

“Oasi Sant’Antonio” Casa di Spiritualità

# ESCI E FERMATI

WEEKEND DI RISTORO  
E RIGENERAZIONE SPIRITUALE

Anno 2024



FORMAZIONE

## LA PROPOSTA

Tre giorni di ristoro e rigenerazione spirituale tra silenzio, ascolto della Parola, colloqui personali con una guida, immersione nella natura. Nel 2024 sarà possibile vivere questa esperienza di ristoro fisico e spirituale nelle seguenti date: **22-24 marzo, 12-14 luglio, 16-18 agosto.**

## NOTE TECNICHE

Quota di partecipazione per un singolo weekend: € 150

*La quota sopra indicata comprende l'iscrizione al weekend e la pensione completa in camera singola, dalla cena di venerdì al pranzo della domenica.*

Per iscriverti contattaci:

- tramite email: [corsi@casadispiritualita.it](mailto:corsi@casadispiritualita.it);
- tramite Whatsapp (solo messaggi) al n. 3297328441;
- visita il nostro sito [www.casadispiritualita.it](http://www.casadispiritualita.it).

**Termine iscrizioni: una settimana prima dello svolgimento del weekend.**

## GUIDE

Ogni weekend vedrà la partecipazione di:

fra Nicola Zuin, OFMConv, direttore della Casa.

fra Paolo Floretta, OFMConv, psicologo, psicoterapeuta e formatore.

suor Angela Bulai, SFMA, psicologa e pastoralista.

# IL PROGRAMMA

## Venerdì

Ore 18.00 Arrivo e sistemazione

Ore 18.30 Introduzione e canto dei vespri

Ore 19.30 Cena

Ore 20.30 Tempo libero e riposo

## Sabato

Ore 7.00 S. Messa in santuario (*facoltativa*)

Ore 7.30 Lodi in santuario (*facoltative*)

Ore 8.00 Colazione

Ore 9.30 Lectio divina sulle letture della domenica

Ore 10.30 Tempo personale

Ore 12.30 Pranzo

Ore 15.30 Colloqui/passeggiata sul Muson (*facoltativi*)

Ore 18.00 Meditazione mindfulness

Ore 19.00 Vespri

Ore 19.30 Cena

Ore 20.30 Tempo libero e riposo

## Domenica

Ore 8.00 Lodi

Ore 8.30 Colazione

Ore 9.00 Tempo personale/colloquio facoltativo

Ore 10.00 Condivisione di gruppo

Ore 11.30 S. Messa in Santuario

Ore 12.30 Pranzo

Ore 14.00 Partenze

Per maggiori informazioni inquadra il QR Code



Casa di Spiritualità  
**Oasi  
Sant'Antonio**

**“Oasi Sant'Antonio”**

**Casa di Spiritualità**

**Frați Minori Conventuali**

Via sant'Antonio 2

35012 Camposampiero (PD)

tel. 0499303003 - [info@casadispiritualita.it](mailto:info@casadispiritualita.it)

[www.casadispiritualita.it](http://www.casadispiritualita.it)



3297328441 (solo messaggi Whatsapp)



Oasi S. Antonio - Casa di Spiritualità



Oasi S. Antonio - Casa di Spiritualità