a reconciliação pessoal;
- participar de dinâmicas corporais de integração pessoal e coletiva; • alimentar-se de forma restrita com monodieta e jejum; • fazer um jejum coletivo de carne, café, açúcar, massas, bebidas e cigarro; • repensar os hábitos alimentares; • repensar o ato de fumar; • purificar o corpo e os sentimentos: • fazer experiência de silêncio e de leitura individual: • descansar usando bolsa de água quente após o almoço; • participar da Eucaristia; • celebrar e receber o perdão; • receber uma sessão individual de terapia oriental; fazer ginástica diariamente; • tomar banho de ar; • participar de reflexões sobre leitura corporal, desintoxicação, alimentação e a importância da ginástica para a saúde; • fazer uso de chás medicinais; • celebrar a vida com o corpo; • ler e refletir sobre textos de Gênesis 4, 1-16; 6,5-9,17; • participar de uma caminhada celebrativa na montanha; • fazer uma experiência com renascimento.

Prepare-se para

permanecer em tempo integral no local do retiro;
rezar de modo individual e comunitário;
estar aberto à convivência e às dinâmicas corporais;
parar de fumar;
emagrecer (porém saiba que isso é consequência do processo de purificação e não é o objetivo primordial do retiro);
levantar bem cedo para o banho de ar e ginástica;
conduzir sua trajetória de forma a superar dependências, tornando-se agente de sua saúde e de seu bem-estar.

Sugerimos

• BABA, Sri Prem. **Propósito**: a coragem de ser quem somos. Fortaleza: Demócrito Dummar, 2016. • FARIA, Jacir de Freitas. **As mais belas e eternas histórias de nossas origens**: mitos e contramitos em Gn 1–11. Petrópolis: Vozes, 2015. (Você receberá um exemplar desse livro); • FRANCISCO, papa. **Laudato Si.** São Paulo: Paulus/Loyola, 2016. • TUTU, Desmond; TUTU, Mpho. **O livro do perdão**: para curarmos a nós mesmos e o nosso mundo. Rio de Janeiro: Valentina, 2015.

Lembre-se de levar

- Bíblia;
 roupas de cama e banho;
 roupas apropriadas para ginástica e para tomar banho de ar: calção, biquíni ou maiô e tênis;
 um lençol e três toalhas de rosto extras;
- bolsa térmica para água quente;
 objetos pessoais;
- uma roupa de festa para usá-la durante a confraternização;
- meias grossas para usá-las após escalda-pés e, se possível, levar cobertor.

Centro Franciscano de Formação e Cultura Rua Minas Gerais, 582 - Centro CEP 35500-007 - Divinópolis/MG bibliaeapocrifos@bibliaeapocrifos.com.br angeladiv@yahoo.com.br Fone: (37) 3212-2300 / (37) 99969-3231