

# BELLA FRA'!

FRATI MINORI CAPPUCINI  
LIGURIA, LOMBARDIA, PIEMONTE



Percorsi di fede, incontri di preghiera,  
volontariato e tanta vita fraterna.

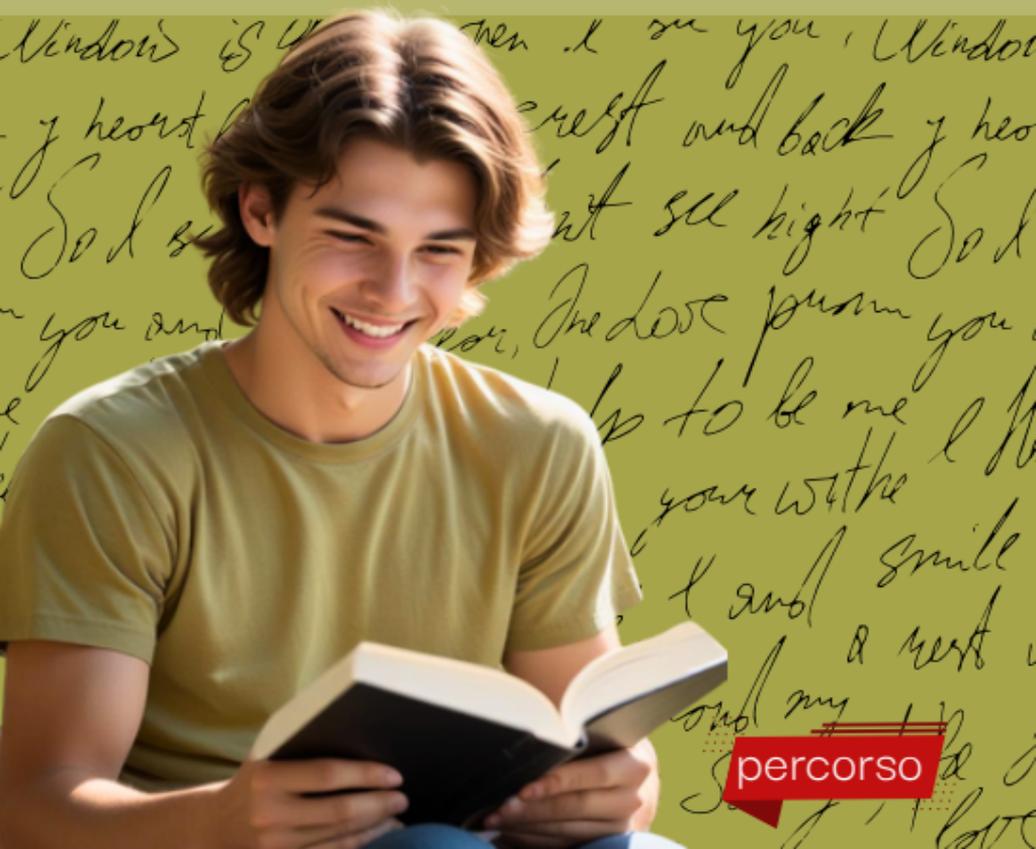
18-35 anni

# 10 COMANDAMENTI

Impara a riconoscere il vero volto di Dio e ad ascoltare la sua voce: scoprirai tutto l'amore che avvolge la tua vita.



Bergamo, Novara, Torino



percorso

# CHI SEI TU?

E' tempo di grandi interrogativi? Fai chiarezza su di te, la tua storia e ciò in cui credi. Imparerai a scegliere con più fiducia nel tuo futuro.



Milano



percorso

# PARLAVA IN PARABOLE

Un ciclo di incontri per approfondire il significato delle parabole che Gesù raccontava per annunciare il Regno di Dio in mezzo a noi.

 Milano



 percorso

# I SETTE VIZI CAPITALI

Una serie di incontri per conoscere se stessi e le proprie dinamiche interiori. Attraverso la lectio con la Bibbia, il silenzio e la condivisione vi guideremo nell'arte del discernimento.

 Torino



# SE QUESTO È AMORE

Ti chiedi cosa significa davvero amare? Partecipa ai nostri incontri sull'affettività: mettiti in cammino per decifrare il linguaggio dell'amore.



Milano, Novara, Torino, Varese



percorso

# SETTIMANA DELLA CREAZIONE

Leggere il libro di Genesi aiuta a comprendere il creato e la natura umana. Lasciati ispirare per portare ordine nella tua vita.



Milano



percorso

# APRI GLI OCCHI

Percorso vocazionale per imparare a gustare la Vita secondo lo Spirito e scoprire la versione migliore di te.

 Torino



percorso

# RITIRI SPIRITUALI

Catechesi, preghiera e condivisioni di gruppo per vivere più intensamente i tempi forti dell'anno liturgico e nutrire la propria fede.

 Torino, Varese



ritiro

# RITROVARSI NEL SILENZIO

Siamo sempre immersi in un mare di rumore. Concediti un giorno di silenzio per ascoltare la voce di Dio e ritrovare te stesso.



Arona (NO)



laboratorio

# TREKKING

Mettiti in cammino con noi sui sentieri di montagna per giungere, passo dopo passo, al centro del tuo cuore, luogo d'incontro con Dio.



Liguria, Lombardia



cammini

# UN CANTO NELLA NOTTE

Salita notturna sotto le stelle alla Sacra di San Michele. Nel silenzio della notte lasciati ispirare dai sussurri dello Spirito.



Val di Susa



cammini

# CAPODANNO IN CONVENTO

Vivi questo tempo di festa col giusto spirito: trascorri un capodanno alla presenza del Signore e di compagni nella fede.



Torino, Varese



ritiro

# COME OLIVI VERDEGGIANTI

Un laboratorio sulla potatura degli ulivi è la buona occasione per trascorrere la domenica delle Palme tra preghiera e lavoro in convento.



Savona



laboratorio

# AMATEVI GLI UNI GLI ALTRI

Nelle nostre mense, chi è in difficoltà può trovare nutrimento e ascolto. Aiutaci ad offrire loro conforto e amicizia.



Milano



servizio

Liguria, fra Alessandro

 349.8176415

 alefrec@hotmail.it

Lombardia, fra Raffaele

 fraffy85@gmail.com

Piemonte, fra Gabriele

 333.3579729

 attanasigabriele@gmail.com

**CONTATTI**