



Perché la *mia gioia* *Gv 15,11* *sia in voi* e la *vostra gioia* **SIA PIENA**

**(13)-14-15
marzo
2026**

ESERCIZI SPIRITUALI DIOCESANI per adolescenti & giovani

CHE COSA sono gli esercizi spirituali?

Sono un'esperienza che **LASCIA IL SEGNO** perché puoi immergerti in Dio, **ASCOLTARE** nel profondo la sua Parola e i sentimenti che fa risuonare in te, dentro un clima di **SILENZIO** e di **PREGHIERA**

CHI ci sarà agli esercizi spirituali?

Tanti **ADOLESCENTI** e tanti **GIOVANI** di tutta la diocesi, divisi in gruppi per fasce d'età, e un'équipe di guide che ti accompagneranno.
Non sarà un percorso di gruppo, ma di **RICERCA PERSONALE**

QUANDO saranno gli esercizi spirituali?

Per **ADOLESCENTI** (nati dal 2011 al 2007)
dalle 15.30 di **SABATO 14 MARZO 2026**
alle 18.00 di **DOMENICA 15 MARZO**.

Per **GIOVANI** dai 19 ai 35 anni
(nati dal 2006 al 1991)
dalle 20.30 di **VENERDÌ 13 MARZO 2026**
alle 18.00 di **DOMENICA 15 MARZO**.

CHE COSA si fa negli esercizi spirituali?

Ci saranno alcune **RIFLESSIONI** e momenti di **CONFRONTO** con un'équipe di accompagnatori (*preti, consacrate e laici*), tempo di **DESERTO** e **SILENZIO** personale, momenti di **PREGHIERA** insieme.

DOVE si svolgeranno gli esercizi spirituali?

Presso il Seminario Vescovile di Bergamo
(via Arena 11 - Città Alta)
Possibilità di parcheggio gratuito in loco

COME avere informazioni?

Per ulteriori informazioni o richieste
scrivi una mail a:
tempidellospirito@curia.bergamo.it

COME ci si iscrive?

**Compila il modulo di iscrizione
ENTRO SABATO 28 FEBBRAIO 2026.**

È richiesto un contributo di:

- 35 € per gli Esercizi Adolescenti
- 60 € per gli Esercizi Giovani

Il resto è a carico della Diocesi



Clicca qui



**O inquadra il QR Code
per iscriverti**