



ESERCIZI SPIRITUALI ITINERANTI 2011

DA PIEVE DI CADORE A LONGARONE

19-20-21 agosto 2011

- SCHEDA DI ISCRIZIONE -

Si prega di recapitare la scheda, compilata e firmata,
entro il **29 luglio 2011** a:
Agenzia «PLAVIS VIAGGI», piazza Piloni 7, 32100 Belluno
oppure via mail a: plavis@diocesi.it

Il saldo della quota deve essere versato all'iscrizione

- Direttamente presso l'Agenzia Plavis Viaggi
- Con bonifico bancario sulle coordinate:
UNICREDIT BANCA – Ag. Belluno P.zza Martiri
IBAN IT 13 X 0200811910 000100678846
c/c intestato a PLAVIS VIAGGI SRL

Per informazioni: Plavis Viaggi 0437 940450

Mi chiamo (nome e cognome)nato il.....
a.....residente a.....in via.....
e intendo partecipare agli Esercizi spirituali itineranti 2011.

Dichiaro di aver preso visione del **Programma di massima** e delle **Note informative** allegate alla presente scheda di iscrizione e di accettarne i contenuti.

Mi impegno a versare la quota di partecipazione come previsto nelle Note informative allegate.

Per ricevere le successive comunicazioni, lascio questi miei recapiti:

Indirizzo (Via, n. civico, città, CAP).....

.....

E-mail:.....

Tel:.....Cellulare:.....

Data e firma:.....

PER MOTIVI LEGATI ALL'ASSICURAZIONE È OBBLIGATORIA LA COMPILAZIONE DELLA SCHEDA

Privacy

Si informa che tutti i dati personali verranno trattati nel pieno rispetto delle disposizioni dell' ex art. 13 D. Lgs. 196/03 (protezione dati personali). I dati personali in ogni caso non saranno trasmessi a terzi e in ogni momento potranno essere cancellati a richiesta del consumatore.

PROGRAMMA DI MASSIMA

Venerdì 19

Ritrovo dei partecipanti con mezzi propri a Pieve di Cadore presso la Chiesa parrocchiale un po' prima delle ore 9. Da Belluno c'è la possibilità di effettuare il trasferimento fino a Pieve di Cadore con pullman di linea Dolomiti Bus: la partenza del pullman è alle 06.55 dal Piazzale della Stazione (corsia 23) con arrivo a Pieve di Cadore alle 08.00. Munirsi di biglietto a terra: a bordo si paga un sovrapprezzo.

Si percorrerà la tappa n. 24 del Cammino delle Dolomiti (circa 5 ore di cammino, con circa 400 m di dislivello in discesa, senza rilevanti salite). Lungo il cammino sono previste, oltre alla meditazione iniziale nella chiesa parrocchiale di Pieve di Cadore, soste al santuario del Cristo di Pieve di Cadore, alla chiesa di San Martino di Valle di Cadore, alla chiesetta della Ss. Trinità e alla chiesa di Damos, nei cui pressi è previsto il pranzo al sacco (a cura di ogni partecipante).

Giunti a Perarolo, sede finale di tappa, è prevista una prima accoglienza e meditazione nella chiesa parrocchiale di San Nicolò. Seguirà la visita al Museo del Cidolo; quindi i pellegrini prenderanno contatto con le case private dei parrocchiani dove saranno alloggiati per la notte.

La cena comunitaria sarà organizzata dalla Pro loco e da tutta la comunità di Perarolo.

Nel dopo cena è previsto un concerto con il duo Elena Modena e Ilario Gregoletto "In unum ensemble" e preghiera-meditazione serale.

Sabato 20

Dopo la colazione comunitaria o al bar, ritrovo in chiesa per la meditazione.

Si percorrerà la tappa n. 25 del Cammino delle Dolomiti (circa 6 ore di cammino, con molti saliscendi, ma senza significativo dislivello). Lungo il cammino, oltre alla meditazione iniziale nella chiesa parrocchiale di Perarolo, sono previste la visita alla chiesetta della Madonna della Salute di Macchietto, alla chiesa di Ospitale e Termine di Cadore e di Castellavazzo. Il pranzo sarà organizzato a Davestra.

L'arrivo a Longarone è previsto nel tardo pomeriggio, con sistemazione nel parco Baden-Powell: cena e pernottamento (in tenda) a cura degli scout di Longarone. Prevista anche la visita alla chiesetta di San Francesco.

Nel dopo cena, spostamento piedi e meditazione attorno al fuoco ai Murazzi (se piove si fa in chiesa parrocchiale).

Domenica 21

Dopo la colazione comunitaria al campo, partenza in pullman per Fortogna, con visita e meditazione al cimitero del Vajont. Ritorno a Longarone in pullman, con ritrovo alle ore 10 nell'anfiteatro sopra la chiesa, per una meditazione in ricordo di don Francesco Cassol; qui si ritroveranno anche i gruppi che - in modo indipendente - si stanno organizzando per giungere a Longarone dalle località limitrofe.

Alle ore 10.45 S. Messa con la comunità di Longarone, in ricordo di don Francesco Cassol.

Seguirà il pranzo al campo Baden-Powell, per i soli partecipanti agli esercizi.

Saluti e congedo finale nel primo pomeriggio

NOTE INFORMATIVE

Modalità e quota di iscrizione

È prevista la partecipazione di 50 persone al massimo.

Le iscrizioni chiuderanno ad esaurimento dei posti e/o comunque al 29 luglio 2011.

La quota individuale per le tre giornate, comprensiva di pernottamenti, colazioni e pasti, assicurazione, materiale informativo e trasferimento in pullman a Fortogna è di **€ 80,00**.

In caso di ritiro la quota di partecipazione verrà restituita **SOLTANTO se la persona verrà sostituita** da un altro partecipante agli esercizi.

Gli Esercizi Spirituali Itineranti si svolgeranno con qualsiasi condizione meteorologica, eventualmente con lievi modifiche del percorso. Solo in caso di previsioni di particolare criticità si potrà decidere l'annullamento. In tal caso si provvederà a informare appena possibile.

Con quale spirito, con quale preparazione

Camminare per ritrovarsi, nella fatica quotidiana, nel silenzio, nel ritmo dei propri passi, nella condivisione e nel confronto con la gente, nel rivivere la storia, la spiritualità e la cultura di un tempo.

Il Cammino delle Dolomiti nasce dal sinodo diocesano di Belluno-Feltre, e la parola «sinodo» indica proprio il *cammino* fatto *insieme*. Per questo è stato pensato come un percorso da fare in compagnia, per scambiarsi impressioni lungo il viaggio o per lasciar parlare il silenzio e il cuore, come spesso avviene in montagna.

Gli Esercizi Spirituali Itineranti lungo il Cammino delle Dolomiti sono una esplicita proposta di meditazione religiosa cristiana.

Le tre tappe degli Esercizi Spirituali Itineranti del 2011 non presentano particolari difficoltà tecniche (si sviluppano soprattutto su sentieri larghi e facili; nessuna ferrata; non sono richieste competenze alpinistiche), ma è certamente utile giungere alla partenza con una adeguata preparazione al cammino. Bisogna essere in buone condizioni rispetto all'impegno richiesto e consapevoli delle proprie capacità. Ciascuno, prima di iscriversi, è tenuto a fare alcune valutazioni personali: la lunghezza e il dislivello della tappa sono compatibili con le mie capacità? Sono abituato a camminare per ore portando lo zaino?

I pericoli e i rischi connessi allo svolgimento di qualsiasi attività legata alla montagna non vanno mai sottovalutati, anche in caso di escursioni semplici come quelle previste.

Nella guida del Cammino delle Dolomiti, nel sito www.camminodolomiti.it e presso l'Agenzia Plavis Viaggi potete trovare tutte le informazioni che vi servono.

A tutti i partecipanti sarà richiesto un certo spirito di adattamento, per affrontare con serenità anche i piccoli e inevitabili disagi che si potranno incontrare lungo il percorso.

Particolare attenzione dovrà essere posta nello scegliere la propria attrezzatura (zaino, scarpe, abiti, cibo, acqua).

Che cosa mettere nello zaino

E' necessario portarsi il sacco a pelo.

E' necessario portarsi il pranzo al sacco per il primo giorno.

Partecipando a due o tre giorni di cammino bisogna riuscire a mantenere il peso dello zaino entro i 10 chili per le donne e i 12 per gli uomini. Si consiglia di mettere nel proprio zaino: una giacca impermeabile (meglio leggera e comprimibile) o un poncho in tela cerata, una tuta per dormire, guanti e cappellino (alla sera può far freddo), un *pile* pesante e uno leggero, due t-shirt, un paio di pantaloni lunghi, slip e calze secondo i propri usi, asciugamano e borsetta per igiene personale, eventuali scarpe da riposo, farmaci personali (anti-infiammatori, cerotti per vesciche eccetera); meglio mettere un sacchetto di plastica sul fondo dello zaino, serve per impermeabilizzare e per i rifiuti. Ricordate la borraccia per l'acqua e qualche alimento energetico, per ripristinare l'equilibrio degli zuccheri. Utili anche: un copri-zaino per la pioggia, pila frontale, un fischietto, stringhe di ricambio per le calzature, fazzoletti di carta ed eventualmente occhiali da sole. Carta e penna per il "diario" giornaliero.