Spirito e natura in Armenia

tra Oriente e Occidente

20-28 luglio 2025

Dove finisce l'Europa e dove comincia l'Asia? La risposta ci porta tra le alte montagne del piccolo Caucaso, in Armenia, un piccolo paese dove ogni angolo è ricco di storia. **Il grande poeta russo Mandelst'am lo ha chiamato "il paese delle pietre urlanti"**: un luogo dove spiritualità, cultura e la storia dell'umanità sono indissolubilmente legati. Popolo fiero, da sempre fortemente attaccato alla propria identità, **ha conservato la propria fede cristiana** anche durante le dominazioni persiane, mongole e turche; piegato e umiliato dalla persecuzione dei turchi ottomani, non ha mai perso il suo orgoglio. In questa terra vulcanica che ribolle nel sottosuolo, **le valli tra le montagne custodiscono santuari, chiese, monasteri arroccati su pendii scoscesi**, solitari caravanserragli e incisioni rupestri che raccontano la storia dell'umanità intera, a partire da Noè, di cui gli Armeni sarebbe i discendenti diretti. **Riscopriamo un mondo rimasto intatto per millenni**, entriamo nelle sue tradizioni, nella sua affascinante cucina, nella sua musica, nella sua spiritualità.

FrateSole Viaggeria Francescana
Via Massimo D'Azeglio 92/d
40123 - Bologna
Tel. 051 6440168
iscrizioni@fratesole.com
PIVA e CF 01098680372
Provincia Minoritica di San Antonio

Ufficio Pellegrinaggi Custodia di Terra Santa
Via Francesco Berni 6
00185 - Roma - tel. 06 77206308
pellegrinaggicustodia@fratesole.com

www.fratesole.com

Programma di 9 giorni / 8 notti

20 luglio, domenica

MALPENSA -su richiesta da altri aeroporti **/ VIENNA / YEREVAN**

Ci troviamo all'aeroporto concordato per il disbrigo delle operazioni d'imbarco e partiamo per Yerevan via Vienna. Cena e notte in volo.

21 luglio, lunedì

YEREVAN/ GARNI/ GEGHARD: L'ELLENISMO IN ARMENIA

Arriviamo finalmente a **Yerevan**; incontriamo la guida e ci trasferiamo in hotel per alcune ore di riposo.
Ci ritroviamo per il pranzo e raggiungiamo un agriturismo dove assisteremo alla preparazione del lavish il pane tradizionale armeno. Dopo il pranzo visitiamo il **tempio di Garni**, che ospitava la residenza estiva del re Tiridate. L'edificio più importante del complesso è il tempio ionico, dedicato al dio Mithra, che raggiungiamo con una camminata di circa 40 minuti nella Gola di Garni, famosa per le sue colonne di basalto, denominate "Sinfonia delle pietre". Proseguiamo con la visita dell'unico monastero rupestre **armeno di Ghegardavank**, del XIII secolo. Il suo nome significa "monastero della lancia": secondo la tradizione qui fu conservato un frammento della lancia con cui venne ferito il costato di Cristo. Se siamo fortunati assistiamo ad un piccolo concerto di Salmi spirituali armeni eseguito dal "Luys" vocal Quintet. Rientro a Yerevan e cena in ristorante tipico. Pernottamento.

22 luglio, martedì

YEREVAN: UN POPOLO, UNA TERRA

Oggi visitiamo la città moderna, chiamata "la città rosa" per il colore dei suoi edifici: visitiamo la Piazza della Repubblica, la Piazza dell'Opera, il Viale Settentrionale, il Monumento "Cascade", l'Università Statale, il Parco della Vittoria con la statua "Madre Armenia" e la Cattedrale di San Gregorio l'Illuminatore.
Successivamente visitiamo il **Matenadaran**, il museo che conserva antichi manoscritti e la prima copia della Bibbia in armeno. Entriamo poi nella storia del popolo armeno visitando il **Museo Storico d'Armenia e il Memoriale di Tsitsernakaberd** (Memoriale del Genocidio) dove attraverso un percorso fotografico, ripercorriamo gli eventi e le cause del genocidio e della dispersione del popolo armeno. Dopo il pranzo in una taverna tipica di Yerevan visitiamo la **casa museo di Lusik Aguletsi** dove scopriamo la sua collezione etnografica... Continuiamo la giornata partecipando ad un simpatico spettacolo di danze tradizionali armene dove apprenderemo semplici passi di danze folcloristiche che ci aiuteranno a conoscere questo popolo. Rientro a Yerevan.

23 luglio, mercoledì

KHOR VIRAP / NORAVANK: I MONASTERI ARMENI

Partiamo per il sud dell'Armenia: facciamo la prima sosta al monastero di **Khor Virap**, particolarmente caro agli armeni, perché la tradizione lo indica come il luogo in cui San Gregorio l'Illuminatore fu tenuto prigioniero per lunghi anni. Qui incontriamo un musicista di duduk, lo strumento a fiato armeno fatto in legno di albicocco. Dalle mura del complesso si può godere di una delle più belle **viste dell'Ararat**, il monte dove la tradizione biblica racconta si sia fermata l'arca di Noè dopo il diluvio. Visitiamo quindi

Areni, famosa per la produzione di vino, che assaggeremo in una delle tante cantine e proseguiamo per la **Caverna degli Uccelli**, dove è stata trovata quella che è considerata sino ad ora la più antica scarpa al mondo (quasi sei mila anni fa). Ultima tappa della mattinata sarà la visita al monastero di **Noravank**, complesso monastico del XIII–XIV secolo, patrimonio dell'UNESCO. Pranzo con assaggio di vini pregiati Areni e nel pomeriggio visitiamo i misteriosi *menhir*, che compongono le **rovine di Carahunge**, la "Stonehenge armena", antico osservatorio che seguiva i movimenti dei corpi celesti e misurava il tempo. Arriviamo in serata a **Goris**, cittadina tra le montagne, circondata da gigantesche formazioni rocciose. Cena presso una casa in un'atmosfera familiare, sistemazione in hotel, a Goris o a Sissian.

24 luglio, giovedì

ARMENIA DEL SUD: IL MONASTERO DI TATEV

In mattinata conosciamo le tradizionali abitazioni troglodite passeggiando nell'antico villaggio di **Khdzoresk**, una delle città storiche dell'Armenia e un tempo importante centro culturale e commerciale. Nel 2015, l'UNESCO ha inserito la città nella sua lista sottolineando la sua importanza culturale, storica e naturale. Raggiungiamo il monastero di **Tatev,** che si eleva solitario in mezzo ad una natura incontaminata: lo raggiungiamo salendo sulla funivia più lunga del mondo, attraversando la gola di Halidzor. Dopo il pranzo nell'agriturismo, partiamo per la **cascata Chaki**, racchiusa in uno degli angoli armeni più suggestivi di Syounik. Sistemazione in hotel a Hermon nella vallata di Yegheghis, cena e pernottamento.

25 luglio, venerdì

LE CROCI DI PIETRA E IL LAGO SEVAN: LUNGO LA VIA DELLA SETA

In mattinata partiamo per il **lago Sevan**, la "perla" dell'Armenia: attraversiamo il passo di Selim a 2410 metri sopra il livello del mare e visitiamo l'omonimo caravanserraglio, costruito nel 1332 lungo la Via della Seta e menzionato anche nelle memorie di Marco Polo. Arrivati a **Noraduz**, entriamo nella tradizione e nella cultura armena ammirando le numerose khatchkar, **croci di pietra** (khatch= croce + qar = pietra) **simboli dell'arte armena cristiana**. Successivamente, facciamo una sosta presso la fattoria della famiglia Mikayelyan sulla sponda del lago Sevan. Pranzo sul lago a base di pesce locale e nel pomeriggio visitiamo la **penisola di Sevan** con le sue due chiese medioevali: la chiesa dei Santi Apostoli e la chiesa di Santa Madre di Dio, costruite nell' 874. Tempo permettendo facciamo una breve navigazione sul lago di **Sevan** e raggiungiamo infine Dilijan. Sistemazione in albergo, cena e pernottamento.

26 luglio, sabato

ARMENIA DEL NORD: I MONASTERI DELL'UNESCO

In mattinata lasciamo **Dilijan** e ci immergiamo nella bellezza naturale della gola del fiume **Debed,** che ospita numerosi monasteri e monumenti storici. Il ponte medioevale di **Sanahin** costruito nel XIII sec. ne attraversa la gola offrendo un panorama mozzafiato, esempio eccellente di ingegneria armena medioevale. Visitiamo i **Monasteri di Sanahin** e di **Haghpat,** 2 paesi vicini e per questo architettonicamente molto simili, centri religiosi culturali ed educativi dell'Armenia medioevale. Al termine della giornata visitiamo la **chiesa fortificata di Akthala**, che proteggeva la regione dagli invasori e famosa per le decorazioni esterne per gli affreschi in stile bizantino. Rientriamo a Yerevan, cena e pernottamento.

27 luglio, domenica

ETCHMIADZIN: IL VATICANO ARMENO

Esploriamo **Etchmiadzin,** centro spirituale degli Armeni, situato nella valle dell'Ararat. Il nome significa "luogo dove discese l'Unigenito di Dio" e, secondo la visione che ebbe Gregorio l'Illuminatore, si tratta della discesa di Cristo dal cielo in mezzo ad una nube di fuoco. Nel luogo indicato della visione fu costruita la Cattedrale, residenza del *catholicos.*
Pranzo nei pressi di Zvartnots a base di pietanze tipiche locali.
Nel pomeriggio, visitiamo il **Museo storico dell'Armenia**, fondato nel 1919 e centro di ricerca sulla storia e la cultura dell'Armenia. Tempo per passeggiare nel mercato delle arti e degli artigiani di Yerevan per gli ultimi acquisti…e tempo libero
In serata cena in ristorante tipico con musica locale.

28 luglio, lunedì

YEREVAN /MILANO MALPENSA -su richiesta altri aeroporti-

Nel cuore della notte raggiungiamo l'aeroporto; disbrigo delle operazioni d'imbarco e via Vienna raggiungiamo Milano.

Scheda del viaggio

Quota di partecipazione Minimo 20 partecipanti Minimo 15 partecipanti	 **€ 1.950,00** **€ 2050,00**
Supplemento camera singola (max 4)	**€ 290,00**
Quota d'Iscrizione obbligatoria (include Assicurazione Sanitaria medico e bagaglio e annullamento Multirisk inclusa estensione Covid)	**€ 110,00**

La quota comprende

- Volo di linea Austrian Airlines da Malpensa -su richiesta da altri aeroporti- in classe economica con franchigia di bagaglio di circa 20kg
- Tasse aeroportuali (pari a € 140 a persona) e soggette a riconferma sino a 21 gg prima della partenza;
- Sistemazione in alberghi 4* stelle locali in camera doppia con servizi, ad eccezione di Goris dove saremo alloggiati in un Botique hotel o similare
- Trattamento di pensione completa dal pranzo del secondo giorno alla cena del penultimo giorno;
- Guida locale parlante italiano durante tutto il viaggio
- Visite ed escursione come da programma con ingressi inclusi
- Esperienze con i locali come da programma
- Gita in barca, circa 45 min, sul lago di Sevan
- Degustazione del vino locale "Areni"
- **Accompagnatore FrateSole dall'Italia**
- Un bottiglia di 0,5 litro d'acqua sul bus
- Kit e documentazione di viaggio (guida, borsa a tracolla o zaino).

La quota non comprende

- **Quota iscrizione € 110,00** (obbligatoria e non rimborsabile, che include assicurazione sanitaria medico/bagaglio e Multirisk annullamento -anche contro il Covid)
- Bevande ai pasti
- Le mance per guida e autista, considerate 45 € a persona.
- Assicurazioni integrative Globy verde e assicurazione sanitaria Globy rosso che aumenta il massimale per le spese mediche in loco fino a € 200,000 euro
- Extra personali e tutto quanto non espressamente indicato alla voce "la quota comprende".

Nota bene: si sconsiglia la camera tripla
Assicurazione inclusa nella quota di partecipazione

- **Allianz Multirisk**: include massimale per spese sanitarie sino a € 50.000; plafond per smarrimento/danneggiamento bagaglio; annullamento del viaggio per motivi personali e documentabili, incluso Covid, malattie preesistenti da 120 giorni dalla stipula della Polizza, escluse la revoca delle ferie e malattia/decesso di animali domestici.

Assicurazioni integrative facoltative

- **Allianz Globy Verde**: include massimale per spese sanitarie in loco fino a 200.000 € per persona; plafond per smarrimento/danneggiamento bagaglio; annullamento del viaggio per motivi personali e documentabili (incluse malattie preesistenti e malattia/decesso di animali domestici).
- **Allianz Globy rosso**: include massimale per copertura sanitaria in loco sino a 200.000 € per persona.