

Programma Quorle 2026

L'eremo e il silenzio non si possono spiegare, si possono solo vivere!

Anche la natura ci aiuta a capire chi siamo e nella semplicità del suo abbraccio possiamo non solo "fare", ma incontrare ed abbracciare la parte più profonda e vera di noi per poter "essere" semplicemente e meravigliosamente noi stessi

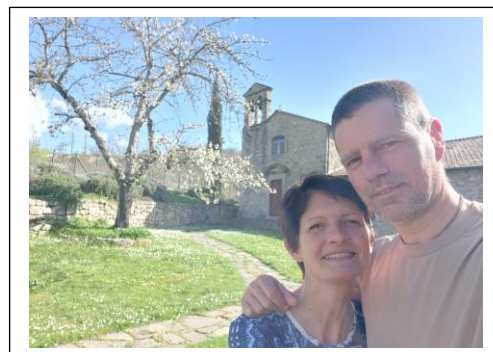


23-26 Aprile: Lavoro in fraternità

Giorni per risvegliare e curare l'eremo dopo la pausa invernale: è tempo di giardinaggio, di preparazione dell'orto, di legna, di manutenzione e pulizie di primavera... lo vivremo in fraternità prendendoci cura non solo dell'eremo ma anche della vita e delle relazioni che fioriranno tra noi. Inizieremo il giovedì 23 aprile con la cena e concluderemo con il pranzo di domenica 26.

ACCOGLIENZA

puoi venire a trascorrere qualche giorno di
EREMO o FRATERNITA' SEMPLICE E LAVORO
insieme a noi
nei periodi liberi da iniziative



30 aprile-3 maggio: Corso francescano: lo sguardo di Francesco

A chi vogliamo rendere conto nella nostra vita?

Quali paure ci bloccano nel passato?

Ci sono pensieri che ci fanno vivere con ansia il futuro?

Giorgio ci guiderà a scoprire la concretezza della spiritualità di S. Francesco d'Assisi per imparare a stare nel presente più liberi e consapevoli.

Vivremo il corso in fraternità e condivisione, con passeggiate nella bellezza della natura di Quorle, un po' di lavoro e spazi personali.

Inizio con la cena di giovedì 30 aprile fino al pranzo di domenica 3 maggio.



9-10 maggio: accoglienza convegno a Romena

Sarà possibile pernottare a Quorle durante i giorni del Convegno di Romena per arricchire di Pace e silenzio l'intenso percorso proposto.

11-12 maggio: Natura e silenzio

Giorni insieme per condividere quanto vissuto nel convegno e permettere ai semi piantati nei nostri cuori di attecchire e crescere facendo esperienza di quel silenzio che dà Pace, nella natura che ci accoglie e ci rigenera.

Dalla cena di venerdì 8 (per chi vuole) o dalla sera di sabato 9, fino al pranzo di martedì 12 maggio.

15-17 maggio: terzo corso

Informazioni e iscrizioni presso la segreteria di Romena



10-14 giugno: Con Francesco a Romena (Cammino francescano dall'eremo di Cerbaiolo via La Verna, Camaldoli fino a Romena)

Bellissima e consolidata esperienza del cammino Francescano attraverso le foreste casentinesi, con partenza dall'Eremo di Cerbaiolo, passando per La Verna e Camaldoli e arrivo a Romena più liberi e leggeri arricchiti di bellezza negli occhi e nel cuore. Il cammino sarà guidato dalla storia e dalla vita di Francesco d'Assisi che con i suoi passi illuminerà i nostri.

Ritrovo alle 14.00 a Romena il mercoledì 10 giugno e rientro a Romena nel pomeriggio di domenica 14.



19-21 giugno: Il sole dentro di noi: Nutrirsi, Curarsi e Celebrarsi in Natura durante la stagione estiva

Con Sabrina Sgammini e Federica Nena, naturopate

Vivere il solstizio d'estate in un'atmosfera magica, immersi nella natura di Quorle.

Un'occasione preziosa per riconnetterti con te stesso e con la natura sperimentando pratiche naturopatiche semplici ed efficaci per ritrovare equilibrio e vitalità.

Scoprirai i cibi più adatti all'energia della stagione, i benefici degli auto-trattamenti e il potere dell'aromaterapia. Raccoglieremo insieme le erbe spontanee per preparare l'Acqua di San Giovanni, un elisir di benessere e protezione, e scoprirai i poteri curativi delle erbe raccolte in questa notte speciale.

Il programma include:

- Workshop: erbe, cibo e organi più sollecitati nella stagione estiva
- Workshop: l'auto-trattamento del piede secondo le tecniche della riflessologia plantare
- Meditazioni guidate nella natura
- Raccolta di erbe spontanee e preparazione dell'Acqua di San Giovanni con celebrazione serale



26-28 giugno: INTIME MAPPE Laboratorio di scrittura autobiografica Con Martina Balsamo, esperta nella conduzione di laboratori autobiografici e nella raccolta biografica.

Attraverso immagini e parole, la penna autobiografica ci accompagnerà in un viaggio tra i luoghi dell'anima e i nostri paesaggi interiori, per scoprire ed esplorare ciò che ci abita.

Dal pranzo di venerdì 26 giugno al pranzo di domenica 28 giugno.



4-5 luglio: festival Romena

Sarà possibile pernottare a Quorle durante i giorni del festival di Romena per arricchire di Pace e silenzio l'intenso percorso proposto.

17-19 luglio: terzo corso

Informazioni e iscrizioni presso la segreteria di Romena

24-26 luglio: L'arte del nutrimento

Seminario dedicato alla consapevolezza alimentare, dove conoscenze scientifiche e visione energetica si incontrano: dalla scelta degli alimenti alla loro combinazione, dalla preparazione alla consumazione per trasformare il cibo in una fonte di benessere quotidiano.



Un percorso in cui **Federica Nena**, naturopata, ci guiderà a:

- * conoscere gli alimenti e i loro effetti fisiologici ed energetici
- * comprendere come il cibo interagisce con i sistemi del corpo (digestivo, ormonale, nervoso)
- * imparare a combinare i cibi per favorire sinergia, assimilazione ed equilibrio
- * trasformare l'atto del mangiare in un'esperienza di nutrimento autentico, consapevole e rigenerante

Dalla cena del venerdì 24 luglio al pranzo di domenica 26 luglio.

31 luglio - 3 agosto: Pane, pasta e poesia... con Pietro e Maria

Corso creativo in cui mettere in gioco mani e cuore.

Impareremo i segreti del buon pane che impasteremo e cuoceremo nell'antico forno a legna di Quorle.

Prepareremo con le nostre mani la pasta di vario tipo.

Scopriremo le poesie che portiamo dentro con il metodo del Caviardage.

Dalla cena di venerdì 31 luglio al pranzo di lunedì 3 agosto



7-11 agosto: Quorle sotto le stelle

Nel periodo delle stelle cadenti ci lasceremo incantare dal cielo e proveremo a sognare ad occhi aperti per dare spazio e forza ai nostri sogni perché siano loro ad orientare le nostre vite.

Fraternità con un ospite speciale: il piccolo principe.

Dalla cena di venerdì 7 agosto al pranzo di martedì 11

14-17 agosto: Quorle tra cielo e terra

Armonia, benessere, equilibrio.

Fraternità a Quorle con **Monica Persi**, insegnante di arti marziali interne e Qi Gong, che ci accompagnerà a sperimentare l'armonia tra natura e cultura orientale per ritrovare quel riposo che rinfancia e quel movimento che non stanca ma anzi ci rinvigorisce.

Per tornare alla vita di tutti i giorni più carichi e autentici.

Dalla cena di venerdì 14 al pranzo di lunedì 17 agosto



20-23 agosto: Il Giardino delle Meraviglie

Percorso Sensoriale-Creativo tra Erbe Officinali e Acquerelli. Con **Cristina Cavallaro** appassionata acquerellista e **Ornella Filippini** esperta erborista ed atelierista.

Scopriremo la grande ricchezza che la natura di Quorle ci dona con colori, profumi e sapori per imparare a goderne e a farne usi sorprendenti nella loro semplicità. Acquerelli, laboratori e atelier da scoprire risveglieranno il nostro spirito creativo in un corso tutto da assaporare vivendolo.

Non serve nessuna formazione artistica, sarà il percorso a fare la differenza sul risultato.

Dalla cena di giovedì 20 agosto al pranzo di domenica 23



26-30 agosto: Cammino francescano (Cammino francescano dall'eremo di Cerbaiolo via La Verna, Camaldoli fino a Romena)

Bellissima e consolidata esperienza del cammino Francescano attraverso le foreste casentinesi, con partenza dall'Eremo di Cerbaiolo, passando per La Verna e Camaldoli e arrivo a Romena più liberi e leggeri arricchiti di bellezza negli occhi e nel cuore.

Il cammino sarà guidato dalla storia e dalla vita di Francesco d'Assisi che con i suoi passi illuminerà i nostri.

Ritrovo alle 14.00 a Romena il mercoledì 26 agosto e rientro a Romena nel pomeriggio di domenica 30 agosto

25-27 settembre: terzo corso

Informazioni e iscrizioni presso la segreteria di Romena



2-4 ottobre: Dalle tenebre alla luce – Corso francescano

Giorgio ci accompagnerà a conoscere la sorprendente esperienza che ha trasformato Francesco d'Assisi in "San Francesco".

La "perfetta letizia" che lui ha scoperto e vissuto è così lontana dalle nostre vite? Alle porte dell'autunno con i suoi colori che cambiano e riempiono il bosco di meraviglia, vivremo giorni per interrogarci e lasciarci mettere un po' in discussione senza paura e con semplicità.

Dalla cena di venerdì 2 al pranzo di domenica 4 ottobre

10-11 ottobre: accoglienza convegno a Romena

Sarà possibile pernottare a Quorle durante i giorni del Convegno di Romena per arricchire di Pace e silenzio l'intenso percorso proposto.

12-13 ottobre: Natura e silenzio

Subito dopo il convegno d'autunno di Romena vivremo qualche giorno insieme per condividere quanto vissuto nel convegno e per permettere ai semi piantati nei nostri cuori di attecchire e crescere facendo esperienza di quel silenzio che dà Pace, nella natura che ci accoglie e ci rigenera.

Dalla cena di venerdì 9 (per chi vuole) o dalla sera di sabato 10, fino al pranzo di martedì 13 ottobre.

Per informazioni, iscrizioni e contatti:

quorle@romena.it

Whatsapp (chiamate o messaggi): [3533564488](https://www.whatsapp.com/channel/00299a61111111111111)

Puoi seguirci anche su [Fb Eremo di Quorle](https://www.facebook.com/Eremo-di-Quorle)

Ti aspettiamo con gioia a Quorle!!!

