

CORSI DI ESERCIZI SPIRITUALI IGNAZIANI

1-5 gennaio 2024

Esercizi personalmente guidati

p. Francesco Ghidini ed équipe
Casa spiritualità missionari Oblati di Rho (MI)
info & iscrizioni: esercizi@oblatirho.it

2-7 gennaio

Esercizi personalmente guidati

don Ferruccio Ceragioli e sr. Simona Isella
Villa Lascaris (TO)
info & iscrizioni: info@villalascaris.it

28 gennaio - 3 febbraio

Sei degno di stima e ti amo (Is 43,4)

p. Francesco Ghidini ed équipe
Casa spiritualità missionari Oblati di Rho (MI)
info & iscrizioni: esercizi@oblatirho.it

28 aprile - 5 maggio

Le beatitudini

sr. Gabriella Mian AdGB
Casa di spiritualità delle Suore Canossiane
a Ballabio (LC)
iscrizioni: 3470975675 | gabri.adgb@gmail.com

4-9 giugno |

*Experientia silentium. Esercizi spirituali
personalmente guidati*

p. Matteo Suffritti sj e Umberto Bovani
Santuario di S. Antonio Boves (CN)
info & iscrizioni: 0171380906
santantonioboves@gmail.com

13-21 luglio

Seguire il Signore Gesù

p. Massimo Tozzo sj e sr. Enrica Bonino sa
Casa Oasi di Erba (CO)
iscrizioni: oasi @oasidierba.it

28 luglio - 3 agosto

Sei degno di stima e ti amo (Is 43,4)

p. Francesco Ghidini ed équipe
Casa spiritualità missionari Oblati di Rho (MI)
info & iscrizioni: esercizi@oblatirho.it

1-4 agosto

Una discreta via di equilibrio.

Ritrovare la misura tra Parola e silenzio

p. Stefano Bittasi sj, Maria Grazia
e Umberto Bovani
Santuario di S. Antonio Boves (CN)
info & iscrizioni: 0171380906
santantonioboves@gmail.com

11-17 agosto

*«Amo il Signore perché ascolta il grido della mia preghiera»
(Sal 116,1). Percorso sulla 1° settimana ignaziana*

p. Lorenzo Gilardi sj
Villa Speranza (TO)
info & iscrizioni: gilardi.l@gesuiti.it

18-24 agosto

*Ti seguirò ovunque tu andrai» (Mt 8,18). Percorso sulla 2°
settimana ignaziana (I parte)*

p. Lorenzo Gilardi sj
Villa Speranza (TO)
info & iscrizioni: gilardi.l@gesuiti.it

24-31 agosto

Esercizi personalmente guidati

sr. Maria Paola Aiello sa, don Carlo Nava
info & iscrizioni: doncarlonava@gmail.com

25 agosto - 1° settembre

*«Io scelgo te Gesù, appartengo a te Signore» (Gv 6,68).
Percorso sulla 2° settimana ignaziana (II parte)*

p. Lorenzo Gilardi sj
Villa Speranza (TO)
info & iscrizioni: gilardi.l@gesuiti.it

16-21 settembre

*«Che diventiate miei discepoli
e portiate molto frutto» (Gv 15,8)*

p. Lorenzo Gilardi sj
Villa Speranza (TO)
info & iscrizioni: gilardi.l@gesuiti.it

22-28 settembre

*«Apri i miei occhi Signore, voglio vederti» (Mc 10,51)
Percorso sulla 2° settimana ignaziana (II parte)*

p. Lorenzo Gilardi sj
Santuario del Sacro Cuore, Pinerolo (TO)
info & iscrizioni: gilardi.l@gesuiti.it

13-20 ottobre

L'umanità di Gesù

sr. Gabriella Mian AdGB
Casa di spiritualità
delle Suore Canossiane a Ballabio (LC)
iscrizioni: 3470975675
gabri.adgb@gmail.com

MESE IGNAZIANO

6 agosto - 5 settembre

sr. Gabriella Mian AdGB ed équipe
Casa di spiritualità delle Suore Canossiane
a Ballabio (LC)
info & iscrizioni: 3470975675
gabri.adgb@gmail.com

ESERCIZI SPIRITUALI NELLA VITA ORDINARIA (EVO)

TORINO, PIANEZZA, BRA-SAVIGLIANO, SUSA

Da ottobre a giugno con incontri quindicinali

Incontri in presenza aperti a tutti

info & iscrizioni: chiara.spriano@tiscali.it

BIELLA

Incontri in presenza aperti a tutti

Da ottobre a giugno con incontri quindicinali

info & iscrizioni: delfo.montarolo@gmail.com

TORINO

Presso Suore del Cenacolo

Da ottobre a maggio con incontri quindicinali

info: 0118195445
casa.spiritualita@suoredelcenacolo.it

BERGAMO

Presso Preti del Sacro Cuore

**Il giovedì, due volte al mese novembre-maggio
(20:30-22:00)**

info & iscrizioni: don Carlo Nava
3347370404 | tempispiritobg@gmail.com

VERSO IL GIUBILEO 2025

*In questo tempo di preparazione, fin da ora mi
rallegra pensare che si potrà dedicare il 2024, a
una grande "sinfonia" di preghiera. Anzitutto per
recuperare il desiderio di stare alla presenza del
Signore, ascoltarlo e adorarlo. Preghiera, inoltre,
per ringraziare Dio dei tanti doni del suo amore
per noi e lodare la sua opera nella creazione, che
impegna tutti al rispetto e all'azione concreta e
responsabile per la sua salvaguardia.*

Papa Francesco, Lettera per il Giubileo del 2025

Carissimi/e,

queste proposte di spiritualità ignaziana vogliono offrire diverse modalità, diverse opportunità per prepararci al prossimo Giubileo. Quest'anno abbiamo pensato a due brochure per meglio visionare la ricchezza presente nel nostro territorio così che ciascuno possa scegliere ciò che più lo aiuta a nutrire l'amicizia con Dio nostro Signore. Ricordandoci vicendevolmente nella preghiera, vi auguriamo buon cammino.


■ L'équipe del CIS Nord Ovest

CONTATTI

 cis.novest@gesuiti.it

 www.cis-esercizispirituali.net

 @CisNOvest

 Coordinatore: p. Massimo Tozzo sj

RHO (MI) per sacerdoti e consacrati/e
Da ottobre a maggio: giovedì dalle 10:00 alle 12:30
(con la possibilità del pranzo) ogni 15 giorni
p. Francesco Ghidini ed équipe
Collegio Oblati, Corso Europa, 228 – Rho (MI)
info & iscrizioni: evo@oblatirho.it

RHO (MI) per tutti
Da settembre a maggio il giovedì dalle 21:00 alle 23:00. Ogni 15 giorni
p. Francesco Ghidini ed équipe Agevo
info & iscrizioni: evo@oblatirho.it

MILANO LEONE XIII
Il lunedì dal 16 ottobre al 4 dicembre (1° modulo)
info & iscrizioni: Vincenzo Quadrato
v.quadrato@gmail.com

MILANO ISTITUTO MARCELLINE
Il lunedì dal 29 gennaio al 18 marzo (2° modulo)
info & iscrizioni: sr. Sarah Bortolato
info@cisnovest.it

GALLARATE (VA)
Il martedì a partire dal 3 ottobre, ore 18:00-20:00
Aloisianum Gallarate (VA)
info & iscrizioni: p. Eugeniusz Senko sj
3492684722

GENOVA
Inizio martedì 10 ottobre, ore 21:00
destinatari: giovani dai 18 ai 28 anni
info & iscrizioni: sr. Simona
3206956471 | vezzani.l@gesuiti.it
isellasi58@gmail.com

ESERCIZI SPIRITUALI E PERCORSI FORMATIVI PER COPPIE/FAMIGLIE

17-19 maggio
Essere due: Parola e parole.
Corso per giovani coppie e fidanzati

p. Iuri Sandrin sj ed équipe di laici
Santuario di S. Antonio Boves (CN)
info & iscrizioni: 0171380906
santantonioboves@gmail.com

7-11 agosto
Femminile e Maschile: identità nella diversità.
Pensare l'identità sessuale nel tempo della vita adulta.
Percorso di riflessione a più voci

Donatella Puliga, Maria Grazia Prandino,
Stefano Bittasi sj, Umberto Bovani
Santuario di S. Antonio Boves (CN)
info & iscrizioni: 0171380906
santantonioboves@gmail.com

13-18 agosto
*Esercizi per coppie/famiglie. Le parole che ci avvicinano
e quelle che ci allontanano. Esercizi spirituali*
Maria Grazia e Umberto Bovani,
p. Gigi Manino sj e p. Stefano Bittasi sj
È prevista animazione baby-sitting
Santuario di S. Antonio Boves (CN)
info & iscrizioni: 0171380906
santantonioboves@gmail.com

17-21 agosto
Esercizi per coppie/famiglie <giovani>

p. Leonardo Angius sj,
coniugi Copertino, coniugi Poda
È prevista animazione baby-sitting
Villa san Pietro, Susa (TO)
info & iscrizioni: Elena e Marcello Copertino
eessfamiglie@gmail.com

18-20 ottobre
Il Cantico. Immagini, parole e poco altro
Santuario di S. Antonio Boves (CN)
info & iscrizioni: 0171380906
santantonioboves@gmail.com

6-8 dicembre
*Semplicemente... scegliere di scegliere – L'arte del
discernimento in ogni momento*
Maria Grazia e Umberto Bovani
Santuario di S. Antonio Boves (CN)
info & iscrizioni: 0171380906
santantonioboves@gmail.com

ESERCIZI PERSONALMENTE GUIDATI (EPG)

*Presso alcune case e comunità è possibile in qualsiasi
periodo dell'anno, previo accordo, fare gli esercizi
spirituali personalmente guidati*

ALBARETO (PC)
info & iscrizioni: Anna Maria Bucciotti
3683647479 | info@operaidellagrazia.it

BOVES (CN) Santuario sant'Antonio
info & iscrizioni: Umberto Bovani
0171380906
santantonioboves@gmail.com

BERGAMO
info & iscrizioni: sr. Maria Paola Aiello sa
mpaola.aiello@yahoo.it

CREMONA Presso "Cascina Fabio Moreni"
(situata nel parco del Morbasco)
info & iscrizioni: Stefano Baronio
3534258439
info@famigliabuonanovella.it

GENOVA (Villa s. Ignazio)
info & iscrizioni: p. Davide Saporiti sj
saporiti.d@gesuiti.it

GENOVA (Suore Dorotee)
info & iscrizioni: sr. Simona Isella
isellasi58@gmail.com

RHO (MI) presso PP Oblati Missionari+
info & iscrizioni: p. Francesco Ghidini
donfrancescoghidini@gmail.com

TORINO (Suore del Cenacolo)
info & iscrizioni: 0118195445
casa.spiritualita@suoredelcenacolo.it



CENTRO
IGNAZIANO
DI SPIRITUALITÀ
(CIS)

LOMBARDIA PIEMONTE LIGURIA

Corsi di esercizi ignaziani
Esercizi nella Vita Ordinaria
Esercizi personalmente guidati
Coppie/Famiglie
Mese ignaziano

Proposte Spiritualità Ignaziana
2023-2024



RITIRI IGNAZIANI

7-10 dicembre 2023

Come la pioggia e la neve... Esercizi Spirituali Ignaziani per giovani ex pellegrini nella Terra del Santo

p. Francesco Cavallini sj,
p. Matteo Suffritti sj ed équipe
Aloisianum Gallarate (VA)
info & iscrizioni: suffritti.m@gesuiti.it

16-18 febbraio

Esercizi brevi

sr. Maria Paola Aiello sa
info & iscrizioni: mpaola.aiello@yahoo.it

3-5 maggio

Monastero San Giuseppe,
monache Romite, Agra (VA)
don Nicola Porcellini
info & iscrizioni: donnicolafrancesco@gmail.com

11-12 maggio

Introduzione alla preghiera

don Ferruccio Ceragioli
Villa Lascaris (TO)
info & iscrizioni: Info@villalascaris.it

25-28 luglio

E nella notte ritrovammo il sentiero... Una riflessione sul camminare e un'esperienza di cammino in notturna

Umberto Bovani
info & iscrizioni: 0171380906
santantonioboves@gmail.com

30 agosto - 1° settembre

«Il Signore è in questo luogo e io non lo sapevo» (Gen 28,16)

Massimo Tozzo sj, sr. Sarah Bortolato,
don Andrea Lamperti Tornaghi,
Daniela Bernardini
Centro di spiritualità
del Santuario di Caravaggio (BG)
info & iscrizioni: 3280336972
centro@santuariodicaravaggio.org

26-29 settembre

*Pregare con il corpo, pregare con il cuore,
pregare con tutto se stessi*

p. Massimo Tozzo sj, Andrea Monzani
Oasi di Erba (CO)
info & iscrizioni: oasi@oasidierba.it

TEMPI LITURGICI FORTI

22-24 dicembre 2023

*«Vi annuncio una grande gioia» (Lc 2,10)
Ritiro in preparazione al Santo Natale*

p. Lorenzo Gilardi sj
Villa Speranza, San Mauro Torinese (TO)
info & iscrizioni: gilardi.l@gesuiti.it

22-24 marzo

*«Perché cercate tra i morti colui che è vivo?» (Lc 24,5)
Ritiro in preparazione alla Santa Pasqua*

p. Lorenzo Gilardi sj
Villa Speranza
San Mauro Torinese (TO)
info & iscrizioni: gilardi.l@gesuiti.it

28-30 marzo

Ritiro Triduo pasquale

p. Francesco Ghidini ed équipe
Collegio Oblati Missionari,
Corso Europa 228, Rho (MI)
info & iscrizioni: esercizi@oblatirho.it

28-31 marzo

*Contemplare la vita e la morte: parole,
gesti e silenzio – Un possibile percorso pasquale*

Per coppie/famiglie
Matteo Suffritti sj, Umberto
e Maria Grazia Bovani
Santuario di S. Antonio Boves (CN)
info & iscrizioni: 0171380906
santantonioboves@gmail.com

17-19 maggio

*«Verrà allo stesso modo in cui l'avete
visto andare via» (At 1,11)
Ritiro in preparazione alla Pentecoste*

p. Lorenzo Gilardi sj
Villa Speranza
San Mauro Torinese (TO)
info & iscrizioni: gilardi.l@gesuiti.it

ESERCIZI SERALI – QUARESIMA

**Giovedì 15, 22, 29 febbraio e 7 marzo
dalle 21:00 alle 22:15**

équipe: don Andrea Lamperti Tornaghi
ed équipe CIS
Santuario S. Maria del Fonte, Caravaggio (BG)
info & iscrizioni: esercizi@zona1cr.it

ESERCIZI SERALI – QUARESIMA

Da lunedì 18 a venerdì 22 marzo, dalle 20:45 alle 22:00
p. Antonio Baronio sj
Aloisianum Gallarate (VA)
info & iscrizioni: baronio.a@gesuiti.it

ON-LINE

MONTE OREB

don Ivano Tagliabue,
Arcangelo Prezioso ed équipe
**date incontri: i lunedì 8 e 22 gennaio,
5 e 19 febbraio, 4 e 18 marzo, dalle 20:30**
info & iscrizioni: Arcangelo
3474490041 | arcaprezioso@gmail.com

INTRODUZIONE ALLA PREGHIERA IGNAZIANA Novembre 2023

5 serate di introduzione pratica alla preghiera ignaziana
Guya Mina
**date incontri: lunedì 6, giovedì 9, lunedì 13,
giovedì 16 e lunedì 20, dalle 21:00 alle 22:30**
info & iscrizioni: guyamma@gmail.com

ESERCIZI AUTUNNO 2023

*Ciascuno trovi in me la forza. Figure bibliche
ed evangeliche per i momenti difficili*
sr. Enrica Bonino sa e Alessandra Doneda
**date incontri: 19 ottobre, 2, 16 e 30 novembre,
14 dicembre, dalle 20:45 alle 22:00**
info&iscrizioni: 3494300767
alessandradone@gmail.com

VERSO IL GIUBILEO 2025

In questo tempo di preparazione, fin da ora mi rallegro pensare che si potrà dedicare il 2024, a una grande "sinfonia" di preghiera. Anzitutto per recuperare il desiderio di stare alla presenza del Signore, ascoltarlo e adorarlo. Preghiera, inoltre, per ringraziare Dio dei tanti doni del suo amore per noi e lodare la sua opera nella creazione, che impegna tutti al rispetto e all'azione concreta e responsabile per la sua salvaguardia.

Papa Francesco, Lettera per il Giubileo del 2025

Carissimi/e,

queste proposte di spiritualità ignaziana vogliono offrire diverse modalità, diverse opportunità per prepararci al prossimo Giubileo. Quest'anno abbiamo pensato a due brochure per meglio visionare la ricchezza presente nel nostro territorio così che ciascuno possa scegliere ciò che più lo aiuta a nutrire l'amicizia con Dio nostro Signore. Ricordandoci vicendevolmente nella preghiera, vi auguriamo buon cammino.

■ L'équipe del CIS Nord Ovest

CONTATTI

✉ cis.novest@gesuiti.it

🌐 www.cis-esercizispirituali.net

📱 @CisNOvest

👤 Coordinatore: p. Massimo Tozzo sj

INTRODUZIONE ALLA CONTEMPLAZIONE IMMAGINATIVA DEGLI ESERCIZI SPIRITUALI

La preghiera come cammino verso un'intima conoscenza di Gesù e come invito alla creazione di comunità

Ottobre 2023 - maggio 2024

Incontri quindicinali on-line il mercoledì sera

info & iscrizioni: Emanuela Orlandi
manuorlandi57@gmail.com

ESERCIZI IGNAZIANI NELLA VITA ORDINARIA

Mettere ordine nella propria vita

A partire da lunedì 9 ottobre 2023, ore 21:15

Incontri quindicinali

p. Manino Luigi sj e collaboratori
info & iscrizioni: manino.l@gesuiti.it

FORMAZIONE

Ottobre 2023 - marzo 2024

Per rileggere la propria esperienza spirituale

15-19 ottobre 2023 e 10-14 marzo 2024

Per tutti

sr. Maria Paola Aiello sa
info & iscrizioni: mpaola.aiello@yahoo.it

Novembre 2023 - aprile 2024

Come dare gli esercizi

11 novembre 2023, 20 gennaio 2024,
9 marzo 2024, 13 aprile 2024

Per chi dà gli esercizi

sr. Maria Paola Aiello sa
info & iscrizioni: mpaola.aiello@yahoo.it

Novembre 2023 - maggio 2024

*Per chi svolge o desidera avviarsi
all'accompagnamento spirituale*

26-30 novembre 2023 e 10-14 marzo 2024
e 26-30 maggio 2024

Per tutti

sr. Maria Paola Aiello sa
info & iscrizioni: mpaola.aiello@yahoo.it

Dicembre 2023 - aprile 2024

*Percorso introduttivo alla spiritualità ignaziana.
Per approfondire alcune radici della spiritualità
ignaziana e per aiutare la relazione con il Signore*

(5 appuntamenti in presenza e on-line).

info & iscrizioni: sr. Enrica Bonino sa
bonino.capac@gmail.com



CENTRO
IGNAZIANO
DI SPIRITUALITÀ
(CIS)

LOMBARDIA PIEMONTE LIGURIA

Ritiri ignaziani
Scuola di preghiera on-line
Tempi liturgici forti
Formazione

Proposte Spiritualità Ignaziana
2023-2024

