PICCOLI GRUPPI

Giugno - Luglio 2025

dal 09.06 al 13.07

CEPLUGANO

TROVARE LA LIBERTÀ

I Piccoli Gruppi sono un'attività proposta dalla CEP Lugano per permettere alle persone di avere momenti di condivisione insieme. In svariate forme e tipologie, i Piccoli Gruppi consentono a persone di tutte le età di coltivare buone relazioni da vicino in un ambiente che di solito va dalle 5 alle 10 persone.

TRE BLOCCHI ALL'ANNO

Nel corso dell'anno hanno luogo tre blocchi di Piccoli Gruppi: il primo di 13 settimane, il secondo di 5 settimane e il terzo ancora di 13 settimane, con inizio rispettivamente a febbraio, giugno e settembre.
A ogni blocco, chiunque può iscriversi per partecipare a un piccolo gruppo; per i più coraggiosi e con tempo a disposizione, si può partecipare anche a più gruppi!

PER TUTTI I GUSTI

Sono disponibili più gruppi e con temi diversi per poter essere stimolati e coinvolti nel partecipare in un contesto sempre diverso e in base ai propri interessi. Più informazioni riguardo a un gruppo possono essere chieste al responsabile specifico. Giorno e ora di incontro possono cambiare in accordo tra responsabile e partecipanti.

TROVARE LA LIBERTÀ

I Piccoli Gruppi sono uno dei quattro programmi principali della CEP Lugano. Come chiesa abbiamo la visione di accompagnare le persone lungo un percorso dove chiunque possa Conoscere Dio, Trovare la libertà, Scoprire i propri talenti e Fare la differenza.
Conoscendo Gesù, conosciamo lo scopo della nostra vita e viviamo un senso di libertà e salvezza rispetto al passato. In tanti ambiti della nostra vita rimaniamo però ancora alla ricerca di libertà, per poter vivere meglio e maturare nel carattere.
I Piccoli Gruppi sono uno strumento pensato per poter essere incoraggiati a superare le sfide e crescere attraverso la condivisione e sane relazioni con gli altri per Trovare la Libertà.

ISCRIZIONI

ENTRO L'8 GIUGNO 2025
CEPLUGANO.CH/PICCOLIGRUPPI

LA TUA FEDE CRESCE CON GLI ALTRI

PICCOLI GRUPPI

01 A SPASSO CON CINDY

02 ATTI DEGLI APOSTOLI

03 COLAZIONE INSIEME

04 EVANGELIZZARE CON IL CINEMA

05 GOOD MORNING WEEK

06 GR8 LOVERS

07 IL CLAN DELLA BRACE

08 IL MESSAGGIO DEL SIGNORE

09 INCONTRIAMOCI INSIEME

10 LA CREAZIONE

11 LA PERSEVERSANZA NEL SEGUIRE GESÙ

12 L'IMPRONTA DEL PADRE. TRACCE D'AMORE NEL CREATO

13 MAMME E BAMBINI

14 PRANZIAMO INSIEME

15 TRA UN TUFFO E UN VERSETTO

16 UN CAFFÈ E 4 CHIACCHIERE

17 1 TIMOTEO E TITO

dal 09.06 al 13.07

A SPASSO CON CINDY

per tutte le età

PICCOLO GRUPPO 01

Giorno	**Martedì**
Orario	**09:30-11:30**
Luogo	**Luganese**

DESCRIZIONE

Cinderella è la mia dolcissima cucciola di Beagle che ama camminare e giocare. Insieme a lei faremo delle belle passeggiate e inizieremo a goderci l'arrivo dell'estate in mezzo alla natura sempre più verde.

PERCHÈ PARTECIPARE

Ti piace passeggiare e magari hai un amico a quattro zampe. Avremo anche un momento di sosta per rinfrescare non solo il corpo ma anche lo spirito con l'incoraggiamento della Parola.

DI COSA TENERE CONTO

Sei sicuramente il benvenuto anche se non hai un cane e vuoi goderti una sana passeggiata in bella compagnia. Vieni vestito comodo, il giusto abbigliamento rende le passeggiate più piacevoli.

RESPONSABILE

Noemi Ernst

Iscrizioni entro l'8 giugno 2025 su ceplugano.ch/piccoligruppi

ATTI DEGLI APOSTOLI

per tutte le età

Giorno **Giovedì**
Orario **20:00-21:15**
Luogo **Faido**

PICCOLO GRUPPO 02

DESCRIZIONE

Nella prima parte dell'incontro leggeremo un passaggio dagli Atti degli Apostoli che ci ricorda come il messaggio di Gesù ha toccato i cuori delle persone nei contesti più diversi. In un secondo momento ci incoraggeremo a vicenda a coltivare relazioni sul territorio e ad essere di ispirazione alle persone interessate alla fede, prendendoci anche un momento di preghiera.

PERCHÈ PARTECIPARE

Perché abiti nell'Alto Ticino e desideri partecipare ad un gruppo che ha a cuore le persone e la regione.

DI COSA TENERE CONTO

Ti incoraggiamo a portare la tua Bibbia.

RESPONSABILE

Joel Bischof

Iscrizioni entro l'8 giugno 2025 su ceplugano.ch/piccoligruppi

COLAZIONE INSIEME

per tutte le età

PICCOLO GRUPPO 03

Giorno	**Domenica**
Orario	**08:30-09:15**
Luogo	**CEP Lugano**

DESCRIZIONE

Arriva l'estate! Perché non iniziare la giornata con una buona colazione all'aria aperta? Parleremo di come è andata la settimana e insieme pregheremo per la successiva in modo da poter essere guidati da Dio durante tutta la settimana.

PERCHÈ PARTECIPARE

Anche momenti semplici come la colazione possono diventare strumenti di comunione cristiana per rafforzare i legami. Aiuta a conoscersi meglio e a creare un senso di appartenenza a un'unica famiglia spirituale.
"E ogni giorno andavano assidui e concordi al tempio, rompevano il pane nelle case e prendevano il loro cibo insieme, con gioia e semplicità di cuore". Atti 2:46

DI COSA TENERE CONTO

Per la colazione è richiesta una partecipazione di CHF 5.00.

RESPONSABILE

Maurizio Naro

Iscrizioni entro l'8 giugno 2025 su ceplugano.ch/piccoligruppi

EVANGELIZZARE CON IL CINEMA

per tutte le età

Giorno	**Mercoledì**
Orario	**20:00-22:00**
Luogo	**CEP Lugano**

PICCOLO GRUPPO 04

DESCRIZIONE

Il messaggio del Vangelo attraverso piccole produzioni video. Sul canale Youtube @cepmediavision puoi scoprire le produzioni che abbiamo fatto nel passato. Nel corso di 5 settimane ci saranno input, momenti di condivisione su aspetti spirituali, ma anche momenti di discussione creativa a partire dal messaggio biblico.

PERCHÈ PARTECIPARE

Se pensi che la Buona Notizia possa essere condivisa praticamente e facilmente attraverso la settima arte questo gruppo può essere una buona possibilità per te.

DI COSA TENERE CONTO

Il responsabile del gruppo ha esperienza nella creazione, elaborazione e produzione di materiale video. Sei invitato a partecipare e trascorrere del tempo con noi dedicando le tue capacità al servizio di Dio.

RESPONSABILE

Carlo Crivelli

Iscrizioni entro l'8 giugno 2025 su ceplugano.ch/piccoligruppi

GOOD MORNING WEEK

per tutte le età

Giorno **Lunedì**
Orario **07:00 -07:30**
Luogo **Online**

PICCOLO GRUPPO 05

DESCRIZIONE

Il Re Davide proclamava nel Salmo 63 "...Tu sei il mio Dio, io Ti cerco al mattino, di te ha sete l'anima mia..." Con questo piccolo gruppo vogliamo iniziare la settimana insieme, mettendo il nostro nuovo inizio nelle Sue mani. Ogni lunedì mattina, prima di iniziare la nostra routine lavorativa o scolastica, ci incontreremo per avere un piccolo momento di lode e intercessione e verremo incoraggiati dalla Sua Parola.

PERCHÈ PARTECIPARE

Alzarsi presto ci permette di dedicarci ad attività che faremmo fatica a compiere durante la giornata, e iniziare alla presenza di Dio sicuramente aiuta a scandire il ritmo della giornata. Se vuoi avere un momento di condivisione con altre persone o iniziare una nuova disciplina spirituale questo gruppo fa per te!

DI COSA TENERE CONTO

Saremo mattinieri e il gruppo si terrà online (via zoom). Si richiede puntualità in quanto la routine lavorativa di ognuno di noi inizia in maniera differente; vogliamo quindi onorare il tempo di ciascuno. Siete i benvenuti con il vostro caffè!

RESPONSABILE

Noemi Ernst

Iscrizioni entro l'8 giugno 2025 su ceplugano.ch/piccoligruppi

GR8 LOVERS

per tutte le età

PICCOLO GRUPPO
06

Giorno **Varia**
Orario **19:30-21:30**
Luogo **Luganese**

DESCRIZIONE

GR8 LOVERS è un piccolo gruppo estivo dedicato alla scoperta dei grotti ticinesi nel Luganese. Ogni serata sarà l'occasione per visitare un grotto diverso, gustare specialità locali e condividere momenti autentici attorno a una tavola. Il giorno della settimana varia, ma lo spirito resta lo stesso: esplorare, mangiare bene e vivere la bellezza della convivialità.

PERCHÈ PARTECIPARE

Perché ogni grotto è una storia da vivere insieme. È un'occasione per conoscere posti nuovi, riscoprire sapori della tradizione e condividere la serata con persone che hanno voglia di stare bene insieme. Nessuna formalità, solo semplicità, gusto e relazioni vere.

DI COSA TENERE CONTO

Le serate si svolgeranno nei seguenti giorni:

- Lunedì 9 giugno / Martedì 17 giugno / Martedì 24 giugno / Giovedì 17 luglio

Poiché faremo riservazione, sarà importante confermare la propria presenza con anticipo. Tutti i dettagli pratici saranno comunicati tramite una chat WhatsApp. Durante la cena ci sarà anche un piccolo momento di condivisione, spontaneo e libero.

RESPONSABILE

Joel Bischof

Iscrizioni entro l'8 giugno 2025 su ceplugano.ch/piccoligruppi

IL CLAN DELLA BRACE

per tutte le età

Giorno **Mercoledì o Sabato**
Orario **19:30-21:30 / 12:30-15:00**
Luogo **Faido**

PICCOLO GRUPPO 07

DESCRIZIONE

Il Clan della Brace è un piccolo gruppo che si riunisce nel giardino di casa del pastore a Faido, per grigliare in compagnia e godersi la semplicità di un pasto condiviso all'aria aperta. Carne alla brace, sorrisi sinceri e la bellezza naturale della Leventina fanno da cornice a queste giornate. E chi vuole può cogliere l'occasione di fare una passeggiata nei dintorni, magari fino alla cascata della Piumogna, prima o dopo il piccolo gruppo.

PERCHÈ PARTECIPARE

È l'occasione per rallentare, respirare aria pura, gustare una carne succosa e godersi momenti autentici insieme, tra chiacchiere e risate. Che sia pranzo o cena, il fuoco acceso è sempre un richiamo a stare insieme.

DI COSA TENERE CONTO

Gli incontri si terranno solo in caso di bel tempo nelle seguenti date:
Sabato 7 giugno (pranzo) / Mercoledì 11 giugno (cena) / Sabato 21 giugno (pranzo) / Mercoledì 25 giugno (cena)
Verrà richiesto un contributo per la carne, in base alla spesa effettiva. I dettagli organizzativi verranno comunicati tramite una chat WhatsApp. Porta la tua voglia di stare insieme... e magari anche le scarpe da passeggiata!

RESPONSABILE

Joel Bischof

Iscrizioni entro l'8 giugno 2025 su ceplugano.ch/piccoligruppi

IL MESSAGGIO DEL SIGNORE

per tutte le età

Giorno **Mercoledì**
Orario **20:00-22:00**
Luogo **Pregassona**

PICCOLO GRUPPO 08

DESCRIZIONE

Il Signore ci parla attraverso il messaggio domenicale.
Nel gruppo abbiamo la possibilità di discutere di quello che intende comunicare.

PERCHÈ PARTECIPARE

Ognuno si può esprimere liberamente su quanto sentito e parlarne in modo personale, aiutandosi, incoraggiandosi e prendendosi cura vicendevolmente.

DI COSA TENERE CONTO

Non è richiesta alcuna preparazione specifica (nemmeno aver sentito il messaggio anticipatamente).
Unici requisiti sono quelli di aver voglia di condividere le proprie opinioni e rispettare amorevolmente il prossimo.

RESPONSABILE

Thomas Ernst

Iscrizioni entro l'8 giugno 2025 su ceplugano.ch/piccoligruppi

INCONTRIAMOCI INSIEME

per tutte le età

PICCOLO GRUPPO 09

Giorno **Martedì**
Orario **20:00-21:15**
Luogo **Massagno**

DESCRIZIONE

Nel piccolo gruppo viene approfondito il messaggio domenicale attraverso un momento di condivisione.

PERCHÈ PARTECIPARE

Prendersi del tempo per stare insieme liberamente dove ognuno si può esprimere con la guida dello Spirito Santo incoraggiandoci a praticare i consigli della Parola di Dio.

DI COSA TENERE CONTO

L'importanza di questo piccolo gruppo è avere il desiderio di condividere anche le belle esperienze fatte nel Signore. L'incontro è libero per tutti.

RESPONSABILE

Angelo Pagano

Iscrizioni entro l'8 giugno 2025 su ceplugano.ch/piccoligruppi

LA CREAZIONE

per tutte le età

Giorno **Varia**
Orario **19:30-21:00**
Luogo **Online**

PICCOLO GRUPPO 10

DESCRIZIONE

Vuoi scoprire perle nascoste e sorprendenti collegate con il resto della Scrittura nel primissimo passaggio della Bibbia? Durante questo piccolo gruppo affronteremo il primo capitolo della Genesi versetto per versetto e ci lasceremo stupire da come Dio ha creato la terra.

PERCHÈ PARTECIPARE

Vuoi approfondire la tua conoscenza della Parola di Dio attraverso una lettura approfondita, scoprire aspetti del testo che non hai mai notato fino ad ora e trovare una nuova passione per l'Antico Testamento.

DI COSA TENERE CONTO

Il contenuto è lo stesso del piccolo gruppo degli anni scorsi. Si tratta di uno studio approfondito. È quindi necessario un interesse che vada oltre una lettura basilare dei testi.
Attenzione: l'incontro non è sempre lo stesso giorno della settimana:
MA 10.6 / GIO 19.6 / GIO 26.6 / LU 30.6 / MA 15.7

RESPONSABILE

Joel Bischof

Iscrizioni entro l'8 giugno 2025 su ceplugano.ch/piccoligruppi

LA PERSEVERANZA NEL SEGUIRE GESÙ

Per tutte le età

Giorno **Mercoledì**
Orario **20:00 -22:00**
Luogo **Caslano**

PICCOLO GRUPPO
11

DESCRIZIONE

Il Signore ci incoraggia a crescere spiritualmente e a non mollare di fronte alle difficoltà della vita.

PERCHÈ PARTECIPARE

Cresciamo insieme condividendo e meditando il messaggio domenicale. Ci fortifichiamo a vicenda e ci facciamo del bene.

DI COSA TENERE CONTO

Ambiente privilegiato e discreto per condividere le difficoltà e le preoccupazioni ma anche le esperienze personali vissute con il Signore.

RESPONSABILE

Renzo Luvini

Iscrizioni entro l'8 giugno 2025 su ceplugano.ch/piccoligruppi

L’IMPRONTA DEL PADRE. TRACCE D'AMORE NEL CREATO E NELLA NOSTRA VITA

Per tutte le età

Giorno	**Da definire insieme**
Orario	**Da definire insieme**
Luogo	**Luino (IT) e dintorni**

PICCOLO GRUPPO 12

DESCRIZIONE

Quando camminiamo nella natura, a volte ci capita di notare un’impronta sul terreno: il passaggio di un animale, il segno del vento sull’erba, una foglia caduta nel fango. Allo stesso modo, nelle pieghe della nostra vita e nella bellezza del creato, possiamo riconoscere le tracce discrete ma reali del Padre che ci ama. Come un padre attento, Dio lascia impronte, segni della sua presenza, della sua cura, della sua vicinanza. “Il Padre mio opera sempre” (Gv 5:17): anche quando non ce ne accorgiamo, Lui c’è, e ci precede.

PERCHÈ PARTECIPARE

Riscopriamo il creato come spazio di rivelazione, e lasciamoci toccare dalle sue “impronte”: nei colori di un tramonto, nel silenzio di un bosco, nel fruscio del vento tra gli alberi,... ma anche nei momenti più silenziosi del nostro cammino personale. Ogni attività – una passeggiata, un picnic, una visita ad un luogo simbolico – sarà accompagnata da un tema spirituale che ci aiuti a coltivare uno sguardo verso il Padre d'amore. Insieme vogliamo allenarci a vedere, a ringraziare, a rispondere.

DI COSA TENERE CONTO

Ogni attività sarà semplice, accessibile, all’aperto, nella zona di Luino e dintorni. Non serve esperienza escursionistica, solo disponibilità a camminare, a osservare e a lasciarsi guidare. Porta con te scarpe comode, una mente libera da distrazioni e il desiderio di riconoscere il tocco del Padre nella tua vita.

RESPONSABILE

Mattia Sersale

Iscrizioni entro l’8 giugno 2025 su ceplugano.ch/piccoligruppi

MAMME E BAMBINI

per mamme e bambini di tutte le età

Giorno	**Giovedì**
Orario	**10:00-15:00**
Luogo	**CEP Lugano**

PICCOLO GRUPPO 13

DESCRIZIONE

Anche voi non vedete l'ora che arrivino i mesi estivi? Insieme ai nostri figli, abbiamo il piacere di proporre cinque giornate speciali come lido, visita allo zoo, grigliata e altre attività all'aperto. Vi aspettano cinque bellissime escursioni con brevi riflessioni spirituali.

PERCHÈ PARTECIPARE

La possibilità di stare insieme per adulti e bambini è un regalo prezioso! Stando insieme possiamo conoscerci meglio, creare amicizie, condividere le nostre esperienze e trascorrere momenti indimenticabili.

DI COSA TENERE CONTO

Il costo delle attività è a carico dei partecipanti. Gli orari possono cambiare in base alle attività proposte. Il primo incontro si terrà mercoledì 11.6.

RESPONSABILE

Adina Bischof

Iscrizioni entro l'8 giugno 2025 su ceplugano.ch/piccoligruppi

PRANZIAMO INSIEME

per adulti della terza età

PICCOLO GRUPPO
14

Giorno **Lunedì**
Orario **11:00-13:30**
Luogo **CEP Lugano**

DESCRIZIONE

In questo piccolo gruppo per persone pensionate leggeremo insieme un testo della Bibbia e ci prenderemo un momento per condividere le nostre riflessioni e pregare insieme. Dopodiché ci gusteremo un buon pranzo in compagnia.

PERCHÈ PARTECIPARE

Hai il piacere di stare insieme ad altre persone e condividere le tue esperienze di vita, essere incoraggiato e trascorrere un momento spensierato.

DI COSA TENERE CONTO

Il pranzo è offerto.

RESPONSABILE

Joel Bischof

Iscrizioni entro l'8 giugno 2025 su ceplugano.ch/piccoligruppi

TRA UN TUFFO E UN VERSETTO

per tutte le età

Giorno	**Martedì**
Orario	**09:30**
Luogo	**Lido di Lugano**

PICCOLO GRUPPO 15

DESCRIZIONE

Approfittiamo dell'estate e trascorriamo insieme una giornata in piscina all'ombra degli alberi o sotto il sole, a fare il bagno, picnic e approfondire brevi spunti biblici a tema "acqua".

PERCHÈ PARTECIPARE

Per passare una giornata all'aperto in compagnia combinando piscina, picnic e Parola.

COSA TENERE CONTO

Portare il necessario per fare il bagno e il proprio picnic.
Costo dell'entrata al lido (chf 11.- per adulto, chf 7.- per ragazzi fino a 20 anni, chf 3.50 per bambini e ragazzi da 3 a 13 anni).
Essendo un luogo pubblico, se vogliamo essere vicini e siamo un certo numero di partecipanti, conviene arrivare presto. Se però, vuoi passare solo per merenda, saprai dove trovarci!

RESPONSABILE

Deborah & Maurizio Naro

Iscrizioni entro l'8 giugno 2025 su ceplugano.ch/piccoligruppi

UN CAFFÈ E 4 CHIACCHERE

per tutte le età

PICCOLO GRUPPO 16

Giorno	**Mercoledì**
Orario	**09:30-11:00**
Luogo	**CEP Lugano**

DESCRIZIONE

Un momento informale di conversazione intorno ad un caffè mentre andiamo alla scoperta di personaggi biblici che hanno cambiato la storia.

PERCHÈ PARTECIPARE

È un'occasione per scambiare idee, conoscersi e trovare ispirazione per la nostra vita di tutti i giorni.

COSA TENERE CONTO

L'italiano sarà la lingua principale e ci sarà sempre la possibilità di traduzione in lingua inglese.
A lovely opportunity for Italian and English conversation - don't miss out!

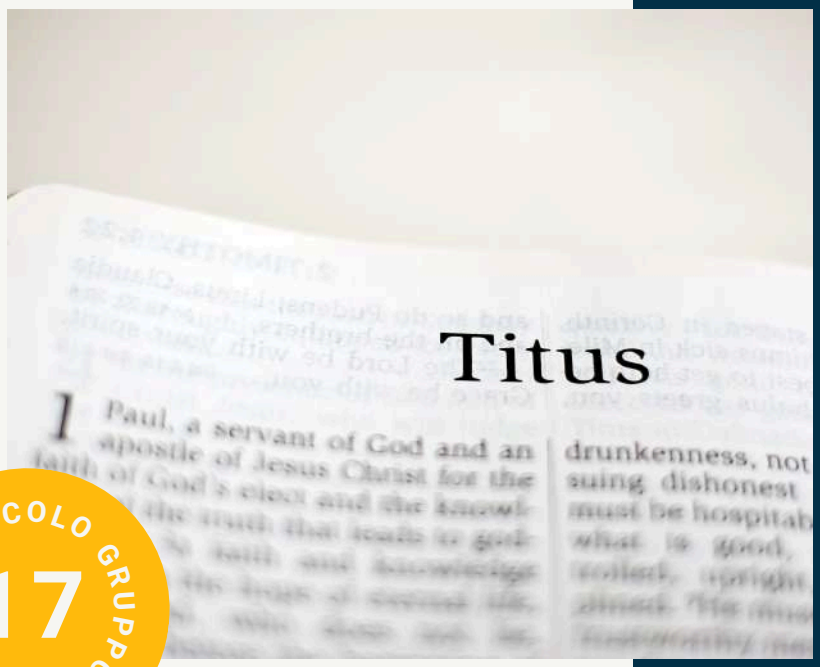
RESPONSABILE

Alessia Ciuchi

Iscrizioni entro l'8 giugno 2025 su ceplugano.ch/piccoligruppi

1 TIMOTEO E TITO

per tutte le età



Giorno **Martedì**
Orario **20:00**
Luogo **Online**

PICCOLO GRUPPO 17

DESCRIZIONE

Esploreremo insieme le lettere pastorali di 1 Timoteo e Tito scritte dall'apostolo Paolo.

PERCHÈ PARTECIPARE

Questo studio è aperto a chi desidera scoprire cosa Paolo voleva trasmettere ai credenti dell'epoca e di oggi attraverso queste lettere. Questo gruppo non sarà solo uno studio biblico, ma un'opportunità per porsi domande aperte e riflessioni. Cercheremo insieme di trovare una risposta alla luce delle Scritture.

DI COSA TENERE CONTO

Durante il nostro piccolo gruppo leggeremo il libro "1 Timoteo e Tito- combattere il buon combattimento" di J. Stott. Il costo del libro è di 16.00 CHF ed è a carico del partecipante e verrà fornito dal leader del gruppo.

RESPONSABILE

Marco Bischof

Iscrizioni entro l'8 giugno 2025 su ceplugano.ch/piccoligruppi

SPAZIO BAMBINI

POMERIGGI ESTIVI

LUGLIO
5 - 12 - 19 - 26

Eventi per bambini da 3 a 11 anni
Sabato dalle 14:00 alle 18:00

CEP Lugano, via Camara 16, 6932 Breganzona

INFO E CONTATTI: ceplugano.ch/pomeriggiestivi

SERATA GIOVANI

#giochi #intrattenimento
#condivisione #amicizie
#relazioneconDio #impatto

Tutti i
venerdì
20:00 - 22:00
Dai 12 anni | @Bunker

Instagram: gg_ceplugano

SWIPE UP

CEPLUGANO.CH