



Milia den ekologiska byn på solens Ö Kreta

Detta är en paradoxens vecka för dej som vill söka ditt inre och njuta av det yttre. Vi vägleder dej i denna humanistiska retreat där du finner ditt inre lugn och din kreativitet.

Under 5 hela dagar övar vi olika metoder för avslappning och återhämtning. Under vår reträttvecka ingår det att öva ljudande och tysta meditationer, stilla läsning och samtal över ett tema vi har för veckan, tysta frukostmåltider och **medvetandevandring** i underbar natur i bergen med hög luft och strålande grönska.

Varje dag har vi olika underrubriker under temat "Tiden, hur vi hanterar den i våra liv".

Vi bor i den ekologiska byn Milia på västra Kreta, uppe i bergen. Här har man ett ekologiskt tänkande i alla delar av verksamheten. Varmvatten och el tas från solenergi. Alla rum har dusch och egen öppen spis eller kamin. Maten är odlad och framställd på orten och tillagas på enkelt sätt så att våra smaklökar får njuta. Detta är verkligen en fantastisk plats att vistas på och en upplevelse utöver det vanliga!! Titta gärna in på www.milia.gr för att se på platsen vi träffas på!

