

# Visite alle Abbazie di Chiaravalle e di Mirasole



LE VISITE SONO  
CONDOTTE  
IN ITALIANO E  
IN INGLESE

**KOINÉ**  
cooperativa sociale onlus



**PROGETTO  
MIRASOLE**  
IMPRESA SOCIALE



**Strada  
delle  
Abbazie**  
Fede arte e natura nella Grande Milano



**Città  
metropolitana  
di Milano**



# CHI SIAMO e COSA PROPONIAMO

## LE VISITE

**K**oinè cooperativa sociale *onlus*, che dal 2009 collabora con Chiaravalle, propone visite per gruppi e per singoli all'Abbazia di Chiaravalle e all'Abbazia di Mirasole, accompagnando i partecipanti in un viaggio vicino nello spazio ma lontano nel tempo, alla scoperta del territorio del Parco Agricolo Sud Milano e delle sue abbazie.

LE VISITE SONO CONDOTTE  
IN ITALIANO E IN INGLESE.





CHIARAVALLE È UN LUOGO DI CONFINE  
E DIALOGO, TRA CITTÀ E CAMPAGNA,  
URBANESIMO E AGRICOLTURA,  
MODERNITÀ, TRADIZIONE E CULTURE.

# CHIARAVALLE MILANESE



Chiaravalle è l'unica Abbazia in cui c'è una comunità religiosa presente e attiva e in cui una cooperativa sociale offre accoglienza turistica e didattica.

## L'Abbazia di Chiaravalle

si trova in  via Sant'Arialdo 102, Milano.

[www.abbaziadichiaravalle.it](http://www.abbaziadichiaravalle.it)

[www.monasterochiaravalle.it](http://www.monasterochiaravalle.it)

  @abbaziaemulnodichiaravalle

Facilmente raggiungibile:

in bicicletta  : con la pista ciclabile da Porta Romana, Milano;

con i mezzi pubblici  : bus linea 77 che incrocia la linea metropolitana  alla fermata p.le Corvetto, oppure bus linea 140 da Rogoredo  - entrambe fermano poi di fronte all'Abbazia;

in auto  : con parcheggio gratuito

 vicino all'Abbazia a poche decine di metri dal portone d'ingresso.





## LE VISITE

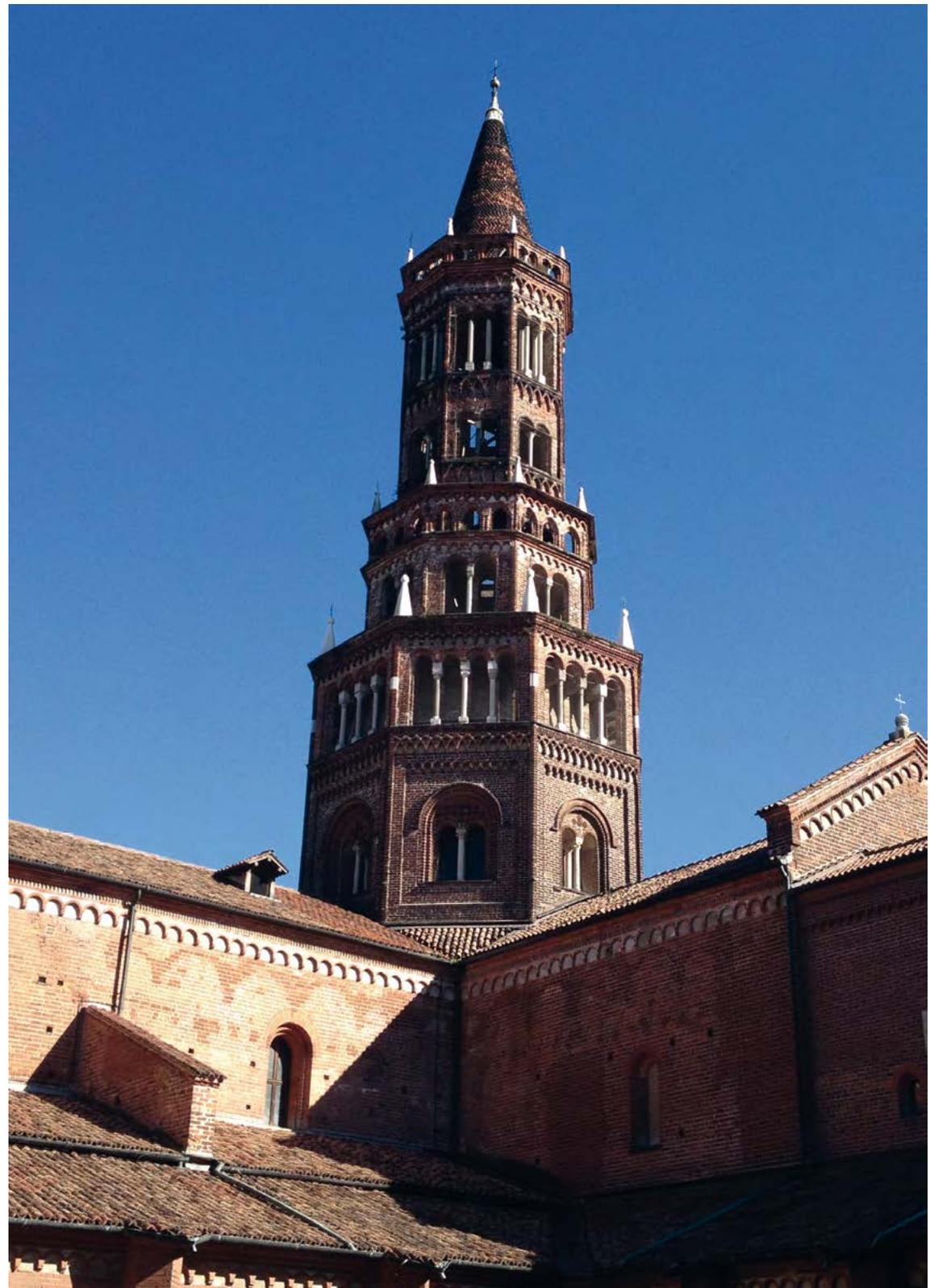
### Chiesa e chiostro

La visita dell'Abbazia di Chiaravalle milanese offre la possibilità di conoscere la storia della sua fondazione e del suo fondatore San Bernardo di Clairvaux anche attraverso gli affreschi di unica bellezza che si trovano all'interno della chiesa realizzati ad opera di importanti artisti italiani: Stefano Fiorentino, primo allievo di Giotto, Bernardino Luini, i fratelli Fiammenghini e il Genovesino. Partendo dal portone ligneo d'ingresso dell'Abbazia del XVI secolo che riporta formelle intagliate dei fondatori dell'Abbazia, nella navata centrale la visita permette di conoscere la compresenza di romanico e gotico nell'architettura della chiesa. La visita prosegue nel coro monastico, spettacolare opera di intarsio in legno di noce realizzata da Carlo Garavaglia e luogo quotidiano di preghiera della comunità monastica, poi nei transetti, nel presbiterio, e nel tiburio, ove si ammira lo straordinario ciclo giottesco del Transito di Maria. Il percorso consente di ammirare anche la Madonna della buonanotte, capolavoro di Bernardino Luini ed comprendere il forte legame dei cistercensi alla figura della Vergine.



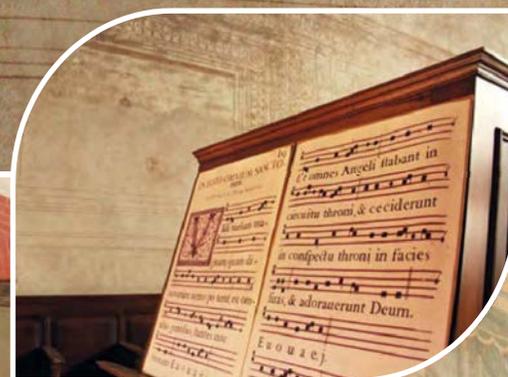
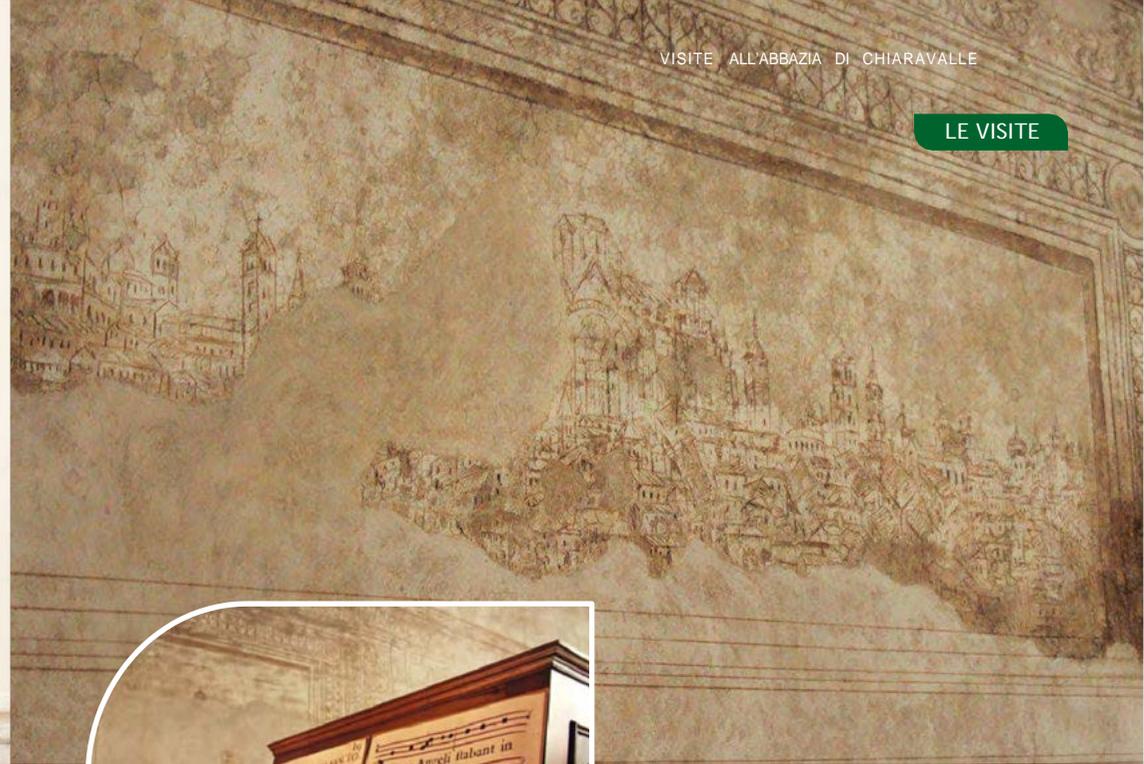
Il tour prosegue nel chiostro, luogo di passaggio tra la vita lavorativa monastica e la dimensione di preghiera. Da qui si accede alla sala capitolare che ospita graffiti di scuola bramantesca raffiguranti il Duomo di Milano, Santa Maria delle Grazie e il Castello Sforzesco, al refettorio e si può apprezzare una spettacolare vista sulla Ciribiciaccola, antica torre nolare. La visita si chiude di fronte alla colonna ottagonale, simbolo di unione, perfezione del cosmo e armonia.

Durata visita 1h.





LE VISITE





## LE VISITE

## Mulino di Chiaravalle

Il Mulino, suggestiva struttura medioevale su due piani, fa parte del complesso monastico. I lavori di restauro sono iniziati nell'anno 2000 e dal 2009 è un centro polivalente di educazione alla sostenibilità, sede di attività didattiche e culturali, campus per bambini ed è location per eventi privati ed aziendali.

Il cuore del Mulino è l'impianto molitorio; interamente realizzato in legno di rovere da sapienti artigiani, è composto da una ruota alimentata ad acqua e da due macine in pietra. Periodicamente il Mulino viene messo in funzione a scopo didattico e viene macinato il mais per riscoprire l'antico metodo di macinazione.

La visita permette di conoscere le evoluzioni dell'edificio nel tempo, fino agli anni '50 del secolo scorso, in cui accoglieva 13 famiglie all'interno dei suoi locali.



Oggi nelle sale sono presenti un laboratorio di panificazione con forno a legna, un laboratorio di erboristeria con un alambicco per la produzione di oli essenziali, una sala granaio in cui è installato un modellino di marcita funzionante ad acqua e un'esposizione di antichi attrezzi di caseificazione del "caseus vetus", primordio del formaggio Grana Padano.

Nel giardino del Mulino è presente un orto di piante officinali e aromatiche ed è possibile gustarne profumi e colori nelle varie stagioni dell'anno e conoscere le proprietà di ciascuna erba.

Durata visita 45 minuti.



## LE VISITE

## Cappella di S. Bernardo

La visita della Cappella di San Bernardo offre la possibilità di ammirare con attenzione gli affreschi che decorano le pareti di particolare interesse.

Si tratta di interventi di alta qualità artistica, opera di diversi maestri che si sono succeduti tra la prima e la seconda metà del Quattrocento. La visita illustra le origini della cappella e la sua funzione, le varie fasi decorative, i temi rappresentati e le relazioni con altre opere e artisti.

Durata visita 30 minuti.



## Visite



CHIARAVALLE MILANESE

## SERVIZI, SPAZI E ACCESSIBILITÀ

### Chiesa e chiostro

Composta da Chiesa e chiostro è dotata di:

- servizi igienici (sono presenti anche bagni per disabili) e riduttori WC per i bambini;
- abbattimento di barriere architettoniche;
- riscaldamento attivo durante il periodo invernale/autunnale.

### Mulino di Chiaravalle

Si trova all'interno delle mura monastiche dell'Abbazia, pertanto durante lo svolgimento della visita la porta d'accesso rimarrà obbligatoriamente chiusa. Sarà cura della guida offrire la possibilità di accesso e di uscita dalla struttura.

- Il riscaldamento è attivo durante tutto il periodo invernale/autunnale;
- la struttura è accessibile anche a persone disabili o con ridotta mobilità motoria ma non è dotata di un montascale funzionante per accedere al primo piano. In tal caso è possibile svolgere la visita soltanto al pian terreno e al giardino.

### Cappella di S. Bernardo

È un piccolo edificio non dotato di riscaldamento, posto al pian terreno.

- La struttura è accessibile anche a persone disabili o con ridotta mobilità motoria.

### La Bottega dei Monaci

Offre una vasta gamma di prodotti elaborati e confezionati dai monaci stessi. Prodotti dell'alveare, piante ed erbe officinali, rimedi naturali, cosmetici, dolci, vini, birre, prodotti da forno e tanto altro. Tutti i prodotti sono prevalentemente a produzione monastica; grazie alla collaborazione che i monaci coltivano con altre realtà religiose, si è riusciti a creare una bottega che potesse offrire la possibilità di testimoniare a tutti le infinite produzioni monastiche provenienti da tutto il mondo.

### Il Ristoro dell'Abbazia

È un luogo dove poter sostare in tranquillità avendo così l'occasione di gustare e scoprire molteplici prodotti monastici. La posizione riservata del Ristoro concede una silenziosa evasione dalla frenetica vita di ogni giorno per vivere un momento di pace incorniciato da querce secolari e dalla solenne facciata dell'Abbazia. Le degustazioni offrono la possibilità di avvicinarsi a prodotti provenienti anche da monasteri di altre nazioni.

MIRASOLE SI DISTINSE PER  
PIÙ DI CINQUE SECOLI  
PER LE OPERE DI CARITÀ E  
ASSISTENZA OSPITALIERA.



# MIRASOLE



**F**ondata nei primi anni del 1200, fu tra le più autorevoli strutture monastiche facenti capo all'Ordine dei frati Umiliati. Specializzata nella lavorazione della lana, Mirasole divenne rapidamente la massima produttrice di feltro del territorio ospitando all'interno dei suoi spazi i laboratori specializzati nella gestione dell'intero processo produttivo. Popolata da una comunità mista di frati e monache dedita alla preghiera e al lavoro, si distinse per più di cinque secoli per le opere di carità e assistenza ospitaliera. Gestita oggi da Fondazione Progetto Arca e Progetto Mirasole Impresa Sociale, Mirasole rinnova e valorizza il proprio ruolo storico di centro spirituale e aggregativo. Il suo primato è quello di essere l'unica abbazia italiana che, benché non più abitata da claustrali, è ancora attiva come polo culturale e luogo di aggregazione e spazio di accoglienza per famiglie e persone in condizioni di fragilità. Luogo di presidio e tutela del patrimonio storico e culturale del territorio, da

luglio 2016 Mirasole è anche Punto Parco del Parco Agricolo Sud di Milano.



## L'Abbazia di Mirasole

si trova in  Strada consortile del Mirasole 7, Opera (MI).

[www.abbaziadimirasole.org](http://www.abbaziadimirasole.org)

 @abbaziadimirasole

Raggiungibile con i mezzi:  linea 222 Milano Vigentino-Pieve Emanuele, fermata Opera via Berlinguer-via Fratelli Cervi, poi percorso a piedi di 15 minuti sulla pista pedonale/ciclabile;

Raggiungibile in automobile  o in taxi  prendendo: tangenziale ovest  uscita 8 Val Tidone/Abbazia Mirasole e seguendo le indicazioni dei cartelli marroni e gialli per Abbazia di Mirasole. Parcheggio gratuito  vicino all'Abbazia a poche decine di metri dal portone d'ingresso.



LE VISITE



## LE VISITE

### Chiesa, chiostro e grangia fortificata

La visita al complesso abbaziale di Mirasole offre la possibilità di ammirare l'unico esempio di grangia fortificata rimasta completamente integra in Lombardia. Circondata da mura fortificate dominate dalla trecentesca torre d'accesso, al suo interno si sviluppano gli ambienti che un tempo servivano alle attività produttive della comunità monastica: la casa padronale, gli edifici agricoli, la stalla, il fienile e le case dei fratelli terziari. Affacciata sulla grande corte chiusa d'entrata, la chiesa abbaziale presenta una facciata quattrocentesca e ospita straordinari affreschi tardogotici dedicati a Maria Assunta, a cui è consacrata la struttura, e alla vita dei frati di Mirasole.

Accanto alla chiesa si trova il chiostro quattrocentesco porticato, elevato su due loggiati. L'eleganza tardogotica è scandita da archi e colonne in pietra che si alternano conducendo i visitatori verso gli ambienti della vita claustrale. Da qui, l'accesso all'ex refettorio monastico, alla sala capitolare, all'originaria sala del priore, all'ex granaio monastico e ai locali un



tempo di chiusura ma oggi visitabili. Le formelle e gli scudi rappresentanti i simboli di Mirasole e dell'Ordine degli Umiliati danno l'opportunità di immergersi nella vita e negli ambienti di quella che nel Medioevo fu una delle più fiorenti e autorevoli comunità monastiche della campagna milanese.

Durata visita 1h.



LE VISITE



## LE VISITE



Visite

NIRASOLE

## SERVIZI, SPAZI E ACCESSIBILITÀ

### ■ Abbazia di Mirasole

È dotata di:

- servizi igienici (sono presenti anche bagni per disabili) e riduttori WC per i bambini;
  - sale al chiuso per le attività e i laboratori, tutte provviste di sistema di riscaldamento attivo durante tutto il periodo invernale/autunnale;
  - Chiesa e pian terreno del chiostro sono accessibili a chiunque e non presentano barriere architettoniche;
- il primo piano del chiostro dell'Abbazia di Mirasole non è dotato di montascale o ascensore.

### ■ La Bottega Solidale

**Un luogo di incontro in cui trovare prodotti selezionati provenienti da altri monasteri, dall'economia carceraria, da piccoli produttori locali e gli oggetti realizzati dal laboratorio interno del feltro.**

Grazie alla collaborazione tra Progetto Mirasole Impresa Sociale e le realtà territoriali, la Bottega è divenuta polo di aggregazione sociale e solidale. Il ricavato della bottega solidale è destinato alla realizzazione delle numerose opere di restauro e conservazione di cui il complesso abbaziale necessita, oltre che al sostenimento delle comunità monastiche da cui effettuiamo gli acquisti e che utilizzano il ricavato del lavoro

delle loro mani, per il proprio sostentamento secondo il motto "ora et labora".

### ■ Il Ristoro

**Caldo e accogliente,**

■ il punto ristoro si trova nello stesso ambiente della Bottega Solidale e offre ai visitatori un luogo in cui rilassarsi in qualunque momento della giornata, degustando un aperitivo, una colazione o anche un semplice caffè. È aperto anche il venerdì e il sabato sera per un dopocena in compagnia, ma anche per chi, durante il giorno, vuole ritagliare qualche momento per se stesso davanti a un buon libro e a una tazza di tè. Alla base di tutto c'è il principio di ospitalità e accoglienza su cui si basa lo spirito abbaziale e che Progetto Mirasole Impresa Sociale, ente gestore, sta realizzando.

### ■ Catering

**La presenza di una cucina interna offre la possibilità di poter fruire di pranzi e cene.**

(solo su prenotazione);

- sia all'aperto che all'interno delle grandi sale interne di cui è provvista l'Abbazia, la visita guidata può essere preceduta o seguita da un momento rilassato in cui poter degustare i cibi preparati basandosi sugli ingredienti provenienti dal territorio.

## LE VISITE

## Visite

# Come prenotare

Le due strutture sono visitabili da martedì a domenica; sono chiuse il lunedì per riposo settimanale.

Le visite vanno prenotate con almeno due settimane di anticipo contattando l'Infopoint per verificare la disponibilità delle strutture.

La visita abbinata ai due complessi abbaziali ha una durata minima di 3 ore, comprensiva di spostamento.

# Costi e sconti

## CHIARAVALLE MILANESE

Chiesa e chiostro 8 € (1 ora)

Chiesa, chiostro, Mulino 14 € (2 ore)

Chiesa, chiostro, Mulino, Cappella di San Bernardo 18 € (2,5 ore)

Mulino 8 € (1 ora)

Cappella di San Bernardo 5€ (30 minuti)

Ingresso Abbazia (Chiesa e chiostro) - gruppi con guida propria contattare l'Infopoint

Audioguida per visita individuale (Chiesa e chiostro) 5 € (1 ora)

## MIRASOLE

Chiesa, chiostro e grangia fortificata 8 € a persona (1 ora)

Ingresso Abbazia (Chiesa e chiostro) - gruppi con guida propria contattare l'Infopoint

Audioguida per visita individuale (Chiesa e chiostro) 5 € (1 ora)

Gruppo disabili sconto 30%



VI ACCOMPAGNEREMO IN  
UN VIAGGIO VICINO NELLO SPAZIO  
MA LONTANO NEL TEMPO...

...PER CONDURVI ALLA SCOPERTA DI  
UN MONDO ANTICO E CONOSCERE  
LE PREZIOSE COMUNITÀ DI OGGI



# CONTATTI

Abbazia di Chiaravalle:

[www.abbaziadichiaravalle.it](http://www.abbaziadichiaravalle.it)

[www.monasterochiaravalle.it](http://www.monasterochiaravalle.it)

  @abbaziaemulinodichiaravalle

Abbazia di Mirasole

[www.abbaziamirasole.org](http://www.abbaziamirasole.org)

 @abbaziadimirasole

Koinè:

[koinecoopsociale.it](http://koinecoopsociale.it)

  @koinecooperativasocialeonlus.it

PER INFO E PRENOTAZIONI:

Infopoint: presso

Abbazia di Chiaravalle

via Sant'Arialdo 102, Milano

[infopoint@monasterochiaravalle.it](mailto:infopoint@monasterochiaravalle.it)

[visiteguidate@progettomirasole.it](mailto:visiteguidate@progettomirasole.it)

tel. 02.84930432

dalle 9.30 alle 12.30

dal martedì al venerdì

Le proposte illustrate nel presente  
catalogo sono gestite da

**KOINÈ**  
cooperativa sociale onlus