



Centro di Meditazione di Torino

Self-Realization Fellowship

## **RITIRO SPIRITUALE** dedicato alla meditazione e al silenzio

Venerdì 24 - Sabato 25 - Domenica 26 Marzo 2023

Tema "Come ergersi al di sopra dei propri problemi"



Presso il **Centro di Spiritualità di Rivalba**

Via Castello 2 – 10090 **Rivalba TO**

Telefono 011 9604436

Mail: [centrodispiritualita@figliedisangiuseppedirivalba.org](mailto:centrodispiritualita@figliedisangiuseppedirivalba.org)

Sito web: <https://www.figliedisangiuseppedirivalba.org/>

( 21 km. a nord est di Torino, zona San Mauro, Gassino, A4 MI e TO, uscita Volpiano sud-Brandizzo Ovest, indicazioni per Gassino Torinese)



# **PROGRAMMA**

Ritiro Spirituale dedicato alla meditazione e al silenzio  
(*Verrà mantenuto il silenzio dalla cena di venerdì al pranzo domenicale*)

## VENERDI' 24 MARZO

15:30 – Preparazione della sala

Inizio Evento

17:30-17:45 – Esercizi di ricarica

17:45-19:15 – Meditazione con Servizio di guarigione

19:30 – Cena

20:30 – Proiezione conferenza Monaca/o, con sottotitoli in italiano

## SABATO 25 MARZO

07:30-07:45 – Esercizi di ricarica

07:45-08:45 – Meditazione

09:00 – Colazione

10:00-12:00 – Meditazione con Servizio di guarigione

12:30 – Pranzo

15:45-16:00 – Esercizi di ricarica

16:00-19:00 – Meditazione con Kirtan e Servizio di guarigione

19:30 – Cena

20:30 – Proiezione conferenza Monaca/o, con sottotitoli in italiano

## DOMENICA 26 MARZO

07:30-07:45 – Esercizi di ricarica

07:45-08:45 – Meditazione

09:00 – Colazione

10:00-12:00 – Servizio di Lettura-Meditazione e Servizio di guarigione

12:30 – Pranzo

14:15 – Foto di Gruppo

14:30-15:30 – Kirtan e Commiato



## ULTERIORI INFORMAZIONI

*Il complesso, totalmente ristrutturato, è situato nell'area del castello gestito dalle Suore, le Figlie di San Giuseppe, in cima alle colline torinesi.*

Il costo previsto a persona è di 65,00€/notte in camera SINGOLA e 55,00€/notte in camera DOPPIA (con colazione, pranzo e cena compresi). È, inoltre, possibile prenotare una camera (con la sola colazione compresa) al costo di 50,00€/notte (SINGOLA) e 40,00€/notte (DOPPIA).

Pertanto, l'importo complessivo del soggiorno:

- nella formula completa è di 130,00€ in camera singola e 110,00€ in camera doppia (due notti, due colazioni e quattro pasti)
- nella formula ridotta è di 100,00€ in camera singola e 80,00€ in camera doppia (due notti e due colazioni).

Il costo di ogni singolo pasto (per chi non pernotta) è di 15,00€.

Il menù è vegetariano (primo, secondo con contorno, frutta ed acqua minerale come bevanda).

**Iscrivarsi entro e non oltre GIOVEDÌ 16 MARZO 2023, utilizzando il modulo online (presente nella newsletter dedicata).**

**Copie cartacee del modulo saranno anche disponibili presso il Centro SRF di Torino.**

**Per confermare la prenotazione è necessario versare un acconto di €20,00.**

L'acconto può essere versato tramite bonifico:

IBAN IT69P0306909606100000115997 (specificando nella causale il proprio nominativo e "Ritiro Spirituale Marzo 2023").

**E' fondamentale inviare la copia del bonifico e un recapito telefonico all'indirizzo e-mail: [isa.arleri@gmail.com](mailto:isa.arleri@gmail.com)**

Chi non avesse la possibilità di effettuare il bonifico, può consegnare l'acconto al tesoriere del Centro SRF di Torino, Sig. Stefano Pisano.

Per ulteriori informazioni scrivere a [yoganandaji@yogananda-torino.org](mailto:yoganandaji@yogananda-torino.org) oppure contattare il Sig. Giancarlo Fioratti 335 328 904