



La famiglia è chiamata a condividere la preghiera quotidiana, la lettura della Parola di Dio e la comunione eucaristica per far crescere l'amore e convertirsi sempre più in tempio dove abita lo Spirito.

(Francesco, *Amoris Laetitia* 29)

“*Carissime famiglie, carissimi sposi della nostra diocesi di Alba,*

vorrei dedicarvi un po' di tempo, attraverso queste semplici righe, per condividervi un forte sentimento di affetto e di partecipazione che provo nei vostro confronti!

Con ciò non intendo assolutamente dimenticare quanti non vivono una dimensione strettamente familiare ma riconosco – come ebbe a dire più volte san Giovanni Paolo II – che la famiglia è la prima e più importante cellula della Chiesa e di tutta la società. Essa è quella fondamentale comunità nella quale si radica l'intera rete delle relazioni sociali, da quelle più immediate e vicine a quelle più lontane. Verrebbe da riassumere affermando che **la buona salute della famiglia è condizione essenziale per la salute di tutta la società! In questo senso prendersi cura della famiglia equivale a prendersi cura di tutti!**

Vorrei entrare idealmente nelle vostre case, in punta di piedi. Così. Come quando si passa senza preavviso e ci si siede un momento per scambiare due parole in amicizia.

Vorrei poter ascoltare la sofferenza di quanti fra di voi si sono visti strappare via brutalmente un caro da questa pandemia: un coniuge, un genitore, un nonno, un figlio, un amico... senza poterli salutare per l'ultima volta, stringere loro la mano fino alla fine o prendersi cura con tenerezza del loro corpo. Vorrei poter piangere con voi ma vorrei anche potervi dire una parola di consolazione non solo nella certezza di sapere i vostri cari vivi in Cristo, accanto a voi in modo differente, ma anche nella persuasione che l'amore che avete vissuto lungo tutta una vita non può essere cancellato e neppure scalfito dalle lontananze a cui vi ha costretto il Covid-19.

Vorrei poter ascoltare le inquietudini di quanti tra di voi sono preoccupati per il loro lavoro e per il futuro economico della nostra società nella quale i vostri figli stanno crescendo e saranno chiamati a vivere. A questi problemi – ve lo confesso – non ho risposte immediate o soluzioni tecniche ma porto con me la convinzione che la speranza per un futuro buono della nostra società non sia una mera utopia ma si fondi sul riconoscersi tutti fratelli e non antagonisti, vivendo, sostenendo e incrementando una condivisione solidale e concreta.



Vorrei poter ascoltare i più giovani: i ragazzi e gli adolescenti, strappati dal gruppo, alla loro età punto di riferimento importantissimo, e impegnati nella didattica a distanza, senza neppure poter fare sport o uscire la sera con gli amici.

Vorrei fermarmi con i bambini, che spesso fanno tenerezza per il loro rapido e responsabile adattarsi alle regole, e imparare da loro a conservare sempre uno sguardo di meraviglia sulla vita.

Desidero però tentare con voi un passo in avanti. Come credenti infatti non possiamo sottrarci ad una lettura della realtà che sappia andare oltre quella dei dati e delle pur legittime tecniche di contenimento, una lettura sapienziale capace anche di prolungarsi nel tempo per comprendere e interpretare i tempi che verranno, con tutte le loro incognite. **L'essere cristiani infatti non porta ad evadere la realtà ma – come fece Gesù stesso – a immergersi in profondità in essa**, facendosi compagni di ogni uomo e testimoniando con la vita la bellezza che nasce dall'essere raggiunti, sorpresi e rischiarati dal Vangelo, da Cristo; la gioia del poter fare esperienza di Lui nella Chiesa e comunicare agli altri l'amicizia con lui.

Ma come possiamo vivere questa lettura profonda della realtà? I tanti santi che ci hanno preceduto ci indicano unanimi due strumenti fondamentali: la Parola di Dio e la preghiera.

Nella **Parola**, in modo particolare nella Parola dei Vangeli, è Cristo stesso che ci parla, che parla alla nostra vita nell'oggi della nostra esistenza.

Conosco non poche coppie che attraverso l'ausilio dei messalini in vendita nelle librerie cattoliche o delle app che spopolano sugli smartphone iniziano la loro giornata leggendo di Vangelo proposto dalla liturgia quotidiana – a casa o durante il viaggio che li porta al lavoro –, provando poi a conservare quella Parola lungo la giornata e a farla risuonare in loro con molta semplicità, chiedendosi «Che cosa vorrà dirmi il Signore con questa Parola?» oppure «Che cosa vorrà dire alla nostra coppia?» e, alle volte, riuscendo la sera a condividere alcune ispirazioni.

La lettura pregata della Parola accresce la comunione con Dio e ci aiuta a guardare più in profondità la realtà, con una luce nuova.

Riguardo alla **preghiera** mi rendo conto che la nostra società, basata spesso sull'efficienza e la produttività, la ritenga pressoché inutile! A cosa possono servire parole e riti che sembrano non produrre nulla, per giunta nell'emergenza in cui siamo immersi in questo nostro tempo?

Vi confesso che quindici anni fa mi colpirono molto le parole di Benedetto XVI nella sua prima enciclica: «*La preghiera, come mezzo per attingere sempre di nuovo forza da Cristo, diventa un'urgenza del tutto concreta. Chi prega non spreca il suo tempo, anche se la situazione ha tutte le caratteristiche dell'emergenza e sembra spingere unicamente all'azione.*» (*Deus caritas est*, 36)

«Chi prega non spreca mai il suo tempo» Forte questa affermazione! Allora la famiglia che prega non spreca mai il suo tempo, anzi! Nella preghiera l'uomo scopre in modo quanto mai semplice ed insieme profondo sia il volto di Dio che, allo stesso tempo, il proprio volto. **Quando preghiamo facciamo esperienza di Dio ma facciamo anche esperienza di noi stessi, comprendiamo più chiaramente la nostra identità.**



Per questo motivo, a partire da questo tempo d'Avvento, vorrei incoraggiarvi a vivere più intensamente la preghiera in famiglia o, eventualmente, a scoprirne e riscoprirne la bellezza.

Qualcuno di voi mi dirà: «Ma andiamo già a Messa insieme!». E questo è molto bello! La Messa è fonte e culmine della vita e della preghiera cristiana ma... non è tutto! Anzi, che la preghiera del cristiano si "riduca" alla Messa domenicale, perdendo la dimensione personale e domestica della preghiera, può diventare un grave rischio! Si può essere davvero comunità, grande Famiglia di Dio radunata nella celebrazione dell'Eucaristia, nella misura in cui si vive la dimensione della piccola Chiesa domestica, con la propria famiglia, consapevoli che con il sacramento del matrimonio Gesù stesso viene incontro ai coniugi cristiani per rimanere con loro. **Attraverso il vostro essere sacramento il Signore desidera abitare nella vostra famiglia reale e concreta, con tutte le gioie, le sofferenze, le lotte e i propositi quotidiani** (cfr. Francesco, *Amoris Laetitia*, 73.315).



Come per tutti noi la famiglia è stata il primo luogo in cui abbiamo sperimentato le relazioni umane così dovrebbe essere il primo luogo in cui fare esperienza di Chiesa e, dunque, di Dio.

Comprendo come tutto ciò non sia né facile né immediato. Ricordo però quante volte, nella mia esperienza di parroco, giovani coppie di sposi o famiglie mi hanno chiesto: «Don, ci insegni a pregare?». Mi piacerebbe terminare questa lettera abbozzando con voi e per voi una risposta a questa domanda. Tuttavia più che tecniche o sussidi per la preghiera vorrei condividere con voi qualche ingrediente che potrete adattare alla vostra situazione e alla storia personale della vostra famiglia per alimentare la preghiera e, con essa, uno sguardo credente, uno sguardo sapienziale sulla vita e sulla realtà.

Per brevità mi lascio guidare da due coppie di interrogativi.

Dove e quando pregare?

Mi è capitato di vedere in alcune famiglie un piccolo "angolo della preghiera". Una mensola, un tavolino, un ripiano, con poche cose: un'icona, un crocifisso, una candela. Un luogo semplice, un po' appartato nella casa, dove potersi fermare sia personalmente che come famiglia. È una cosa bella ma non indispensabile. Come le chiese hanno i loro altari così anche le vostre case... e più di uno! Per un tempo di preghiera in famiglia penso soprattutto alla tavola da pranzo ma siate liberi e creativi. Per esempio, perché non mettersi di fronte al Presepe nelle sere d'Avvento, oppure alla finestra durante la prima nevicata; o ancora nelle sere d'estate sul terrazzo o in giardino? Mi sembra poi di capire dalle tante famiglie amiche che il tempo più favorevole sia la sera, dopo aver cenato, prima di andare a letto. È un tempo opportuno per lasciare sedimentare la giornata e rileggerla insieme al Signore.

Quanto e come pregare?

Prendo in prestito le parole di papa Francesco: «*Si possono trovare alcuni minuti ogni giorno per stare uniti davanti al Signore vivo, dirgli le cose che preoccupano, pregare per i bisogni famigliari, pregare per qualcuno che sta passando un momento difficile, chiedergli aiuto per amare, rendergli grazie per la vita e le cose buone, chiedere alla Vergine di proteggerci con il suo manto di madre. Con parole semplici, questo momento di preghiera può fare tantissimo bene alla famiglia.*» (*Amoris Laetitia*, 318)

Si può cominciare tracciando rispettivamente sulla fronte del coniuge e dei figli il Segno della Croce, come nel giorno del Battesimo. Se ci sono dei bambini si può chiedere loro di accendere una candela, richiamo anch'esso del Battesimo e segno della presenza di Cristo là dove due o tre sono riuniti nel

suo nome (cfr. Mt 18,20). Se si vuole si può riprendere la lettura del Vangelo del giorno ma più di tutto trovo bello – come consiglia Francesco – lasciare spazio alla narrazione, istaurando un dialogo con il Signore dove a turno si può condividere ad alta voce un motivo di ringraziamento per qualcosa di concreto vissuto nella giornata, una richiesta di perdono oppure una preghiera per qualcuno che ci sta a cuore o un bisogno che sentiamo urgente o ancora una preghiera di lode per qualcosa di gratuito e inaspettato che si è vissuto... Sempre con molta semplicità si può concludere con la preghiera del Padre Nostro e affidare la propria famiglia alla Vergine con l'Ave Maria aggiungendo, a seconda delle circostanze, la preghiera dell'Eterno Riposo o dell'Angelo di Dio.

Immagino che per alcuni occorrerà vincere l'imbarazzo iniziale! La preghiera è l'atto più intimo che una coppia o una famiglia possano vivere. Come per ogni cosa intima un po' di disagio e di soggezione all'inizio sono normali. Si deve essere disposti a mettersi a nudo, a scoprire le debolezze, le paure, a deporre le corazze anche davanti ai bambini... un bel passo impegnativo. **L'importante è non lasciarsi frenare e continuare, sperimentando anche forme diverse, a rimanere fedeli a quei "pochi minuti" sia nei giorni di "sole" che in quelli "nuvolosi".**

Capite quanto può essere importante la preghiera per una famiglia? Pregare vuol dire rileggere il proprio vissuto familiare sapendo scorgere nella quotidianità quel di più, quella dimensione di senso e di stupore negli avvenimenti che accadono nelle trame della vita familiare. **Pregando è come se coltivassimo lo stupore per l'esistenza, sempre!**

La preghiera non trasforma magicamente la realtà ma cambia gli occhi e il cuore di chi prega, trasfigura lo sguardo sulla realtà e il modo di affrontarla! Anche il tempo della prova o i conflitti, che alle volte sorgono in una famiglia, possono assumere un altro volto e avere altri esiti se attraversati e vissuti mantenendo fede alla preghiera, a questo incontro intimo con il Risorto!

Mi sono dilungato oltre misura ma desideravo davvero farmi prossimo a voi famiglie, invitandovi proprio in questo tempo, a tratti drammatico, ad allargare lo sguardo da credenti. **La preghiera infatti non ci fa chiudere gli occhi ma, al contrario, ce li fa tenere bene aperti, soprattutto sui fratelli e le sorelle più bisognosi e credo che sempre più, a partire nell'immediato futuro, saremo chiamati a vivere questa attenzione concreta!**

Di vero cuore vi saluto e vi benedico augurandovi un buon cammino d'Avvento.



Alba, lì 22 novembre 2020 – **Solennità di Cristo Re**

✠ **Marco**, vescovo

Preghiera della famiglia

Maria, Giuseppe,
ritorni la preghiera nelle nostre famiglie
e ci aiuti a scorgere la presenza di Gesù
nella ferialità e nella semplicità della nostra vita,
affinché anche noi possiamo sperimentare
la forza, la gioia e il senso
che nascono dal fidarsi di Dio
e dal seguire suo Figlio.
Amen.

Carissimi,

l'attuale situazione che stiamo vivendo richiede scelte di attenzione e prudenza che, lungi dall'implicare un *lockdown* della vita cristiana, sono un'occasione di responsabilità e cura verso l'altro, quella cura che è il vero cuore dell'annuncio evangelico.

Anche nelle effettive restrizioni che viviamo in questo tempo, la nostra fede "non si ferma" e i processi di iniziazione, cammino e crescita nella fede continuano nelle nostre comunità in modi e forme nuove che arricchiscono le nostre esperienze pastorali.

È oggi più importante che mai camminare insieme, come popolo di Dio, per sentirci forti nel nostro essere fratelli, compagni di viaggio nella complessità. Le diocesi di Piemonte e Valle d'Aosta, coordinate dall'Ufficio Catechistico Regionale, hanno lavorato insieme in questi mesi per condividere prospettive e materiali comuni, proposte e strumenti per vivere la catechesi nelle nostre comunità, nelle famiglie e nelle nostre case, anche quando non sia possibile incontrarci negli spazi delle parrocchie.

Ecco allora questo sussidio che la *pastorale dei ragazzi* di Fossano ha preparato per la condivisione anche con le diocesi vicine. La proposta si ispira ai valori dello sport, ripresi da papa Francesco nell'anno in cui si sarebbero dovuti tenere i giochi olimpici a Tokyo, rinviati al 2021.

La bandiera olimpica, con i suoi cinque cerchi colorati che si intrecciano, è un auspicio a quello spirito di fraternità e amicizia sociale così fortemente richiamato nella nuova enciclica *Fratelli tutti*.

È un sussidio per vivere la catechesi nel tempo di Avvento in preparazione al Natale ricco di spunti pensati per fasce di età (dai 3 ai 14 anni, bambini, ragazzi, giovani e adulti) e che possono essere vissuti in comunità o nelle case a seconda delle nostre possibilità.

La scelta della condivisione dei materiali e dei percorsi, tra catechisti, famiglie, parrocchie e unità pastorali, tra diocesi, vuol essere una testimonianza del nostro sentirci fratelli, in cammino insieme, come unica Chiesa, oltre le riserve particolari.

È il tempo non più rimandabile per essere vicini, ai bambini, ai ragazzi, tra famiglie, tra comunità, nella pastorale, nel nostro sentirci ora più che mai fratelli nella fede, certi che il Signore è con noi!

Con gli auguri di un fecondo tempo di Avvento, verso un Natale di luce nuova!

Diacono Edoardo Marengo

Direttore Ufficio Catechistico Diocesano

Avvento 2020



*Prepararsi al Natale è
DARE IL MEGLIO DI SÉ*



INDICE



Presentazione del cammino	pag 3
Struttura del percorso	pag 4
Suggerimenti per la realizzazione	pag. 5
Cartellone	pag 6
Tracce per le Celebrazioni domenicali	pag 8
Schede operative per bambini dai 3 ai 6 anni	pag 13
Schede operative per bambini dai 7 ai 10 anni e approfondimenti per ragazzi	
Allenarsi con COSTANZA	pag 22
DARE IL MEGLIO DI SÈ	pag 25
Riscoprire lo SPIRITO DI SQUADRA	pag 28
COLLABORARE con umiltà	pag 31
Festeggiare INSIEME	pag 34
Osare con CORAGGIO	pag 37
Riflessione per richiesta di perdono.....	pag 40
Novena di Natale	pag 41



Tutto il materiale è disponibile sul sito della Diocesi di Fossano al link
<http://www.diocesifossano.org/uffici/ufficio-catechistico/pastorale-ragazzi/>
Visita anche la nostra pagina Facebook “VoiNoi Pastorale Ragazzi Diocesi Fossano”
<https://www.facebook.com/pastorale.ragazzi.fossano/?ref=bookmarks>



PRESENTAZIONE

*"Sentitevi chiamati a mettere in gioco la vita.
Non abbiate paura a spenderla per Dio e per gli altri,
ci guadagnerete!
Perché la vita è un dono che si riceve donandosi.
E perché la gioia più grande è dire sì all'amore,
senza se e senza ma. Come ha fatto Gesù per noi"
(Papa Francesco, 5 aprile 2020)*

Cari amici che sfoglierete queste pagine,

dal mondo dello sport prendiamo in prestito i **valori e le virtù** che vogliamo provare a **mettere in campo per** affrontare insieme questo tempo di emergenza sanitaria che stiamo attraversando, vivere intensamente il tempo di Avvento e **prepararci al meglio al Natale**.

Ci ricorda Papa Francesco: *"Lo sport è una ricchissima fonte di valori e virtù che ci aiutano a migliorare come persone. Come l'atleta durante l'allenamento, la pratica sportiva ci aiuta a **dare il meglio di noi stessi**, a scoprire senza paura i nostri limiti, e a lottare per migliorare ogni giorno"* (estratto dal documento *"Dare il meglio di sé"*).

Lo sport educa ad essere leali e onesti, a coltivare la semplicità, il senso di giustizia e l'autocontrollo, tutte virtù non solo di chi pratica lo sport ma più propriamente dell'uomo. I valori di costanza, impegno, spirito di squadra, umiltà, entusiasmo, coraggio... sono stati i frutti migliori dello sport emersi nel tempo del lockdown di marzo e aprile. Si rivelano preziosi alleati per superare vincitori questo tempo difficile che ancora stiamo vivendo, prepararci al Natale e, più ancora, riuscire bene nella corsa della vita.

Nell'anno in cui si sarebbero dovuti tenere i giochi olimpici a Tokio, rinviati al 2021, come segno di buon auspicio ci faremo accompagnare nel tempo di Avvento proprio dall'immagine della bandiera olimpica. Essa è composta da cinque anelli colorati che si intrecciano e che rappresentano i cinque continenti; mettono in evidenza il senso di fraternità e amicizia tra i popoli e di concordia e pace tra le nazioni.

Ci lasceremo coinvolgere in una sorta di "gara" universale in cui ognuno di noi cerca di dare il meglio di sé per il bene comune e si impegna a mettersi in gioco fino in fondo nell'incontro con gli altri in attesa di vivere e festeggiare, tutti insieme, il Natale!

Buon cammino di Avvento e Buon Natale a tutti voi e alle vostre famiglie.

Commissione Diocesana
Pastorale Ragazzi — Fossano



***P.S.** Il cammino si pone in continuità con il percorso interdiocesano*

"Discernere per ripartire insieme" vissuto con i Parroci, i catechisti, i bambini, i ragazzi e le famiglie di Fossano e di Cuneo nei mesi di ottobre e novembre. I materiali sono disponibili sul sito diocesano alla pagina "Discernere per ripartire in catechesi: una proposta" nella sezione "Laboratori e Materiali ..."

<http://www.diocesifossano.org/diocesi-notizie/discernere-per-ripartire-in-catechesi-una-proposta/>

STRUTTURA DELL'ITINERARIO

Tempo natalizio	<i>Vangelo e riflessione di Papa Francesco sullo sport</i>	<i>Risvolto nello sport</i>	<i>Virtù da mettere in campo</i>
1 Prima domenica di AVVENTO	«Vegliate: non sapete quando il padrone di casa ritornerà» (Mc 13, 33-37) Papa Francesco: "Lo sport è un mezzo di incontro, di formazione della personalità, di testimonianza e di annuncio della gioia di essere cristiano con quelli che lo circondano".	<i>Formare la propria personalità = allenarsi</i>	<i>costanza pazienza</i>
2 Seconda domenica di AVVENTO	«Raddrizzate le vie del Signore» (Mc 1, 1-8) Papa Francesco: "Dare il meglio di sé nello sport è anche una chiamata ad aspirare alla santità".	<i>Cambiare stile di vita = dare il meglio di sé</i>	<i>impegno</i>
3 Terza domenica di AVVENTO	«Egli venne come testimone per dare testimonianza alla luce» (Gv 1, 6-8. 19-28) Papa Francesco: "I grandi risultati, nello sport come nella vita, li otteniamo insieme, in squadra. Lo sport è un buon antidoto all'individualismo e alla cultura dello scarto"	<i>Testimoniare nella gioia = riscoprire lo spirito di squadra</i>	<i>sano agonismo solidarietà</i>
4 Quarta domenica di AVVENTO	«Ecco la serva del Signore: avvenga per me secondo la tua parola» (Lc 1, 26-38) Papa Francesco: "Lo sport è un luogo di incontro dove persone di ogni livello e condizione sociale si uniscono per ottenere un risultato comune".	<i>Incontrare = collaborare</i>	<i>umiltà generosità</i>
5 NATALE	«Ecco, vi annuncio una grande gioia» (Lc 2, 1-14) Papa Francesco: "Quando lo sportivo festeggia la vittoria con i suoi sostenitori, si può vedere lo sport come luogo di unione e di incontro tra le persone".	<i>Gioire = festeggiare insieme</i>	<i>gioia entusiasmo</i>
6 EPIFANIA	«(I Magi) per un'altra strada fecero ritorno al loro paese» (Mt 2, 1-12) Papa Francesco: "Lo sport può aprire la strada verso Cristo in quei luoghi dove non è possibile annunciarlo in maniera diretta".	<i>Osare = affrontare al meglio situazioni impegnative</i>	<i>coraggio determinazione</i>

SUGGERIMENTI PER LA REALIZZAZIONE

L'itinerario, in sei tappe, è pensato con strumenti e linguaggi adatti ai destinatari, sulla base delle varie fasce di età e degli ambienti in cui può essere realizzato (a catechismo, in famiglia, nella Scuola dell'Infanzia, all'oratorio ...). Ovviamente il tutto va proposto e attuato nel rispetto delle vigenti disposizioni di legge circa le misure anti contagio Covid-19 inerenti l'attuale situazione di emergenza sanitaria che stiamo vivendo.

Nel caso in cui non fosse possibile incontrare i bambini e i ragazzi in presenza, sarà possibile incontrarli virtualmente attraverso l'uso di [brevi video settimanali](#) che saranno via via inseriti sul sito diocesano e [che potranno essere condivisi tramite whatsapp](#).

BAMBINI 3-6 ANNI

Sono state predisposte sei semplici schede tematiche settimanali che possono essere recapitate alle famiglie con bambini piccoli affinché insieme le possano leggere e colorare. Le schede possono rivelarsi altresì un utile strumento a disposizione degli Insegnanti di Religione nella Scuola dell'Infanzia. In aggiunta si propone la costruzione in 3D di un albero di Natale in cartoncino sul quale incollare, di settimana in settimana, i vari addobbi tematici ritagliati dalle schede.

BAMBINI 7-10 ANNI

Sei semplici schede sono altresì state predisposte per i bambini nella fascia di età 7-10 anni con alcuni approfondimenti che si avvalgono di linguaggi multipli: racconti di vita, cortometraggi, canzoni, cartoni animati ... I materiali suggeriti potrebbero rivelarsi utili anche per l'animazione e la riflessione negli oratori parrocchiali.

RAGAZZI 11-14 ANNI, GIOVANI E ADULTI

Vengono proposti ulteriori spunti per preadolescenti, adolescenti, giovani e adulti. Si tratta di video, opere d'arte, musica, aforismi di Papa Francesco e di campioni dello sport ... che a discrezione possono essere utilizzati nei gruppi giovani o per incontri con gli adulti.

IN COMUNITÀ

Per rendere partecipe la comunità del cammino che si sta svolgendo con i bambini si propone:

1. una [traccia](#) (con introduzione, preghiera e impegno) da utilizzare in tutto o in parte durante la celebrazione eucaristica domenicale;
2. la realizzazione e l'esposizione di un [cartellone](#) che scandisce visivamente le sei tappe dell'itinerario e ne richiama slogan e simboli (*vedi pagine successive*). Il cartellone può essere posizionato in chiesa, in un luogo ben visibile ma discreto.
Per la composizione del cartellone si suggerisce di stampare le due immagini in un formato di almeno cm 100x70 (tale è la misura del doppio cartellone che si può ordinare ai nostri uffici), applicare su di una base rigida (es. polistirolo) l'immagine iniziale sulla quale si andranno ad applicare, sovrapponendoli, settimana dopo settimana, i rispettivi cerchi olimpici e l'immagine del Natale;
3. una traccia di [riflessione per la richiesta di perdono](#) in preparazione al Natale con l'auspicio che sia possibile organizzare in Parrocchia una [celebrazione penitenziale](#) da vivere con i ragazzi;
4. la traccia per una [Novena di Natale](#) da vivere in famiglia, adattabile per una celebrazione comunitaria.

CARTELLONE a inizio percorso



Elementi da inserire nel cartellone





**Partecipa al CONCORSO:
"IL MEGLIO DI TE!"**

**In che cosa senti di aver dato il meglio di te
in questo tempo di Avvento?**

Raccontacelo con un tuo disegno, una foto, una poesia, un testo scritto ...
o comunque esprimilo nella modalità più bella e creativa che conosci
ed inviacelo all'indirizzo: ufficio.catechistico@diocesifossano.org
entro e non oltre: giovedì 31 dicembre 2020.

Tutti gli elaborati saranno condivisi sulla nostra pagina facebook e pubblicati
sul nostro sito diocesano. I più significativi verranno pubblicati anche sul setti-
manale La Fedeltà. Ma la vittoria più bella sarà sicuramente quella di aver
contribuito a rendere questo tempo, e l'ambiente in cui vivi, più bello e acco-
gliente, per Gesù e per tutte le persone che ti sono vicine!

A questo punto non ti resta che ... DARE IL MEGLIO DI TE!

P.S. Hai meno di 6 anni e vuoi partecipare anche tu al concorso? Inviaci un tuo disegno,
un tuo lavoretto o, semplicemente, realizza l'albero di Natale seguendo le indicazioni di
pagg. 13 e 14 e facci avere la foto. L'attendiamo con gioia!



Allenarsi con costanza *Traccia Celebrazione Eucaristica*

INIZIO CELEBRAZIONE

(prima del canto di inizio)

Celebrante: Carissimi, prende oggi il via il cammino di Avvento che come comunità vogliamo intraprendere per non arrivare impreparati al Santo Natale.

Papa Francesco ha più volte sottolineato che lo sport è una ricchissima fonte di valori e virtù che ci aiutano a migliorare come persone e ci spingono a dare il meglio di noi stessi. Sono stati preziosi alleati nel tempo del lockdown e altrettanto lo sono oggi: ci aiuteranno a superare vincitori questo tempo difficile che stiamo vivendo, prepararci al Natale e, più ancora, riuscire bene nella corsa della vita. Saremo accompagnati dall'immagine della bandiera olimpica, segno di fraternità, amicizia e concordia tra i popoli.

Nel Vangelo di oggi, Gesù ci invita a essere vigili e attenti per non correre il rischio di farci trovare addormentati al suo arrivo. È tutta una questione di **ALLENAMENTO**. Ed è questa la prima parola chiave con la quale vogliamo intraprendere il nostro cammino verso il Natale.

Un bambino legge la preghiera, mentre un compagno incolla il primo cerchio olimpico sul relativo spazio bianco del cartellone.



Caro Gesù,
desideriamo con tutto il cuore
che tu sia il nostro coach!
Insegnaci a non perdere di vista
gli obiettivi che danno
alle nostre vite un senso profondo.
Con te al nostro fianco
possiamo fare grandi cose.
Aiutaci a non perderci di coraggio
di fronte alle delusioni
e a ricordare che sono le scelte più difficili
a portare i risultati migliori.
Amen



**MI ALLENO
A CORRERE
VERSO L'ALTRO**



II^ DOMENICA DI AVVENTO

Dare il meglio di sé *Traccia Celebrazione Eucaristica*

INIZIO CELEBRAZIONE

(prima del canto di inizio)

Celebrante: Carissimi, eccoci giunti alla seconda tappa del nostro cammino di Avvento che come comunità vogliamo intraprendere verso il Santo Natale lasciandoci accompagnare dai valori e dalle virtù che animano il mondo dello sport.

Nello sport vorremmo sempre essere i migliori ma spesso questo non è possibile. Imparando a gioire per le piccole conquiste, raggiunte con sacrificio e **IMPEGNO**, scopriremo che **DARE IL MEGLIO DI SÉ** aiuta a farci guardare il futuro con maggiore ottimismo e fiducia.

Nel Vangelo di oggi, Giovanni Battista invita i suoi fratelli a cambiare vita, a non smettere di cercare la strada giusta che conduce al Signore. Oggi come allora chiede anche a noi di impegnarci a dare il meglio di noi stessi per essere pronti ad incontrare il Signore.

Un bambino legge la preghiera, mentre un compagno incolla il secondo cerchio olimpico sul relativo spazio bianco del cartellone.



Caro Gesù,
le tue imprese hanno costellato
la tua vita terrena,
eppure non ti hanno dato trofei.
Sei stato esempio di amore infinito
campione di generosità
e invece di metterti sul gradino
più alto del podio
ti hanno messo in croce.
Ma tu Signore ci hai insegnato
che la vera vittoria è quella del bene sul male,
dell'amore sull'odio, del perdono sulla cattiveria.
Aiutaci a seguire il tuo esempio
così che ci riconoscano come tuoi amici.
Amen



**MI IMPEGNO
A METTERE KO
LA PIGRIZIA**



III^ DOMENICA DI AVVENTO

Riscoprire lo spirito di squadra Traccia Celebrazione Eucaristica

INIZIO CELEBRAZIONE

(prima del canto di inizio)

Celebrante: Carissimi, eccoci giunti alla terza tappa del nostro cammino di Avvento che come comunità vogliamo intraprendere verso il Santo Natale accompagnati dai valori e dalle virtù del mondo dello sport.

INCORAGGIARE E SOSTENERE I COMPAGNI DI SQUADRA e riconoscere che tutti hanno un ruolo importante per la buona riuscita di un incontro, è la strada corretta per raggiungere grandi risultati, ma anche per trasmettere piccole grandi testimonianze di luce.

Nel Vangelo di oggi, Giovanni Battista è indicato come colui che è chiamato a dare testimonianza alla luce, ossia alla venuta di Gesù, nonostante ritenga di non essere neppure degno di slegare i lacci dei suoi sandali. Tutti noi siamo chiamati a fare la nostra parte, come in una squadra dove ognuno è importante e indispensabile anche se non segna il punto della vittoria.

Un bambino legge la preghiera, mentre un compagno incolla il terzo cerchio olimpico sul relativo spazio bianco del cartellone.



Signore Gesù,
aiutaci a essere per tutti
dei buoni compagni di squadra,
capaci di infondere
passione ed entusiasmo,
gioia e serenità.
Grazie, Gesù,
perché nella gioia e nella fatica,
nella vittoria e nella sconfitta
Tu ci sostieni e fai il tifo per noi.
Amen



**MI IMPEGNO
A PORTARE IL PESO
DELLE FATICHE
ALTRUI**



IV^ DOMENICA DI AVVENTO

Collaborare con umiltà *Traccia Celebrazione Eucaristica*

INIZIO CELEBRAZIONE

(prima del canto di inizio)

Celebrante: Carissimi, eccoci giunti alla quarta tappa del nostro cammino di Avvento che come comunità abbiamo intrapreso verso il Santo Natale accompagnati dai valori e dalle virtù del mondo dello sport.

Lo sport offre alle persone la possibilità di incontrarsi senza distinzione di razza, sesso, religione o ideologia. Ognuno dona il proprio contributo, grande o piccolo che sia, per permettere a tutta la squadra di raggiungere il proprio obiettivo e condividere, o superare insieme, il successo o la sconfitta.

Il Vangelo di oggi ci presenta la scelta di Maria, donna di fede semplice e concreta, che con il suo **"Sì"** entra a far parte del grande piano di Dio consentendogli di realizzare il suo progetto d'amore per gli uomini. Prendere esempio dall'atteggiamento coraggioso ma umile di Maria, dal suo spirito di **COLLABORAZIONE**, è garanzia di sicuro successo per creare la giusta armonia e per poter assaporare, nella vita come nello sport, la gioia di entrare in relazione con il prossimo.

Un bambino legge la preghiera, mentre un compagno incolla il quarto cerchio olimpico sul relativo spazio bianco del cartellone.



Dolce Maria, con il tuo "Sì"
hai donato tutta te stessa
e hai messo in campo
l'umiltà e la pazienza,
tanto difficili da trovare
nella vita di ogni giorno.
Aiutaci a coltivare
relazioni sincere e autentiche
e a preparare il nostro cuore
perché possa accogliere
con tenerezza il tuo Figlio, Gesù.
Amen



**MI IMPEGNO
A DRIBBLARE
LA SUPERBIA**



EPIFANIA

Osare con coraggio Traccia Celebrazione Eucaristica

INIZIO CELEBRAZIONE

(prima del canto di inizio)

Celebrante: Carissimi, eccoci giunti all'ultima tappa del nostro cammino accompagnati dai valori e dalle virtù del mondo dello sport.

Gli atleti, con la loro testimonianza di gioia e di sano agonismo all'interno delle squadre di cui fanno parte, possono aprire la strada verso Cristo ed essere messaggeri della Buona Notizia per chiunque. Così è per ciascuno di noi, nella vita di tutti i giorni.

I Magi sono esempio di determinazione e **CORAGGIO**. Virtù che a volte ci mancano nell'annunciare, attraverso i nostri gesti, l'amore verso Gesù. Non temiamo di mostrare a tutti che l'incontro con Lui ha reso migliore la nostra vita!

Un bambino legge la preghiera, mentre un compagno incolla il quinto e ultimo cerchio olimpico sul relativo spazio bianco del cartellone.



Signore Gesù,
fa' che anche noi,
come i tre Re Magi,
ci lasciamo guidare
e illuminare da te
per le strade della vita.
Fa' che sappiamo
annunciare a tutti,
con coraggio e determinazione,
attraverso il nostro esempio,
la bellezza di averti
come nostro amico!
Amen



**MI IMPEGNO A
PARTIRE IN QUARTA
PER ANNUNCIARE
GESÙ**

DARE IL MEGLIO DI SÉ

con i bambini 3-6 anni

Lavoretto in 3D

Un ALBERO DI NATALE davvero speciale

Premessa

“L’usanza di avere e di decorare un albero durante l’Avvento in preparazione alle feste di Natale, è entrata largamente nelle case cristiane. Lo troviamo nelle chiese, nelle strade, nei negozi ed anche sui giornali senza però uno speciale riferimento cristiano. Sembra che l’albero si presenti come alternativa al presepe di tradizione latina o, come alcuni dicono, come simbolo delle feste invernali e del nuovo anno. Invece pochi segni sono tanto antichi e così specificatamente cristiani come l’albero di Natale, visto che il suo obiettivo è stato sempre quello di ricordare ai fedeli che Cristo, nato per noi in Betlemme di Giudea, è il vero Albero della vita”*.

«(L’albero è un) significativo simbolo del Natale di Cristo, perché con la sue foglie sempre verdi richiama la vita che non muore» (Benedetto XVI - 16 dic. 2011)

«L’albero di Natale con le sue luci ci ricorda che Gesù è la luce del mondo, è la luce dell’anima che scaccia le tenebre delle inimicizie e fa spazio al perdono» (Papa Francesco - 07 dic. 2018)

Albero di Natale a forma di cono

Materiale necessario:

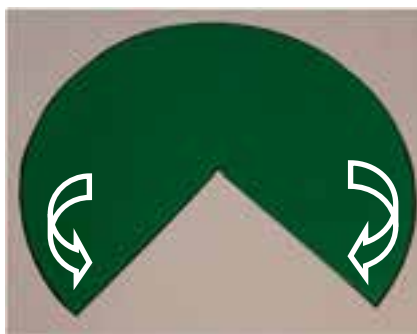
cartellone verde cm 100 x 70, forbici, colla, pennarelli o pastelli.

Realizzazione:

- 1_Tracciare sul cartellone un cerchio di un diametro di circa 60 cm.
- 2_Disegnare uno spicchio triangolare a partire dal centro della circonferenza (più ampio sarà il triangolo, più stretta risulterà la base del cono)
- 3_Ritagliare il triangolo ed avvicinare i bordi in modo tale da sovrapporli leggermente
- 4_Chudere il cono dall’interno con del nastro adesivo avendo cura di non creare delle pieghe nette sulla carta. A questo punto il nostro cono=albero è pronto



1 e 2



3



4

*- “L’albero di Natale è cristiano” - Padre Manuel Gonzales, don Francesco Giuliani
Parrocchia Santa Margherita V.M. - Coreno Ausonio (Fr)

<https://www.parrocchiadicoreno.it/catechesi/approfondimenti/201-albero-di-natale-e-cristiano.html>

Di settimana in settimana, dopo aver guardato con i bambini il video Vangelo suggerito, averne parlato insieme ed averne richiamato il collegamento con il mondo dello sport (vedi introduzione e schede bambini 7-10 anni), invitare i piccoli a colorare i due addobbi circolari presenti nella scheda, ritagliarli e incollarli sull'albero avendo cura di scrivere il valore o la virtù cui le immagini fanno riferimento. Si suggerisce di riservare lo spazio più in alto all'immagine della natività. In cima all'albero si potrebbe inoltre posizionare una bella stella cometa e l'albero potrebbe essere arricchito con ulteriori addobbi o ghirlande.

P.S. Qualora i cerchi disegnati nelle schede risultassero di dimensioni eccessive in rapporto alla superficie dell'albero, sarà possibile scaricare le immagini direttamente dal sito diocesano e renderle delle dimensioni desiderate. In alternativa all'albero a forma di cono, è possibile realizzare ...



Abete di Natale tridimensionale



Materiale necessario:

cartellone verde, forbici, colla, pennarelli o pastelli.

Realizzazione:

- 1_ Tracciare sul cartellone la sagoma di due abeti identici.
- 2_ Ritagliarne per entrambe i contorni. A partire dalla sommità del primo, tagliarlo a metà fino al centro (vedi immagine); ripetere la stessa operazione per il secondo ma a partire dalla base.
- 3_ Incastrare fra di loro le due sagome sino ad ottenere un abete tridimensionale. Per l'addobbo, vedere suggerimenti precedenti.

UN ALBERO SPECIALE
HO COSTRUITO PER NATALE
CON BELLE DECORAZIONI
CHE REGALANO EMOZIONI.

IMPEGNO, CORAGGIO, ALLENAMENTO...
SONO PAROLE CHE HO SCOPERTO IN AVVENTO
PAROLE CHE IL VANGELO MI HA REGALATO
E CHE NELLO SPORT HO RITROVATO.

MA LA COSA PIÙ BELLA CHE CONSERVO IN CUORE
È CHE IL MONDO HA BISOGNO DI TANTO AMORE
E ANCHE IO, SEPPUR PICCOLINO,
POSSO DONARE IL MIO AIUTINO.

GESÙ BAMBINO, CHE AMI I BAMBINI,
GRAZIE PER IL TUO AMORE A GRANDI E PICCINI!



La favola dell'ALBERO DI NATALE

C'era una volta un piccolo albero di Natale che, quando parlava con mamma albero di Natale e papà albero di Natale, non vedeva l'ora di poter indossare le palline colorate, i festoni argentati e le lampadine. Ogni notte sognava il suo momento, entrare nel salotto buono, gustarsi i sorrisi gli auguri in famiglia, lasciarsi sfuggire una lacrima di resina dalla contentezza.

E venne finalmente il giorno del piccolo albero di Natale. Venne scelto quasi per caso tra tanti amici alberi di Natale anche loro. Pensava: "Adesso è venuto il mio momento, adesso sono diventato grande". Dopo un viaggio, incappucciato di stoffa bagnata per non perdere il verde luminoso dei rami, il piccolo albero di Natale si trovò nella casa di una famiglia povera. Niente palline, niente festoni, solo il suo verde scintillante faceva la felicità dei bambini che lo stavano a guardare con gli occhi all'insù, affascinati. Era il loro primo albero di Natale. Subito fu deluso, sperava di poter dominare una sala ricca di regali e di addobbi eleganti.

Ma passarono i giorni e si abituò a quella **casa povera ma ricca di amore**. Nessuno aveva l'ardire di toccarlo. Venne la sera di natale e furono pochi i regali ai suoi piedi ma tanti i sorrisi di gioia dei bambini che per giorni erano rimasti a guardarli sotto il suo sguardo severo per cercare di indovinare che cosa ci fosse dentro. Venne il pranzo di Natale, niente di speciale. Venne Capodanno, con un brindisi discreto, ma auguri sinceri. E venne anche l'Epifania e il momento di andare via. Questa volta non lo incappucciarono. Lo tolsero dal vaso, gli bagnarono le radici e tutta la famiglia lo accompagnò verso il bosco. Era felice di ritornare con mamma albero di Natale e papà albero di Natale. Passando per la strada vide tanti suoi amici, ancora con le palline colorate e i fili d'oro e d'argento, che lo salutavano. Ma c'era qualcosa di strano, erano tutti nei cassonetti della spazzatura, ricchi e sventurati, piangevano anche loro resina, ma non per la contentezza. Chissà dove sarebbero finiti!

Ora il piccolo albero di Natale è diventato un abete grande e possente, ha visto tanti figli andare in vacanza per le feste. Qualcuno è ritornato, sano o con un ramo spezzato. Lui guarda da lontano la città dove i bambini del suo Natale lo hanno amato e rispettato. Perché un albero di Natale è albero di Natale tutto l'anno; perché Natale non vuol dire essere buoni e bravi solo il 25 dicembre, Natale può essere ogni giorno. Basta volerlo come quel piccolo albero di Natale che ci tiene compagnia sulla montagna, anche se lontano, anche se non lo vediamo.

Giulio Gavino
(dal web)





1^ DOMENICA DI AVVENTO

Allenarsi con costanza

Scheda BIMBI 3-6 anni

GESÙ DICE: "VEGLIATE: NON
SAPETE QUANDO IL PADRONE
DI CASA RITORNERÀ"
(Mc 13, 35)



GUARDO E ASCOLTO IL
VANGELO DI QUESTA
SETTIMANA:
"VANGELO BAMBINI 1
DOMENICA AVVENTO B"
(Video Vangelo della do-
menica in cartoni animati)

<https://www.youtube.com/watch?v=o9FrOvDMwGg>



**CARO GESÙ,
SONO PICCOLO
MA MOLTO DECISO.
CON TE AL MIO FIANCO
POSSO FARE GRANDI COSE.**



**AIUTAMI A NON
MOLLARE DAVANTI
ALLE DIFFICOLTÀ E
AD ALLENARMI SEMPRE
A FARE IL BENE.
GRAZIE GESÙ!**



**MI IMPEGNO A ...
CORRERE VERSO L'ALTRO**

**A SCUOLA, A CASA,
AI GIARDINETTI ...
CORRO AD AIUTARE
CHI HA BISOGNO
DI ME!**





II^ DOMENICA DI AVVENTO

Dare il meglio di sé

Scheda BIMBI 3-6 anni

GIOVANNI BATTISTA DICE:
"PREPARATE LA STRADA DEL
SIGNORE, RADDRIZZATE
I SUOI SENTIERI" (Mc 1, 3)



GUARDO E ASCOLTO IL
VANGELO DI QUESTA
SETTIMANA:
"VANGELO BAMBINI 2
DOMENICA AVVENTO B"
(Video Vangelo della do-
menica in cartoni animati)

<https://www.youtube.com/watch?v=6uGToVLTynM>



**CARO GESÙ,
I TUOI AMICI
SI RICONOSCONO
DAL FATTO CHE NON
SI ARRENDONO MAI.**

**SONO SEMPRE PRONTI
A DARSÌ DA FARE
PER AIUTARE GLI ALTRI,
ANCHE QUANDO
È FATICOSO.**

**SAI, GESÙ, ANCH'IO
SONO TUO AMICO!**



**MI IMPEGNO A ...
METTERE KO LA PIGRIZIA**

**NON DICO PIÙ
"NON NE HO VOGLIA"
"NON CE LA FACCIO" ...
MA MI IMPEGNO
A FARE DEL
MIO MEGLIO**





III^ DOMENICA DI AVVENTO

Riscoprire lo spirito di squadra

Scheda BIMBI 3-6 anni

GIOVANNI BATTISTA "VENNE
COME TESTIMONE PER RENDERE
TESTIMONIANZA ALLA LUCE"

(Gv 1, 7)



GUARDO E ASCOLTO IL
VANGELO DI QUESTA
SETTIMANA:
"VANGELO BAMBINI 3
DOMENICA AVVENTO B"
(Video Vangelo della do-
menica in cartoni animati)

https://www.youtube.com/watch?v=7Lsr_UsGO-g



**CARO GESÙ,
AIUTAMI A ESSERE
PER TUTTI UN BUON
COMPAGNO DI SQUADRA,
CAPACE DI PORTARE
GIOIA E SERENITÀ
LÀ DOVE CI SONO
TRISTEZZA E NOIA.**



**GRAZIE, GESÙ, PERCHÉ
MI SOSTIENI SEMPRE
E FAI IL TIFO PER ME!
INSIEME CE LA FAREMO!**



**MI IMPEGNO A ...
PORTARE IL PESO
DELLE FATICHE ALTRUI**

**AIUTO MAMMA E PAPÀ
NELLE FACCENDE
DOMESTICHE.
INSIEME ...
SIAMO UNA
GRANDE
SQUADRA!**





IV^ DOMENICA DI AVVENTO

Collaborare con umiltà

Scheda BIMBI 3-6 anni

MARIA DICE: "ECCO LA SERVA
DEL SIGNORE: AVVENGA PER ME
SECONDO LA TUA PAROLA"
(Lc 1, 38)



GUARDO E ASCOLTO IL
VANGELO DI QUESTA
SETTIMANA:
"VANGELO BAMBINI 4
DOMENICA AVVENTO B"
(Video Vangelo della do-
menica in cartoni animati)

<https://www.youtube.com/watch?v=hjMdLwsLfEM>



**DOLCE MARIA, IO NON SO
SE SONO CAPACE
AD ESSERE UMILE
E PAZIENTE COME TE.**

**VORREI CHE FOSSE
GIÀ NATALE SOLO
PER APRIRE I REGALI!**

**PER PIACERE, AIUTAMI
A PREPARARE IL MIO CUORE
AD ACCOGLIERE
TUO FIGLIO GESÙ,
PROPRIO COME
HAI FATTO TU!**



**MI IMPEGNO A ...
DRIBBLARE LA SUPERBIA**

**NON HO SEMPRE
RAGIONE IO!
MI IMPEGNO AD
ASCOLTARE TUTTI
CON UMILTÀ E
PAZIENZA**





SANTO NATALE

Festeggiare insieme

Scheda BIMBI 3-6 anni

L'ANGELO DICE:
"ECCO, VI ANNUNCIO
UNA GRANDE GIOIA"
(Lc 2, 10)

GUARDO E ASCOLTO IL VANGELO DI
QUESTA SETTIMANA: "VIDEO VANGELO
BAMBINI SANTO NATALE" - (Mauro Manzoni)

<https://www.youtube.com/watch?v=v05IOOxsBhQ>



**È NATALE!
VIENI BAMBINO GESÙ,
VIENI NELLA MIA FAMIGLIA,
VIENI NEL MIO CUORICINO
VIENI, SONO PRONTO
A FARE FESTA INSIEME A TE
PER IL TUO ARRIVO.
TI VOGLIO BENE, GESÙ!**

**MI IMPEGNO A ...
VINCERE LA MEDAGLIA
DEL PIÙ SORRIDENTE**

**BASTA CON
IL VOLTO TRISTE E LO
SGUARDO CUPO.
È TEMPO
DI GIOIRE!**





EPIFANIA

Osare con coraggio *Scheda BIMBI 3-6 anni*

"(I MAGI) PER UN'ALTRA
STRADA FECERO RITORNO
AL LORO PAESE"
(Mt 2, 12)

GUARDO E ASCOLTO IL
VANGELO DI QUESTA
SETTIMANA:
"L'ARRIVO DEI RE MAGI"
BIBBIA DEI BAMBINI"
(Granracconto)



<https://www.youtube.com/watch?v=YGzz18sONwE>



**CARO GESÙ,
FA' CHE ANCHE IO,
COME I TRE RE MAGI,
MI LASCI SEMPRE
GUIDARE E
ILLUMINARE DA TE.
DIVENTERÒ UN
BAMBINO GRANDE,
BUONO E GIUDIZIOSO.
TUTTI SAPRANNO
CHE È GRAZIE
ALLA TUA AMICIZIA!**



**MI IMPEGNO A ...
PARTIRE IN QUARTA
PER ANNUNCIARE GESÙ**

**PRONTI ...
PARTENZA ... VIA!!!
HO UNA BELLA
NOTIZIA DA
RACCONTARE
A TUTTI:
GESÙ È
CON NOI!**





Allenarsi con costanza

Scheda BAMBINI 7-10 anni

Dal mondo dello sport ...

Impegno e allenamento costante sono fondamentali per raggiungere i propri obiettivi e cercare di salire sul gradino più alto del podio. Lo sanno bene gli sportivi! Ogni sforzo è però ricompensato dalla soddisfazione per i risultati raggiunti.

Dalla Parola alla vita ...



"Vegliate: non sapete quando il padrone di casa ritornerà"
(Mc 13, 35)

Così è nella nostra vita di fede. Inizia l'Avvento, un tempo di attesa e preparazione ad accogliere Gesù, il Dio-Bambino capace di dare sprint alle nostre vite!

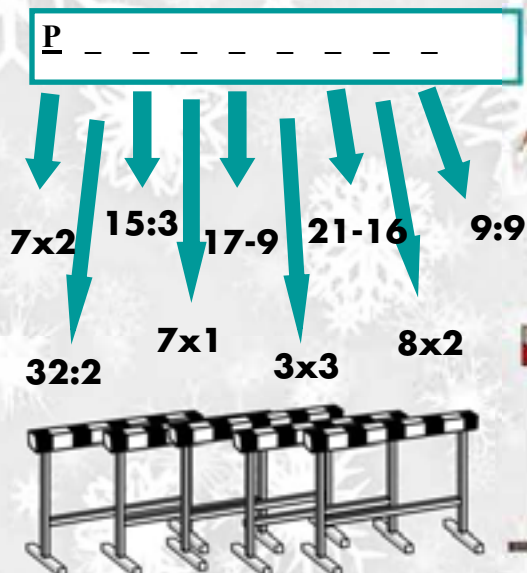
Il Vangelo di oggi ci invita a essere vigili e attenti per non correre il rischio di farci trovare addormentati al suo arrivo. Stando all'immagine usata di Gesù, se quell'uomo lascia la propria casa, e non solo la carriola o una bicicletta ai suoi servi, è perché ha fiducia in loro, si allontana tranquillo perché ciò che ha di più prezioso è in mani sicure. Alleniamoci dunque a regalarci fiducia gli uni agli altri, perché noi stessi per primi l'abbiamo ricevuta.

ALLENARSI CON COSTANZA
e PAZIENZA aiuta a fortificare
LA PROPRIA PERSONALITA'



Attività ...

Ma ... qual è l'ingrediente fondamentale, in questo tempo di Avvento, per mantenersi svegli e pronti ad accogliere Gesù? Salta gli ostacoli risolvendo le piccole operazioni. Poi, sapendo che 1=A; 2=B; 3=C ... 21=Z, guarda i risultati e sostituisci la lettera corretta.



In preghiera ...

Caro Gesù,
desidero con tutto il cuore
che tu sia il mio coach!
Insegnami a non perdere di vista
gli obiettivi che daranno alla mia vita
un senso profondo.
Con te al mio fianco
posso fare grandi cose
anche se sono piccolo.
Aiutami a non perdermi di coraggio
di fronte alle delusioni
e a ricordare che
sono le scelte più difficili
a portare i risultati migliori.



Mi alleno a ...

CORRERE VERSO L'ALTRO

Offrirò il mio aiuto a scuola, a casa,
all'allenamento.. ogni volta che ne avrò
occasione senza che mi venga chiesto!





Allenarsi con costanza *Approfondimenti BAMBINI 7-10 anni*

Il racconto di vita: **IL GRANDE GIORNO**

Luigi frequenta la quinta elementare, gioca a calcio da quando aveva 6 anni, il suo calciatore preferito è Javier Zanetti, vorrebbe tanto diventare come lui!

All'inizio non è stato facile, è sempre stato un bambino minuto, rispetto i suoi compagni non aveva molta forza, per questo durante le partite ha passato molto tempo seduto in panchina. Nonostante ciò non si è mai arreso, anche dalla panchina incitava i suoi compagni, si sentiva pienamente parte della squadra, durante gli allenamenti non si tirava mai indietro, seguiva sempre i consigli del mister. Questo ha fatto sì che, col tempo, stesse sempre meno in panchina e di più in campo, fino a diventare il difensore titolare della sua squadra.



Oggi è il grande giorno, la sua pazienza e la sua costanza l'hanno premiato: scenderà in campo indossando la fascia di capitano!

Il cortometraggio: **P I P**



<https://www.youtube.com/watch?v=07d2dXHYb94>

Pip, il piccolo protagonista di questo corto animato, è un cucciolo con un grande sogno: quello di diventare una guida per ipovedenti, ma il corso si rivela essere più difficile del previsto. Pip è il più piccolo degli allievi e incontra sempre delle complicazioni nel fare gli esercizi che gli vengono richiesti. Grazie al costante allenamento e alla sua grande forza di volontà, riesce tuttavia ad arrivare all'esame finale ma ...



Al cinema in famiglia: **THE KARATE KID** *Per vincere domani*



Il maestro Miyagi insegna al suo allievo che il karate è una disciplina che forma il carattere. E Daniel, grazie agli allenamenti originali del maestro, acquisterà non solo destrezza fisica, ma anche sicurezza mentale!



La parola alla musica *con le sigle dei cartoni animati:*



MILA e SHIRO *due cuori nella pallavolo*

https://www.youtube.com/watch?v=iDVKq_cf2Vo

... Shiro un gran campione è già mentre Mila è in riserva ma con grinta lei lo sa campionessa diverrà. Certo ancora lei dovrà allenarsi molto ed un giorno lei sarà forse la più brava ...





Allenarsi con costanza *Approfondimenti RAGAZZI 11-14 anni*

Video-testimonianza: **LA FORZA DI ARTURO**



<https://www.youtube.com/watch?v=itcYsx4Ne7M>

Arturo Mariani è un ragazzo romano di 26 anni cresciuto in uno dei quartieri popolari della capitale con sani principi morali e cristiani grazie alla sua famiglia. Sogna di diventare un calciatore solo che è nato senza una gamba. Come si fa? Lui non molla. Lotta, crede, si impegna con tutte le sue forze. Oggi gioca come difensore nella Nazionale Italiana Amputati del Centro Sportivo Italiano e aiuta gli altri a realizzare i propri sogni.



Se vuoi saperne di più, leggi l'intervista ad Arturo:

<https://www.infooggi.it/articolo/arturo-mariani-la-fedele-non-e-avere-la-bacchetta-magica/106804>

Parola di ...



"Lo sport è un mezzo di incontro, di formazione della personalità, di testimonianza e di annuncio della gioia di essere cristiano con quelli che lo circondano" (Papa Francesco)

"Impossibile è solo una parola pronunciata da piccoli uomini che trovano più facile vivere nel mondo che gli è stato dato, piuttosto che cercare di cambiarlo" (Muhammed Ali)



La parola all'arte: CORRIDORI

Robert Delaunay, *Corridori* (1924; olio su tela, 114 x 146 cm; Troyes, Musée d'Art Moderne de Troyes)

Tra le specialità dell'atletica leggera, la corsa è la regina dello sport, ma accessibile a tutti. Capace di esplodere in un lampo o protrarsi in uno sforzo estenuante e prolungato.

Con colori vivaci, l'artista costruisce le forme di un gruppo di cinque atleti che si contendono la vittoria sulla pista arancione di uno stadio. La scomposizione geometrica tipicamente cubista è ancora uno dei fondamenti dell'arte di Delaunay, che però con i suoi colori sgargianti (le maglie dei corridori sono tutte dipinte con toni diversi dei tre colori primari), le linee curve della pista e, per contrasto, i blocchi orizzontali delle tribune, imprime al dipinto un forte **dinamismo**.

Il senso del movimento è accentuato dalla mancanza dei piedi e dall'indistinguibilità dei lineamenti: un po' come se Delaunay avesse scattato un'istantanea dei corridori, venuta mossa.

L'elemento maggiormente distintivo che permette di caratterizzare gli atleti è il colore delle magliette, anche perché a Delaunay, come a molti altri artisti dell'epoca che si cimentano sul tema dello sport, non interessa celebrare il singolo campione o il singolo atleta.

I suoi corridori incarnano l'**universalità dello sport**, l'essenza stessa della pratica sportiva: sono semplicemente atleti che, con allenamenti costanti e pazienti scendono in pista e corrono, lottano, sudano, in vista del traguardo finale. (*Liberamento tratto da "Finestre sull'arte"*)





Dare il meglio di sé *Scheda BAMBINI 7-10 anni*

Dalla Parola alla vita ...

"Preparate la strada del Signore, raddrizzate i suoi sentieri" (Mc 1, 3)



Giovanni Battista, nel deserto, invita i suoi fratelli a cambiare vita, a non smettere di cercare la strada giusta che conduce al Signore. Oggi come allora chiede anche a noi di impegnarci a dare il meglio di noi stessi per essere pronti ad incontrare il Signore. È sempre sorprendente questa pagina di Vangelo che ci avvicina al Natale, perché ci ricorda che la via "è del Signore" e che i sentieri sono "i suoi", cioè li conosce molto meglio di noi e li ha già percorsi in lungo e il largo chissà quante altre volte per raggiungerci! Cerchiamo quindi di cambiare gli atteggiamenti mossi dall'egoismo e dalla pigrizia favorendo invece quelli spinti dalla generosità e dalla buona volontà come ha fatto Gesù, che è campione di bontà.

Dal mondo dello sport ...

Nello sport, come nella vita, vorremmo sempre essere i migliori, ma spesso questo non è possibile. Imparando a gioire per le piccole conquiste, raggiunte con sacrificio e impegno, scopriremo che dare il meglio di sé aiuta a farci guardare il futuro con maggiore ottimismo e fiducia.

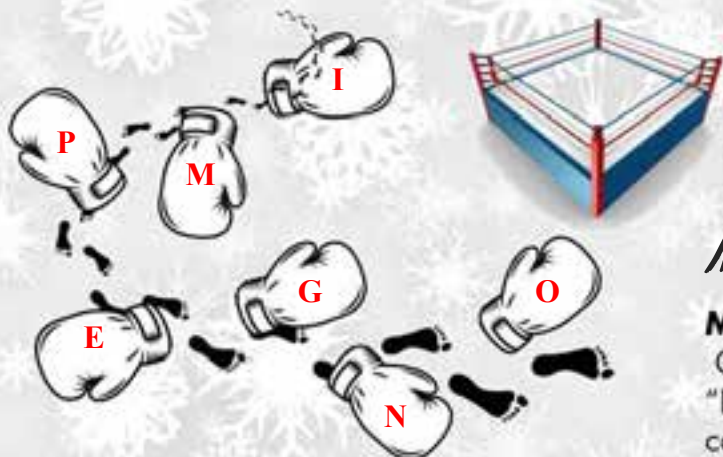


DARE IL MEGLIO DI SÉ permette di CAMBIARE STILE DI VITA e diventare un buon esempio da seguire

Attività ...

Giovanni Battista ci suggerisce la strada da percorrere per riuscire a dare il meglio di noi stessi e prepararci così ad accogliere Gesù. Raccogli i guantoni lungo il percorso e scoprirai che l'antidoto alla pigrizia è

l'



In preghiera ...

Caro Gesù, le tue imprese hanno costellato la tua vita terrena, eppure non ti hanno dato trofei. Sei stato esempio di amore infinito campione di generosità e invece di metterti sul gradino più alto del podio ti hanno messo in croce. Ma tu Signore mi hai insegnato che la vera vittoria è quella del bene sul male, dell'amore sull'odio, del perdono sulla cattiveria. Aiutami a seguire il tuo esempio così che mi riconoscano come tuo amico.



Mi impegno a ...

METTERE KO LA PIGRIZIA

Ogni volta che sono tentato di dire "Non ne ho voglia" o "Non ce la faccio", cambio strada e mi impegno per riuscirci!





II^ DOMENICA DI AVVENTO

Dare il meglio di sé *Approfondimenti BAMBINI 7-10 ANNI*

Il racconto di vita: **TRE AMICHE INSEPARABILI**

Giulia, Eleonora e Letizia sono tre amiche che vivono a Fossano, frequentano la terza media e, oltre ad essere compagne di classe, sono anche molto legate e per questo trascorrono insieme molto tempo.

Da un anno praticano il loro sport preferito, la pallavolo, nella squadra fossanese.

Si divertono molto; nella pallavolo hanno trovato un'occasione per incontrare nuove amiche ed anche un modo per scaricare la tensione e la fatica dello studio.

Sono sempre felici quando, alla domenica, vanno a giocare con tutta la squadra, sono un bel gruppo affiatato, questo aiuta a sopportare la fatica ed anche le sconfitte. Già... non sempre vincono, ma non si abbattono, come in una vera famiglia si aiutano e si spronano a vicenda, affrontano sempre gli incontri con ottimismo, sanno che, anche quando si perde, l'importante è dare sempre il meglio di sé!



Il cortometraggio: **LA TORRE DELL'OROLOGIO**



<https://www.youtube.com/watch?v=luY32IEQ-W8>

La ballerina della torre dell'orologio ha una vita apparentemente senza scopo, che non la soddisfa; le sembra che il suo danzare senza interruzione non serva a nulla. Solo nel momento in cui fugge dalla torre dell'orologio alla ricerca della libertà, si rende conto che senza di lei il tempo si ferma e il mondo precipita nella desolazione. Torna allora nella torre e riprende serenamente la sua danza consapevole del fatto che il suo impegno e il suo sacrificio sono il dono più grande che possa fare all'umanità.



La parola alla musica: TUTTO PUÒ CAMBIARE PER UN CUORE RAP

<https://www.youtube.com/watch?v=YrDG1Va6IGk>



La **Partita del cuore** è un evento calcistico con finalità benefiche che, a partire dal 1992, si tiene ogni anno in Italia e vede protagonista la Nazionale italiana cantanti contro

una squadra di una determinata categoria. Gli incassi sono devoluti ogni anno ad enti e associazioni bisognose. Da ormai quattro anni, inoltre, il consiglio regionale del Piemonte organizza, a margine dell'evento, il concorso "Un cuore rap" rivolto a ragazzi e ragazze delle scuole medie e superiori. I partecipanti devono presentare una loro canzone, inedita per testo e per musica, accompagnata da un video amatoriale. Un solo obbligo: il testo della canzone deve contenere alcune parole chiave come "solidarietà", "sport", "benessere", "donare" e "partita del cuore". Vincitrice dell'edizione 2017 (scuole superiori) è stata la canzone "Tutto può cambiare per un cuore rap".

... Lo sport aiuta nell'umore, nell'amore.

Non importa cosa pratichi...

Ho scelto di essere del bene...

Piuttosto che avere, io preferisco essere...

Ogni volta che doni a qualcuno sai che c'è?

Ancora prima di lui, beh, sarai contento te!

La partita del cuore, cuori di chi ce la fa
e ha scelto di dare una voce a chi non ce l'ha.

A chi, nonostante tutto, sai che non mollerà
perché la vita è il più bel dono di chi l'apprezzerà...
Apri la porta del tuo cuore, c'è qualcuno che bussa.

Da soli sai che nulla si concluderà
quindi staremo insieme nella solidarietà.

Tutti uniti, spirito di squadra...





Dare il meglio di sé *Approfondimenti RAGAZZI 11-14 anni*

Video-testimonianza: L'ultima maratona di Gabriela Andersen



<https://www.youtube.com/watch?v=GM5wTcltbuY>



La gara di Gabriela Andersen-Schiess alle olimpiadi di Los Angeles del 1984 fu uno dei momenti più drammatici ed emozionanti che la storia delle olimpiadi ricordi.

L'atleta svizzera arrivò sulla pista di atletica che conduceva al traguardo in condizioni al limite del collasso, ma la volontà di portare a termine la gara le permise di superare tutti gli ostacoli e realizzare il suo sogno di sportiva!

Parola di ...

"Dare il meglio di sé nello sport, è anche una chiamata ad aspirare alla santità"
(Papa Francesco)



"Una persona, uomo o donna che sia, che da sempre il meglio di sé, diventa un leader naturale, anche solo con l'esempio"
(Joe di Maggio)

La parola all'arte: BALLERINE DIETRO LE QUINTE (Edgar Degas - c. 1897)

Edgar Degas (1834-1917) è il pittore impressionista che più ha rappresentato il mondo del balletto. Con grande passione, e attenzione per il dettaglio, ha restituito in pittura non soltanto i momenti "ufficiali" delle rappresentazioni sul palcoscenico, ma anche quelli della vita quotidiana, delle lezioni, del riposo o invece quelli di tensione, negli spogliatoi o dietro le quinte teatrali, prima dell'ingresso in scena. All'artista interessavano le emozioni private e gli aspetti per così dire "umani". Persino la stanchezza, o il gesto di allacciarsi la scarpetta, potevano entrare a far parte della tavolozza di gesti ritratti dal pittore.

In questo dipinto le ballerine dietro le quinte si stanno preparando per entrare in scena. Tutto il loro impegno profuso in estenuanti prove si condensa in pochi gesti, come quelli di allacciarsi le scarpette da ballo o di accomodarsi la spallina del tutù o di fermare una ciocca di capelli ribelle. Tutti i loro sacrifici, rappresentati dalla ballerina che dai vetri della finestra guarda fuori, alludono ad un rimpianto per qualcosa o qualcuno a cui ha rinunciato. Degas aveva scorto una grande similitudine tra arte e danza, tra danza e vita, avvicinando il mondo della pittura al ballo, come mai nessuno aveva fatto in precedenza, restando il pittore per eccellenza di questo mondo. Sembra aver dato vita a una narrazione silenziosa, in cui a parlare sono le stesse protagoniste delle sue opere, che ci conducono alle soglie del loro mondo fatto di danza, di sacrifici, di studio e di emozioni senza tempo. Sale la tensione dietro le quinte, le ballerine sono pronte a dare il meglio di loro stesse: una manciata di minuti e si andrà in scena! (Liberamento tratto da "Istituto italiano arte e danza")





III^ DOMENICA DI AVVENTO

Riscoprire lo spirito di squadra

Scheda BAMBINI 7-10 anni

Dalla Parola alla vita ...

"Egli venne come testimone per rendere testimonianza alla luce" (Gv 1, 7)



COLTIVARE LO SPIRITO DI SQUADRA aiuta ad essere TESTIMONI DI GIOIA

Giovanni è indicato come colui che è chiamato a dare testimonianza alla luce, ossia alla venuta di Gesù. Ma cosa vuol dire? Significa che addirittura in mezzo alle tenebre e al buio delle partite più difficili sarà possibile intravedere una luce capace di rischiarare ed indicare la mossa giusta; certo, Giovanni non è "degnò di slegare il laccio del sandalo" di Gesù ma tutti siamo chiamati, con le scarpe che abbiamo ai piedi, a seguire i suoi passi e a fare in modo che le stringhe non si slaccino. Solo se saremo capaci a fare gioco di squadra porteremo ogni volta a casa un buon risultato.

Dal mondo dello sport ...

Incoraggiare e sostenere i compagni di squadra e riconoscere che tutti hanno un ruolo importante per la buona riuscita di un incontro, è la strada corretta per raggiungere grandi risultati, ma anche per trasmettere piccole grandi testimonianze di luce.



Attività ...

L'immagine riportata sotto in bianco e nero, è la stessa che vedi sopra a colori. O... quasi! Giovanni Battista sta provando ad aiutare i suoi "compagni di squadra". Prova a capire come trovando le cinque differenze ...



In preghiera ...

Signore Gesù,
aiutami a essere per tutti
un buon compagno di squadra,
capace di infondere
passione ed entusiasmo,
gioia e serenità.

Grazie, Gesù,
perché nella gioia e nella fatica,
nella vittoria e nella sconfitta
Tu mi sostieni e fai il tifo per me.



Mi impegno a ...



PORTARE IL PESO DELLE FATICHE ALTRUI

Faccio squadra in famiglia e aiuto nelle faccende domestiche



III^ DOMENICA DI AVVENTO

Riscoprire lo spirito di squadra *Approfondimenti BAMBINI 7-10 ANNI*

Il racconto di vita: *LA COSA PIÙ IMPORTANTE*



Jessica ha 13 anni, ha un carattere vivace, ama stare con gli amici ed ha una vera passione per la ginnastica artistica.

Quest'anno, dopo molti sacrifici e duri allenamenti, si è qualificata per i campionati regionali. Dovrà stare lontana da casa per quattro giorni ed è molto emozionata per questa nuova esperienza.

Poco prima della sua partenza, però, la mamma non si è sentita bene e hanno dovuto portarla in ospedale. Anche se la famiglia di Jessica si è opposta, lei ha rinunciato a partecipare al campionato: vuole dare una mano a casa. La sua sorellina è ancora piccola, ha bisogno di lei perché sente la mancanza della mamma.

Jessica sa che è importante stringere i denti e stare uniti per superare le difficoltà, lo ha imparato durante gli allenamenti.

Adesso la sua famiglia è la sua squadra; quando la mamma starà meglio, ci saranno altre occasioni ed altri campionati.

Il cortometraggio: *CARA ALICE*



<https://www.youtube.com/watch?v=phQDinMbmic>

Questo tenerissimo video racconta la storia di un artista triste e sfiduciato che, in maniera del tutto casuale, si ritrova ad essere modello e fonte di ispirazione per una giovanissima illustratrice che lo osserva con occhi spalancati e incantati. Nonostante il contesto non sia dei migliori, il giovane riuscirà a "fare squadra" con lei e a farle scorgere la bellezza del suo schizzo prima che l'autobus raggiunga la sua fermata.



Il cortometraggio: SPIRITO DI SQUADRA

<https://www.youtube.com/watch?v=7MmurwTQhos>



"Quando il meglio di noi viene fuori... la vita prende colore." Con questo slogan, uno spot canadese è diventato virale, raccontando del gesto di generosità di un ragazzo nei confronti di un coetaneo meno fortunato e di come lo spirito di squadra possa cambiare la vita di un adolescente.



III^ DOMENICA DI AVVENTO

Riscoprire lo spirito di squadra *Approfondimenti RAGAZZI 11-14 anni*

Al cinema in famiglia: *COACH CARTER: Spirito di squadra*

<https://www.videomotivazionali.it/video/bellissimo-video-sullo-spirito-di-squadra/>

Il film è tratto da una storia vera accaduta nel 1999. Ken Carter, un ex campione di basket, accetta l'incarico di allenatore della squadra nella sua vecchia scuola, in uno dei quartieri più poveri di Los Angeles, Richmond, dove da giovane era diventato un atleta di successo. Colpito dagli atteggiamenti malsani dei ragazzi, Carter insegna loro non soltanto le regole e i trucchi del gioco, ma anche il rispet-

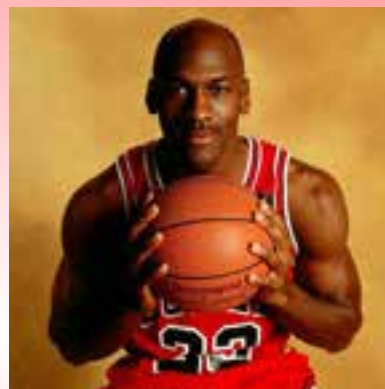


to per se stessi e gli altri: "Noi siamo una squadra, se si sforza uno ci sforziamo tutti, se un giocatore trionfa trionfiamo tutti".



Parola di ...

"I grandi risultati, nello sport come nella vita, li otteniamo insieme, in squadra. Lo sport è un buon antidoto all'individualismo e alla cultura dello scarto"
(Papa Francesco)



"Con il talento si vincono le partite, ma è con il lavoro di squadra che si vincono i campionati"
(Michael Jordan)



La parola all'arte: TRE CALCIATORI

(Angel Zàrraga, Tres futbolistas 1931. Olio su tela – collezione privata)

Il pittore messicano Angel Zàrraga (1886- 1946), nel corso della sua carriera dipinse numerosi quadri sul gioco del calcio e del rugby spaziando tra vari generi: il ritratto, la scena d'azione ed anche la natura morta. Fu il primo a rappresentare su una tela giocatori di colore e calciatrici.

Zarraga fu un pittore profondamente religioso e in lui la passione per lo sport si univa alla fede cattolica: il football era un mezzo non solo per fortificare il corpo, definito da San Paolo "tempio dello Spirito Santo", ma anche per glorificare Dio. Gli atleti da lui rappresentati hanno corpi ben modellati che non comunicano una sensazione dinamica, ma l'idea di solidità.

Zarraga ritrasse soprattutto atleti sconosciuti, perché per il pittore messicano lo sport era rivolto a tutti, esattamente come il messaggio cristiano.

La relazione tra calcio e religione è particolarmente evidente in questo dipinto: tre calciatori in posa statuaria sono raffigurati in piedi. Si abbracciano a vicenda e mentre due tengono un pallone (posto al centro del dipinto) il terzo regge

un palo. La loro divisa bianca è caratterizzata all'altezza del cuore da una croce con le lettere IHSV ricamate in rosso.

La sigla IHSV sta per la frase latina "*in hoc signo vinces*" (con questo segno vincerai) ed è un chiaro rimando alla visione della croce di luce apparsa in cielo all'imperatore Costantino prima della battaglia di Ponte Milvio. Anche i colori della divisa sono carichi di simbologia: il bianco rappresenta la fede, mentre il rosso è il colore dell'amore di Dio.

Lo stesso palo bianco pare evocare il legno verticale della croce. Il messaggio di Zarraga è evidente: attraverso il calcio gli atleti perfezionano non solo il proprio corpo, ma anche il proprio spirito, avvicinandosi così a Dio. (Liberamento tratto da "AF artefootball")



IV^ DOMENICA DI AVVENTO

Collaborare con umiltà

Scheda BAMBINI 7-10 anni

Dalla Parola alla vita ...

"Ecco la serva del Signore: avvenga per me secondo la tua parola" (Lc 1, 38)



Maria, donna di fede semplice e concreta, con il suo **"Sì"** entra a far parte del grande piano di Dio. La sua adesione e partecipazione sono fondamentali per consentire a Dio di realizzare il suo progetto d'amore per gli uomini. Maria è molto giovane e questo la aiuta ad avere maggiore fiducia nel futuro; questa ragazza ci dice: "La vita è sempre una scommessa da giocare! Se sei giovane, prendi esempio da me e vai tranquillo! E se sei adulto non dimenticartelo!". Maria è garanzia di sicuro successo per creare la giusta armonia e per poter assaporare, nella vita come nello sport, la gioia di entrare in relazione con il prossimo.

**COLLABORARE è
indispensabile per FARE
INCONTRI AUTENTICI**



Dal mondo dello sport ...

Lo sport offre alle persone la possibilità di incontrarsi senza distinzione di razza, sesso, religione o ideologia. Ognuno dona il proprio contributo, grande o piccolo che sia, per permettere a tutta la squadra di raggiungere il proprio obiettivo e condividere, o superare insieme, il successo o la sconfitta.

Attività ...

Non tutti sono capaci di collaborazione.
Trova l'intruso e ... spiega il perché.



In preghiera ...

Dolce Maria, con il tuo "Sì" hai donato tutta te stessa e hai messo in campo l'umiltà e la pazienza, tanto difficili da trovare nella vita di ogni giorno. Aiutami a coltivare relazioni sincere e autentiche e a preparare il mio cuore perché possa accogliere con tenerezza il tuo Figlio, Gesù.



Mi impegno a ...

DRIBBLARE LA SUPERBIA

Ascolterò con umiltà e pazienza e darò spazio a tutti.





IV^ DOMENICA DI AVVENTO

Collaborare con umiltà *Approfondimenti BAMBINI 7-10 anni*

Il racconto di vita: **DUE È MEGLIO DI UNO!**

Benjamin ha 8 anni. È arrivato dalla Costa d'Avorio con la sua famiglia a settembre con l'inizio della scuola. Frequenta la terza elementare. Non è facile fare amicizia quando non si conosce nessuno e si hanno difficoltà con la lingua! Per fortuna in classe c'è Lorenzo, un ragazzino vivace e chiacchierino. Le maestre sanno che se Benjamin si siede nel banco vicino a lui, si sentirà subito accolto e a suo agio. Infatti, dopo neppure una settimana, sono già inseparabili. Lorenzo invita Benjamin alla pista di atletica con lui: che bello correre insieme.

Due volte la settimana i due amici vanno agli allenamenti e dopo poco tempo iniziano anche a partecipare ad alcune gare. Benjamin è veloce ed aiuta Lorenzo a migliorare i suoi tempi, mentre Lorenzo, con la sua esuberanza aiuta Benjamin ad inserirsi sempre di più e a stringere nuove amicizie. Nella vita, come nello sport, la collaborazione e la complicità danno sempre buoni frutti!



Il cortometraggio: **IL PONTE**



<https://www.youtube.com/watch?v=GCbPcvGXSIM>

Questo simpatico video pone l'accento su quanto sia importante saper mettere in campo le virtù dell'umiltà e dell'arrendevolezza quando ci si trova in disaccordo con qualcuno, evitando orgoglio e ostinazione.

Papa Francesco ha detto che: "Per essere grandi bisogna prima di tutto saper essere piccoli. L'umiltà è la base di ogni vera grandezza."



I cartoni dello Zecchino d'Oro **È SOLO UN GIOCO**



<https://www.youtube.com/watch?v=VhvavbLugJA>

Umiltà e spirito di collaborazione non sono propriamente le virtù di questo papà ma, con l'aiuto del saggio figlioletto, potrà sicuramente migliorare!

Finalmente è cominciato il campionato, ma la peste del girone dei pulcini è quel babbo sugli spalti scalmanato che si crede in 'Serie A' con i bambini.

Al mio mister da il suo solito consiglio: quello sì che è forte, non perché è mio figlio, e poi l'arbitro per lui no, no non può sbagliare manco fossi il bomber della Nazionale!

Se questo è il grande sogno che tu avevi da bambino il mio è soltanto quello di sentirti più vicino...

Tira, passa, buttalo giù, occhio al 10 curalo tu, dribbla, corri, salta più su, ehi, papà, è solo un gioco!





IV^ DOMENICA DI AVVENTO

Collaborare con umiltà *Approfondimenti RAGAZZI 11-14 anni*

Il cortometraggio:

COACH CARTER: Lezione di umiltà

<https://www.youtube.com/watch?v=iJZLIXh3RE>

Questa scena è estrapola dal film "Coach Carter" (vedi presentazione pag. 30) e vede l'allenatore rimproverare i propri giocatori per essersi comportati da teppistelli quando la situazione richiedeva un po' di classe, ovvero ... un comportamento da veri campioni!



Parola di ...

"Lo sport è un luogo di incontro dove persone di ogni livello e condizione sociale si uniscono per ottenere un risultato comune"
(Papa Francesco)



A proposito di umiltà ...

"Puoi avere talento, ma se non lavori duramente non diventi un campione"
(Usain Bolt)

La parola all'arte: I REMATORI

(Manuel Losada Pérez de Nenin - Museo delle Belle Arti di Bilbao)

"I rematori" sono un dipinto del pittore spagnolo Manuel Losada Pérez de Nenin, nato e vissuto a Bilbao dal 1864 al 1949 in cui si rappresenta una competizione di "traineras" (barche tipiche del mar Cantabrico). La presenza in primo piano e in diagonale della trainera, con il cadenzato sforzo dei rematori, è potenziata dal tratto fermo del disegno e da una certa ruvidità del colore. Invece la superficie calma del mare possiede un trattamento cromatico più delicato con echi impressionisti.

L'attenzione del pittore si focalizza sul gesto perfettamente sincronizzato della remata: il forte spirito di collaborazione che permea il gruppo dei vogatori e l'attento ascolto dei comandi del capovoga che dà il ritmo di regata, stanno permettendo all'imbarcazione di essere in testa alla gara.

Il canottaggio a squadre è un'attività sportiva che implica la ricerca di sintonia, attivando sinergie positive e propositive, ed incrementa le relazioni sociali, con evidenti vantaggi per la costruzione di un maggior senso di integrazione e di adattamento.

Inoltre il rematore deve imparare a mantenere in equilibrio se stesso e la barca e poi traslare questo apprendimento in una barca più lunga, con altri compagni. La vita è come questo sport: un delicato gioco di equilibri cui concorrono necessariamente non solo la coordinazione, ma anche l'orientamento, il tempismo, l'intensità, la velocità e soprattutto umiltà e collaborazione.
(Liberamento tratto da Bilbaopedia)





SANTO NATALE

Festeggiare insieme *Scheda BAMBINI 7-10 anni*

Dalla Parola alla vita ...

"Ecco, vi annuncio una grande gioia" (Lc 2, 10)

La nascita di Gesù è stato un grande goal di Dio. Con lui è iniziato il secondo tempo che ha cambiato le sorti dell'umanità. Dopo un primo tempo dal risultato incerto, la partita si è rivelata combattuta: non sono mancate le cadute, i falli e persino qualche irregolarità, ma il risultato sognato dall'allenatore è stato raggiunto. E allora non resta che festeggiare per questo grande evento, proprio come la gioia che si prova quando si ottiene un buon risultato durante una competizione o comunque quando a vincere sono i valori sani dello sport e dell'amicizia.



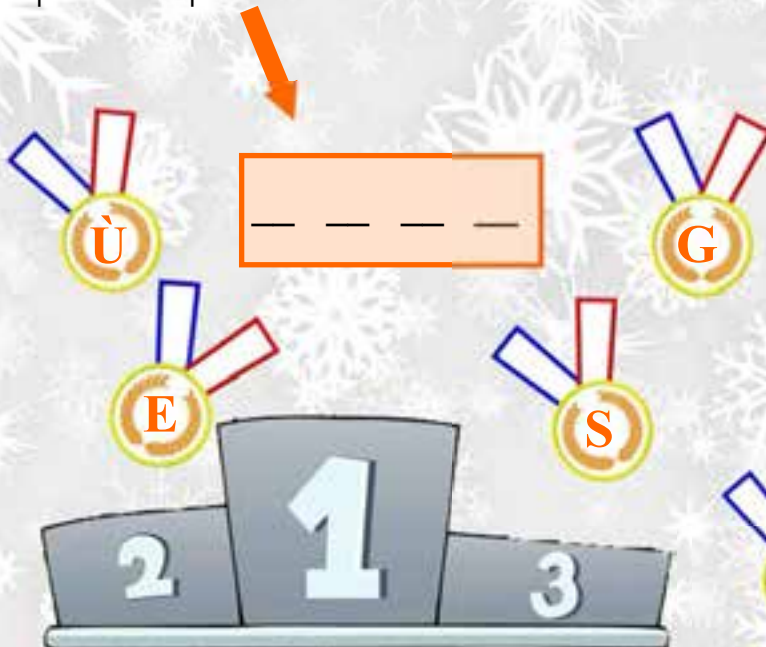
Dal mondo dello sport ...

Il segreto della vittoria, in campo come anche nella vita, sta nel saper rispettare non solo il proprio compagno di squadra, ma anche il proprio avversario. Nessuno vince da solo, né in campo né nella vita!

**LA GIOIA VERA È
FESTEGGIARE INSIEME !**

Attività ...

A chi vogliamo consegnare oggi la medaglia del primo classificato? Fai l'anagramma delle lettere sottostanti, e scrivi il nome di chi sale oggi sul gradino più alto del podio.



In preghiera ...

È Natale!

Vieni Bambino Gesù,
vieni nelle nostre famiglie,
vieni nei nostri cuori,
dona pace alle nostre case,
illumina e riscalda
la nostra società!

Fa' che essa ti accolga,
sappia festeggiare il tuo arrivo
e gioisca di te e
del tuo amore.



Mi impegno a ...

**VINCERE LA MEDAGLIA
DEL PIÙ SORRIDENTE**

Mi avvio, a gonfie vele, verso la gioia!
Mai più il volto triste e lo sguardo cupo.



Festeggiare insieme *Approfondimenti BAMBINI 7-10 anni*

Il cortometraggio: **POSSO RIMANERE?**



<https://www.youtube.com/watch?v=im0k9d-gqbU>

Questo splendido corto racconta la straordinaria avventura di una ragazza senz'atletica che deve attraversare una città innevata per sfuggire ai suoi strambi inseguitori. Ma davvero le cose succedono per caso? O non si tratta piuttosto del desiderio di qualcuno di condividere la gioia del Natale con chi è meno fortunato? ...



Al cinema in famiglia: **KUNG FU PANDA**



Po è un giovane panda il cui padre adottivo (un volatile simile ad un'oca) gestisce un piccolo ristorante la cui specialità sono i noodles, gli spaghetti cinesi cucinati secondo una ricetta segreta che li rende irresistibili. Po fa il cameriere, vive una vita monotona, ma intanto sogna di poter essere un eroe del kung fu. Finché un giorno, in seguito a una predizione del più saggio del paese, la tartaruga Oogway, viene indicato come l'eletto Guerriero Dragone, colui che salverà il villaggio dal nemico Tai Lung, un vendicativo e fortissimo leopardo delle nevi. Da quel momento Po viene affidato alla scuola di kung fu del Maestro Shifu. In Po si può facilmente identificare qualsiasi bambino (e anche adulto!) che si sente inadeguato al sogno che nutre dentro di sé: il grosso e goffo Panda, costantemente desideroso di ingurgitare cibo, potrà mai diventare un Maestro di kung fu e festeggiare la vittoria??



Il racconto di vita: **CONDIVIDERE LA GIOIA**

Leo e Riccardo sono due fratelli gemelli di 10 anni, nati in un paesino sperduto delle nostre belle Alpi. Fin da piccoli amavano giocare e rincorrersi lungo i pendii scoscesi dei monti e, poco per volta, questo loro gioco si è trasformato in uno sport vero e proprio che li porta a partecipare alle gare di corsa in montagna. Sono molto bravi e, a fronte di duri allenamenti, spesso concludono le gare tra i primi, arrivando anche sul podio. A volte vince Leo, altre Riccardo.

Lo scorso anno Riccardo è stato operato di appendicite e ha dovuto lasciare per un po' di tempo le gare. Il suo sogno ora è quello di tornare a vincere! Dopo tre mesi di duri allenamenti, Leo e Ricky partecipano ad una importante gara nazionale. Sono i primi in testa quando Ricky comincia a sentire il peso della corsa ma Leo, invece di approfittarne, rallenta e lo incoraggia a proseguire. Giunti sulla linea del traguardo, lo lascia passare avanti e gli regala la vittoria! Condividere col fratello la gioia del podio, e rivedere sul suo volto la gioia per l'impresa riuscita, valgono ben più della medaglia d'oro!





SANTO NATALE

Festeggiare insieme *Approfondimenti RAGAZZI 11-14 anni*

Il cortometraggio: **PRIMO POSTO**



<https://www.youtube.com/watch?v=5XpzammyPI>

Per una gara è importante allenarsi. Ci sacrificiamo, mettiamo tutto noi stessi per cercare di arrivare alla meta che è il primo posto. Ma qual è la nostra meta? A cosa puntiamo?

"Amatevi gli uni gli altri con affetto fraterno, gareggiate nello stimarvi a vicenda" Rm 12,10



Parola di ...



"Quando lo sportivo festeggia la vittoria con i suoi sostenitori, si può vedere lo sport come luogo di unione e di incontro tra le persone" (Papa Francesco)

"In ogni gara c'è sempre l'amico senza volto che ha esattamente il tuo passo. Stai pronto a lasciare il vecchio per quello nuovo e concentrati sul tuo obiettivo: tagliare il traguardo con il sorriso sulle labbra" (Stefano Baldini)



La parola all'arte: DINAMISMO DI UN CICLISTA

(U. Boccioni, 1913. Olio su tela, Peggy Guggenheim Collection)

Quest'opera rappresenta un ciclista che sfreccia a tutta velocità in sella alla sua bicicletta!

Boccioni, esponente di spicco del futurismo, in quest'opera vuole rendere visibili due cose: i cambiamenti che il movimento produce sugli oggetti e i cambiamenti che l'oggetto in movimento causa sull'ambiente circostante.

Il contrasto tra le tonalità scure del ciclista e quelle brillanti dello sfondo serve a dare ancor più dinamismo all'opera.

Il movimento produce cambiamenti, come il Natale!

Perché il Natale è cambiamento: un'opportunità per cambiare il nostro "punto di osservazione" sulla realtà che ci circonda.

L'annuncio del Natale, come il ciclista di Boccioni, non si può fermare e corre veloce: fiducia, speranza, gioia, rinnovano e trasformano il mondo come preziosi frammenti di scintillanti arcobaleni.

(Liberamento tratto da "Boccioni e lo sport")





Osare con coraggio Scheda BAMBINI 7-10 anni

Dalla Parola alla vita ...

“(I Magi) per un'altra strada fecero ritorno al loro paese” (Mt 2, 12)



OSARE CON CORAGGIO
è la strada per **AFFRONTARE**
AL MEGLIO SITUAZIONI
IMPEGNATIVE

I Magi sono esempio di determinazione e coraggio. Virtù che a volte ci mancano nell'annunciare, attraverso i nostri gesti, l'amore verso Gesù. Loro sono partiti da lontano seguendo una stella, fiduciosi che li avrebbe portati alla meta; hanno saputo mettere in conto incertezza, fatica e sudore ma non sono venuti meno al loro obiettivo. Non temiamo di mostrare a tutti che l'incontro con Lui ha reso migliore la nostra vita! Anche attraverso lo sport possiamo essere segno di quel grande amore che ci rende tutti fratelli, che siano i compagni di squadra o gli avversari.

Dal mondo dello sport ...

Gli atleti, con la loro testimonianza di gioia e di sano agonismo all'interno delle squadre di cui fanno parte, possono aprire la strada verso Cristo ed essere messaggeri della Buona Notizia per chiunque. Così è per ciascuno di noi nella vita di tutti i giorni! Forza e coraggio... ce la possiamo fare!

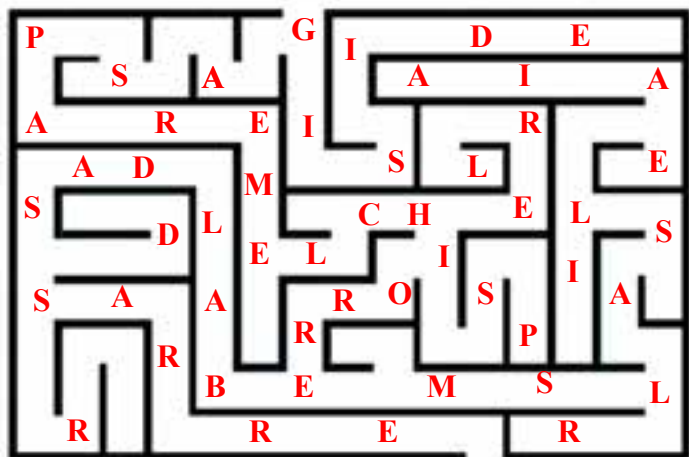


Attività ...



Conosci i nomi dei tre Re Magi? Segui il circuito che dovrà percorrere Artaban per arrivare al traguardo e scoprirai se hai ragione e se i nomi sono corretti!





In preghiera ...

Signore Gesù,
fa' che anch'io,
come i tre Re Magi,
mi lasci guidare
e illuminare da te
per le strade della vita.
Fa' che sappia
annunciare a tutti,
con coraggio e determinazione,
attraverso il mio esempio,
la bellezza di averti
come mio amico!



Mi impegno a ...

PARTIRE IN QUARTA
PER ANNUNCIARE GESÙ

Ogni occasione sarà buona per annunciare a tutti la Bella Notizia della nascita di Gesù!



Osare con coraggio *Approfondimenti BAMBINI 7-10 anni*

Il cortometraggio: *UNA LEZIONE ... NUVOLOSA*



<https://www.youtube.com/watch?v=-45TbOGadro>

Questo bellissimo video racconta dello straordinario rapporto di stima e affetto tra un nonno e suo nipote. Ci insegna che coraggio, determinazione e lungimiranza possono tutto nella vita! Impariamo così insieme che:

- 1- non esiste un modo giusto di fare le cose
- 2- dagli errori c'è sempre modo di imparare
- 3- il sostegno è fondamentale!



Al cinema in famiglia: *INVICTUS - L'invincibile*

Appena eletto presidente, Nelson Mandela, deve trovare un modo per riunire la popolazione del suo paese letteralmente spaccata in due: i bianchi e i neri.

Un compito apparentemente impossibile da realizzare. L'apartheid è stato ufficialmente sconfitto, ma si manifestano ancora molte forme di razzismo. Mandela approfitta della Coppa del Mondo di Rugby del 1995. Infatti proprio quell'anno agli Springboks (il soprannome della nazionale sudafricana di rugby) è permesso di partecipare ad eventi internazionali. Purtroppo gli Springboks sono reduci da numerose sconfitte e risentono della squadra poco organizzata. Mandela però non si arrende e convoca il capitano della squadra Francois Pienaar...



Il racconto di vita: *IL CORAGGIO DI LUCA*

È una bella giornata, il cielo è limpido, il sole splende e fa brillare la neve di Artesina. Luca è emozionato e felice, tra poco dovrà disputare la sua prima gara di discesa dopo l'incidente.

Già... Luca ha 15 anni, pratica lo sci da sempre. Sotto la guida del papà si è dedicato con impegno e con passione a questo sport, raggiungendo ottimi risultati e vincendo gare importanti.

Poi, 3 anni fa, l'incidente: una brutta caduta durante gli allenamenti gli ha compromesso per sempre l'uso della gamba destra. Il mondo gli è crollato addosso: per lui era difficile camminare, figuriamoci sciare! Era sicuro di dover rinunciare per sempre alla sua grande passione.

Invece no. Un giorno a scuola il suo insegnante di educazione fisica gli ha parlato dei campionati per disabili; il programma era molto interessante. Luca ha ricominciato ad allenarsi, non si è arreso, così il suo coraggio e la sua determinazione lo hanno portato alla gara di oggi.

In bocca al lupo Luca, qualunque sarà il risultato della gara, tu hai già vinto!





Osare con coraggio *Approfondimenti RAGAZZI 11-14 anni*

Il cortometraggio: NON SEI UN FALLITO FINCHÉ NON MOLLI

<https://www.youtube.com/watch?v=WbrCmb8ntU8>

Ai **Giochi olimpici di Barcellona 1992**, l'atleta britannico Derek Redmond, durante la semifinale, mentre era a poco meno della metà del giro di pista, si strappò il bicipite femorale della gamba destra ma, pur di raggiungere il traguardo, proseguì dapprima saltellando sulla gamba sinistra e poi appoggiandosi a suo padre che lo raggiunse dagli spalti oltrepassando gli addetti alla sicurezza. Appena superarono la linea del traguardo l'intero stadio gli dedicò una standing ovation. Questo incidente è diventato uno dei momenti da ricordare nella storia delle Olimpiadi.



Parola di ...

"Lo sport può aprire la strada verso Cristo in quei luoghi dove non è possibile annunciarlo in maniera diretta"
(Papa Francesco)



"Ho conosciuto centinaia di atleti. Alcuni vincenti, altri perdenti. La differenza? I vincenti trovano soluzioni. I perdenti cercano alibi" (Julio Velasco)

La parola all'arte: GHIACCIAIO DEL LYS (Monte Rosa)

(Pompeo Mariani (1857- 1927) - Olio, cm 60x75 Courtesy Gallerie Enrico Milano)

Questa tela raffigura un'escursione condotta nel 1880 sul Monte Rosa (Ghiacciaio del Lys, a 4.200 metri di quota) nella quale si scorgono gli escursionisti arrancare con fatica nella neve alle falde della Piramide Vincent, dal quale nasce il Torrente Lys, affluente della Dora Baltea. Possiamo utilizzare la metafora dell'escursionismo per raccontare come il coraggio, l'energia, la determinazione, la creatività e il desiderio di condivisione sono qualità vive e presenti in ciascuno di noi: virtù fondamentali per portare a termine la scalata e per ottenere la miglior vita possibile. Una scalata è sempre faticosa, fatica spesa per raggiungere nuovi paesaggi, nuovi punti di vista. Una scalata è condivisione di emozioni e di esperienze coinvolgenti con avventure, rischi, pericoli e grandissime gioie. La vista di maestosi paesaggi durante la scalata diventa un'epifania sulla bellezza del creato.



..... per altra strada fecero ritorno al loro paese.... Una volta incontrato Cristo, non si può più tornare indietro per la stessa strada. L'incontro con Cristo deve determinare una svolta, un cambiamento di abitudini.

Anche se la nuova strada non è facile da seguire e il percorso è faticosamente in salita, lungo, impervio, pericoloso e noi stessi non siamo adeguatamente attrezzati per affrontare le difficoltà, non possiamo, anche noi oggi, tornare a casa per la strada per cui siamo venuti, essere oggi quello che eravamo.

(Liberamento tratto dal catalogo della mostra "La montagna dipinta")

Riflessione per RICHIESTA DI PERDONO in preparazione al Natale

Premessa

Riportiamo di seguito la traccia per una riflessione di richiesta di perdono in preparazione al Natale con l'auspicio che sia possibile organizzare in Parrocchia una celebrazione penitenziale con i bambini e i ragazzi.

Traccia

Rileggendo i vangeli dell'Avvento vogliamo soffermarci su alcune frasi e riflettere sul nostro operato.

«Vegliate: non sapete quando il padrone di casa ritornerà» (Mc 13, 33-37)

- Svolgiamo il nostro dovere con costanza o rimandiamo sempre a un altro momento?
- Ci prepariamo con la preghiera e le opere buone ad accogliere Gesù?

«Preparate la strada del Signore, raddrizzate i suoi sentieri» (Mc 1,3)

- Cerchiamo di correggere il nostro carattere e rimediare ai nostri errori?
- Diamo il meglio in ogni situazione o ci accontentiamo di essere discreti?

«Egli venne come testimone per dare testimonianza alla luce» (Gv 1, 6-8. 19-28)

- Sappiamo essere testimoni della Buona notizia comportandoci come Gesù ci ha insegnato?
- Andiamo a Messa o diamo più importanza ad altre attività?

«Ecco la serva del Signore: avvenga per me secondo la tua parola» (Lc 1, 26-38)

- Ci mettiamo a disposizione per aiutare in casa, a scuola o in altre situazioni?
- Ci preoccupiamo solo di noi stessi o sappiamo anteporre i bisogni di chi ci è accanto ai nostri?

«Ecco, vi annuncio una grande gioia» (Lc 2, 1-14)

- Sappiamo gioire per i risultati degli amici o siamo invidiosi?
- Cerchiamo di portare serenità o seminiamo discordia?

Preghiera

Signore,
perdona i nostri peccati
e aiutaci ad essere attenti a tutti.
Insegnaci a smussare
gli spigoli del nostro carattere
e ad essere testimoni della tua Parola.
Aiutaci a superare i nostri limiti
per metterci a servizio del fratello
e rendici capace di gioire
per le piccole cose belle della vita.
Amen



Traccia per NOVENA DI NATALE Primo giorno: la CAPANNA

INTRODUZIONE: in questo tempo di Avvento ci siamo impegnati per migliorare noi stessi aiutati dai valori che lo sport ci chiama a "mettere in campo", ma adesso che mancano pochi giorni al Natale proviamo a fare lo "sprint finale", a dare il meglio di noi stessi. Ogni giorno, aiutati da un personaggio del presepe e da alcune riflessioni tratte dalla raccolta di pensieri di Papa Francesco sullo sport, riflettiamo su come possiamo agire concretamente. Incominciamo!

IN ASCOLTO DELLA PAROLA

"In quei giorni un decreto di Cesare Augusto ordinò che si facesse il censimento di tutta la terra. Questo primo censimento fu fatto quando era governatore della Siria Quirinio. Andavano tutti a farsi registrare, ciascuno nella sua città. Anche Giuseppe, che era della casa e della famiglia di Davide, dalla città di Nazareth e dalla Galilea salì in Giudea alla città di Davide, chiamata Betlemme, per farsi registrare insieme con Maria sua sposa, che era incinta. Ora, mentre si trovavano in quel luogo, si compirono per lei i giorni del parto. Diede alla luce il suo figlio primogenito, lo avvolse in fasce e lo depose in una mangiatoia, perché non c'era posto per loro nell'albergo" (Luca 2, 1-7)

RIFLESSIONE

Maria e Giuseppe arrivano a Betlemme per il censimento e cercano una stanza in albergo, ma non la trovano; sono tutte occupate per via della grande folla presente quei giorni in città. Si rifugiano quindi in una umile capanna utilizzata come riparo per gli animali. Proprio qui Gesù viene al mondo ed è adagiato in una mangiatoia. La capanna dona riparo e protezione alla famiglia venuta da lontano, stranieri in difficoltà. Quel luogo diventa simbolo di accoglienza, umile e semplice, che non guarda alla provenienza o all'estrazione sociale.

Quando attendiamo qualcuno a casa, solitamente la nostra preoccupazione più grande è che chi arriva la trovi pulita e in ordine e non tanto che si senta desiderato e accolto, cosa che è successa invece a Gesù in quella stalla.

La **capanna**, quale segno di **ACCOGLIENZA**, ricorda la bandiera olimpica che con i suoi cinque cerchi intrecciati, rappresenta lo spirito di fratellanza che deve caratterizzare qualsiasi competizione sportiva e richiama all'accoglienza verso tutti senza esclusione o distinzione. Come dice papa Francesco, la bandiera olimpica è segno di fraternità, amicizia, concordia, rispetto, tolleranza e armonia delle diversità, valori che nella società multietnica in cui viviamo devono diventare i fondamenti della nostra cultura perché regni davvero la pace. Proprio i veri valori dello sport, inoltre, sono particolarmente importanti

per affrontare questo tempo di pandemia e soprattutto la difficile ripartenza.

PREGHIERA

Signore,
insegnaci ad essere accoglienti verso tutti,
a guardare il prossimo come nostro fratello,
a vedere la diversità come ricchezza. Amen

IMPEGNO

Mi impegno a trattare con amicizia e rispetto tutti,
anche chi la pensa in modo diverso da me.



Secondo giorno

GIUSEPPE

IN ASCOLTO DELLA PAROLA

"Ecco come avvenne la nascita di Gesù Cristo: sua madre Maria, essendo promessa sposa di Giuseppe, prima che andassero a vivere insieme si trovò incinta per opera dello Spirito Santo. Giuseppe suo sposo, che era giusto e non voleva ripudiarla, decise di licenziarla in segreto. Però, mentre stava pensando a queste cose, ecco che gli apparve un angelo del Signore che gli disse: Giuseppe, figlio di Davide, non temere di prendere con te Maria, tua sposa, perché quello che è generato in lei viene dallo Spirito Santo. Essa partorerà un figlio e tu lo chiamerai Gesù: egli, infatti, salverà il popolo dai suoi peccati"
(Matteo 1, 18-21)

Oppure:

Essi (i Magi) erano appena partiti, quando un angelo del Signore apparve in sogno a Giuseppe e gli disse: alzati, prendi con te il bambino e sua madre e fuggi in Egitto e resta là finché non ti avvertirò, perché Erode sta cercando il bambino per ucciderlo. Giuseppe, destatosi prese con sé il bambino e sua madre nella notte e fuggì in Egitto, dove rimase fino alla morte d'Erode, perché si adempisse ciò che era stato detto dal Signore per mezzo del profeta: "Dall'Egitto ho chiamato mio figlio" (Matteo 2, 13-14)

RIFLESSIONE

Non sappiamo molto di **Giuseppe**, ma dal suo agire comprendiamo che è un uomo giusto e buono, e infatti non vuole ripudiare Maria; è rispettoso della legge, tanto che parte subito per il censimento; è un uomo capace di sacrifici per la sua famiglia e sicuramente di grande fede dato che dopo l'apparizione dell'angelo accoglie Maria come sua sposa anche se incinta. Un uomo, insomma, di **SANI PRINCIPI**.

Tutti gli sport si ispirano a sani principi e tanti sono i valori che ci suggeriscono e che possiamo "mettere in campo". Papa Francesco, ad esempio, cita il ciclismo che mette in risalto alcune virtù come la sopportazione della fatica nelle lunghe e difficili salite, il coraggio nel tentare una fuga, l'integrità nel rispettare le regole, l'altruismo e il senso di squadra. Opportunamente coltivati, questi valori permettono di diventare non solo bravi ciclisti, ma persone migliori nella propria vita. Così come Giuseppe che, mettendo da parte l'orgoglio, è diventato il papà del Salvatore ed ha reso la sua vita un capolavoro.

PREGHIERA

Signore,
donaci il coraggio di affrontare le difficoltà,
la determinazione per non mollare,
l'altruismo per non lasciare nessuno indietro.
Amen

IMPEGNO

Come Giuseppe mi impegno a mettere i
bisogni di chi mi sta accanto davanti ai miei.



Terzo giorno MARIA

IN ASCOLTO DELLA PAROLA

"Nel sesto mese, l'angelo Gabriele fu mandato da Dio in una città della Galilea, chiamata Nazareth, a una vergine, promessa sposa di un uomo della casa di Davide, chiamato Giuseppe. La vergine si chiamava Maria. Entrando da lei, disse: «Ti saluto, o piena di grazia, il Signore è con te». A queste parole ella rimase turbata e si domandava che senso avesse un tale saluto. L'angelo le disse: «Non temere, Maria, perché hai trovato grazia presso Dio. Ecco concepirai un figlio, lo darai alla luce e lo chiamerai Gesù. Sarà grande e chiamato Figlio dell'Altissimo; il Signore Dio gli darà il trono di Davide suo padre e regnerà per sempre sulla casa di Giacobbe e il suo regno non avrà fine». Allora Maria disse all'angelo: «Come è possibile? Non conosco uomo». Le rispose l'angelo: «Lo Spirito Santo scenderà su di te, su te stenderà la sua ombra la potenza dell'Altissimo. Colui che nascerà sarà dunque santo e chiamato Figlio di Dio. Vedi: anche Elisabetta, tua parente, nella sua vecchiaia, ha concepito un figlio e questo è il sesto mese per lei, che tutti dicevano sterile: nulla è impossibile a Dio». Allora Maria disse: «Eccomi, sono la serva del Signore, avvenga di me quello che hai detto». E l'angelo partì da lei" (Luca 1:26-38)

RIFLESSIONE

Maria si stupisce per le parole dell'angelo e si domanda come tutto ciò sia possibile. Ascolta ciò che l'angelo ha da dirle e prontamente risponde: "Sì", "Eccomi". Le basta poco per mettere da parte i suoi progetti, che la vedevano presto sposa di Giuseppe, accettare la volontà di Dio e mettersi in gioco. Stupisce come una decisione così importante venga presa in maniera relativamente veloce, senza porre condizioni e senza domandare in cambio certezze.

Oggi avviene spesso il contrario. Il timore di non essere all'altezza del ruolo genitoriale, di non avere soldi a sufficienza per mantenere la famiglia ... portano a volta le coppie a rimandare nel tempo la decisione di avere un figlio. Altre volte, invece, prima di diventare genitori si attende di aver raggiunto altri traguardi ritenuti prioritari, si dà più importanza alla carriera o a esaudire i propri desideri piuttosto che a creare una famiglia.

Maria va controcorrente. Si fida delle parole dell'angelo, comprende di essere parte di un progetto molto più grande di lei e, proprio come avviene negli sport di squadra, mette da parte il proprio individualismo e il desiderio egoistico di primeggiare a favore di un bene superiore. Con umiltà e grande **DISPONIBILITÀ**, accoglie l'invito a diventare la mamma del Messia e con determinazione dice il proprio "Sì". È questa una lezione importante in una società come la nostra che esaspera il soggettivismo e la centralità del proprio io. Tutta la vita andrebbe vista come un gioco di squadra. Lo abbiamo compreso bene durante la pandemia, ma il parziale ritorno alla normalità ci ha fatto dimenticare troppo presto che facciamo tutti parte dello stesso team.

PREGHIERA

Signore, rendici generosi,
capaci di fare squadra e di pensare
gli uni agli altri sull'esempio di Maria. Amen

IMPEGNO

Mi impegno a dire 'Sì' quando qualcuno
mi chiede aiuto, senza lamentarmi.



Quarto giorno

L'ASINO e IL BUE

IN ASCOLTO DELLA PAROLA

Nei vangeli della nascita di Gesù non si parla di animali presenti nella stalla. Nei Vangeli apocrifi si racconta invece che nella stalla dove Maria depose Gesù Bambino erano ricoverati un bue e un asinello che subito riconobbero il Salvatore e lo adorarono. Nel Vangelo apocrifo dello Pseudo-Matteo si legge: «Così si adempì ciò che era stato annunziato dal profeta Isaia che aveva detto: "Il bue ha riconosciuto il suo proprietario e l'asino la greppia del suo padrone"».

RIFLESSIONE

L'**asino** e il **bue**, pur non essendo presenti nel racconto evangelico, indicano a tutti l'atteggiamento adeguato di fronte al mistero che viene manifestato nella stalla di Betlemme: essi sanno a chi appartengono, conoscono il loro padrone. Così noi siamo chiamati, con **UMILTÀ**, a riconoscere in Gesù il nostro Signore - che si è fatto uomo ed è venuto ad abitare in mezzo a noi - e a donare quel tanto che possiamo per scaldare il cuore di chi ci è accanto.

Papa Francesco ci ricorda che nello sport, così come nel lavoro, nello studio, nelle relazioni, non ci si sente più liberi quando non si hanno limiti, ma quando, coi propri limiti, si dà il massimo. Non possiamo primeggiare o essere i migliori in ogni campo o in ogni occasione. Dobbiamo essere padroni e non schiavi dei nostri limiti. Così come il bue e l'asinello hanno riscaldato con il loro fiato Gesù, anche noi, con i talenti che abbiamo a disposizione, possiamo fare del bene ai nostri fratelli.

PREGHIERA

Signore,
rendimi capace di gioire e ringraziare per i miei talenti,
di non arrabbiarmi di fronte ai miei limiti,
di lavorare per migliorare me stesso.
Amen

IMPEGNO

Provo a ripensare alle volte che la rabbia per un insuccesso ha preso il sopravvento e chiedo perdono al Signore.



Quinto giorno L'ANGELO

IN ASCOLTO DELLA PAROLA

“Un angelo del Signore si presentò a loro (ai pastori), e la gloria del Signore li avvolse di luce, così che essi ebbero una grande paura. L'angelo disse: «Non temete! Io vi porto una bella notizia, che procurerà una grande gioia a tutto il popolo: oggi, nella città di Davide, è nato il vostro Salvatore, il Cristo, il Signore. Lo riconoscerete così: troverete un bambino avvolto in fasce che giace in una mangiatoia». Subito apparvero e si unirono a lui molti altri angeli. Essi lodavano Dio con questo canto: «Gloria a Dio in cielo e pace in terra agli uomini che egli ama». Poi gli angeli si allontanarono dai pastori e se ne tornarono in cielo” (Luca 2, 8-14)

RIFLESSIONE

L'angelo porta ai pastori la bella notizia della nascita di Gesù, una notizia che, assicura loro, donerà molta gioia. Noi cristiani siamo chiamati a essere portatori della Buona Notizia proprio come l'**angelo** e dobbiamo farlo con **ENTUSIASMO**, con il sorriso. Come l'angelo che incoraggia e rassicura i pastori, così dobbiamo fare noi cristiani con chi è distante o alla ricerca di Dio perché tutti possano sperimentare la bellezza dell'amore di Dio Padre per noi.

Il papa ci ricorda di non dimenticare mai la **BELLEZZA**: la bellezza della vita, la bellezza dello sport, quella bellezza che Dio ci ha dato. Lo sport è una strada adatta a questa scoperta, per aprirsi, per uscire dalle proprie chiusure e mettersi in gioco. Così si impara a partecipare, a superarsi, a fare fatica insieme. E tutto questo aiuta a diventare membri attivi della comunità e della Chiesa e a rendere la nostra società più bella!

PREGHIERA

Signore,
donami la capacità di accostarmi
al prossimo con il sorriso,
di parlare di te con entusiasmo,
di testimoniare il tuo amore con le opere.
Amen

IMPEGNO

Mi impegno a partecipare con entusiasmo alla Messa e alle attività a scuola e a casa per manifestare la gioia di essere tuo amico.



Sesto giorno

LA STELLA COMETA

IN ASCOLTO DELLA PAROLA

"... Ed ecco, la stella, che (i Magi) avevano visto spuntare, li precedeva, finché giunse e si fermò sopra il luogo dove si trovava il bambino. Al vedere la stella, provarono una gioia grandissima" (Matteo 2, 9-11)

RIFLESSIONE

Secondo molti studiosi la **stella** era, per i profeti, il simbolo del Messia e quindi dell'arrivo di Gesù. Proprio la stella guida i Magi dal Salvatore. È lei, citata nelle antiche scritture, a ispirare questi studiosi venuti da lontano; è lei che accende nei loro cuori la **PASSIONE** e li spinge a partire pur nella consapevolezza che non sarà un'impresa facile.

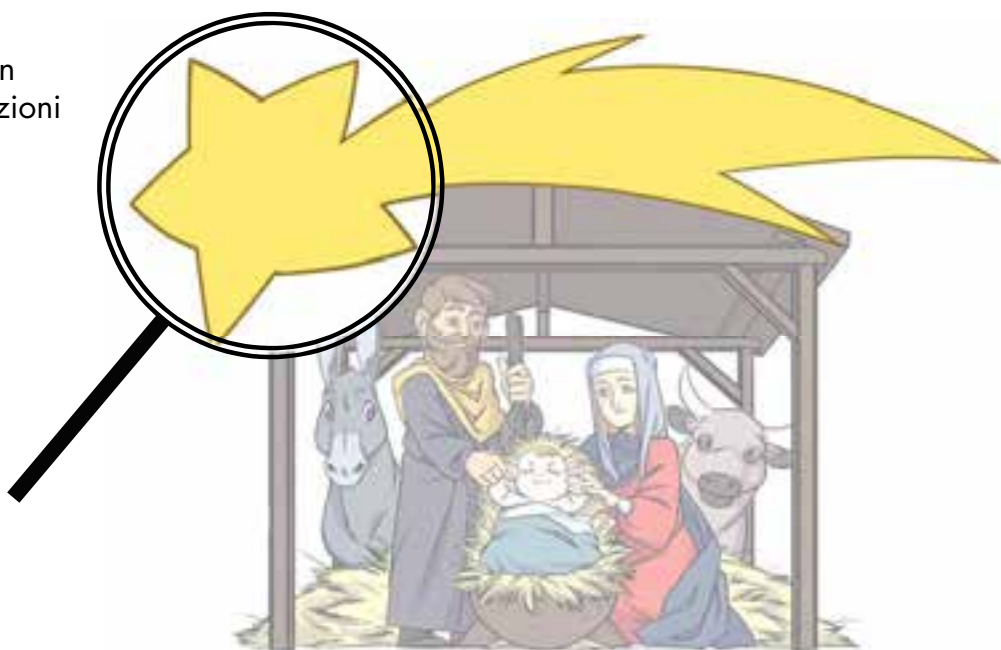
"Lo sport, attraverso esempi positivi, è capace di infondere nei giovani la passione, quella cosa meravigliosa che fa accadere le cose e che può benedire la nostra vita se le consentiamo di guidarla". Queste parole sono di Alex Zanardi, pilota di formula 1 che ha subito, a causa di un grave incidente, l'amputazione delle gambe, ma non si è arreso e ha iniziato una nuova avventura con l'handbike. Recentemente ha avuto un altro grave incidente da cui non si è ancora ripreso, ma le sue parole non smettono di ispirare i nostri cuori: "Il fuoriclasse è un uomo che ha capito per tempo quanto importate sia percorrere con gioia il cammino piuttosto che farsi dominare dall'illusione di doverlo concludere prima degli altri". Tutti noi possiamo nel nostro piccolo essere dei fuoriclasse se lo facciamo con passione e possiamo essere di ispirazione per gli altri se lo facciamo con gioia, come piccole stelle che illuminano la strada di chi ci è accanto.

PREGHIERA

Signore,
aiutami a essere un fuoriclasse di bontà,
a farmi guidare nelle scelte dalla passione e non dal tornaconto.
Rendimi una piccola stella capace di illuminare chi mi è accanto.
Amen

IMPEGNO

Mi impegno a essere un buon esempio affrontando le situazioni con ottimismo e impegno.



Settimo giorno I PASTORI

IN ASCOLTO DELLA PAROLA

"C'erano in quella regione alcuni pastori che, pernottando all'aperto, vegliavano tutta la notte facendo la guardia al loro gregge. Un angelo del Signore si presentò a loro e la gloria del Signore li avvolse di luce. Essi furono presi da grande timore, ma l'angelo disse loro: «Non temete: ecco, vi annuncio una grande gioia, che sarà di tutto il popolo: oggi, nella città di Davide, è nato per voi un Salvatore, che è Cristo Signore. Questo per voi il segno: troverete un bambino avvolto in fasce, adagiato in una mangiatoia»"
(Luca 2, 8-12)

RIFLESSIONE

Il Salvatore è nato, ma la notizia non viene data a studiosi eruditi come ve ne erano molti in Israele, ma ai **pastori**, gente posta a un livello sociale molto basso, a persone umili e malviste dalla maggioranza, spesso messi sullo stesso piano dei briganti e dei malfattori. Dio Padre invia un angelo ad annunciare la nascita del figlio a pastori normalmente estranei a qualsiasi forma di religiosità, che certo non si aspettavano una manifestazione divina né tantomeno di venire coinvolti in un piano di salvezza. Erano lì, a fare il loro lavoro nel cuore della notte così come erano abituati ormai da chissà quanto tempo.

Dio Padre non dimentica chi vive tra le difficoltà e chiede anche a noi di fare lo stesso.

Anche lo sport può essere strumento di pace e di sviluppo sociale, da promuovere con l'idea di non lasciare indietro nessuno indipendentemente dalle circostanze in cui si trova. Con questo intento Tegla Loroupe, una delle più forti maratonete al mondo, cresciuta in Kenya in una casa di fango con 24 fratelli, è riuscita a far ammettere alle olimpiadi del 2016 il Team dei Rifugiati. Tutti hanno diritto ad avere delle **OPPORTUNITÀ** e lo sport è capace di unire le persone e guarire le ferite.

PREGHIERA

Signore,
fa' che sappiamo lottare per l'uguaglianza,
aiutaci a fare passi concreti perché nessuno si senta escluso
e perché tutti si sentano parte della Tua grande famiglia.
Amen

IMPEGNO

Mi impegno a non fermarmi all'apparenza, ma ad andare in profondità di fronte a quanti vengono spesso giudicati solo per l'aspetto fisico o la provenienza.



Ottavo giorno I RE MAGI

IN ASCOLTO DELLA PAROLA

"Gesù nacque a Betlemme, una città nella regione della Giudea, al tempo del re Erode. Dopo la sua nascita, arrivarono a Gerusalemme alcuni uomini sapienti che venivano dall'oriente e domandarono: «Dove si trova quel bambino, nato da poco, il re dei giudei? In oriente abbiamo visto apparire la sua stella e siamo venuti qui per onorarlo»"
(Matteo 2, 1-2)

RIFLESSIONE

L'evangelista Matteo vuole indicare che i pagani, qui rappresentati dai Magi, cercano Dio e per trovarlo non misurano la strada né il pericolo che possono incontrare durante il percorso. Vengono da lontano, da Oriente, sono persone umili capaci di porsi delle domande, vanno a Betlemme, affrontando i disagi del cammino e finalmente, "entrati nella casa, videro il bambino con Maria sua madre, e prostratisi lo adorarono" (Mt 2,11). Hanno visto un bimbo come tanti altri: tanta strada per venire a vedere un bambino. I **Magi** sono le persone che sanno vedere con "occhi interiori", i soli che mostrano che quel bambino non è un bimbo qualsiasi, ma il "re del Giudei". E lo adorano. Trovato il bambino, ritornano gioiosi alla vita normale, perché la loro vita è cambiata.

Papa Francesco esorta tutti a mettersi in gioco e lo fa partendo dalle parole dell'apostolo Paolo che usa l'esempio di un atleta: "Non sapete che, nelle corse allo stadio, tutti corrono, ma uno solo conquista il premio? Correte anche voi in modo da conquistarlo!". San Paolo si riferisce alla sfida del dare un significato alla vita stessa e da qui l'invito a **METTERSI IN GIOCO** non solo nello sport ma nella vita, alla ricerca del bene, del vero bene, senza paura, con coraggio ed entusiasmo. Proprio come hanno fatto i Magi, che senza certezze sono partiti alla ricerca del bene più grande Gesù, noi tutti siamo chiamati a dare il meglio di noi stessi, spendendo la vita per ciò che vale davvero e che dura per sempre.

PREGHIERA

Signore,
donami occhi capaci di vedere oltre il mio cortile
e il coraggio di superare la paura di espormi al giudizio.
Mostrami la via che porta a TE, mio Gesù.
Amen

IMPEGNO

Mi impegno a mettere da parte i passatempi inutili
e dedicarmi a fare qualcosa di buono per gli altri.



Nono giorno GESÙ BAMBINO

IN ASCOLTO DELLA PAROLA

"Mentre si trovavano a Betlemme, giunse per Maria il tempo di partorire; ed essa diede alla luce un figlio, il suo primogenito. Lo avvolse in fasce e lo mise a dormire nella mangiatoia di una stalla, perché non avevano trovato altro posto" (Luca 2, 6-7)

RIFLESSIONE

Papa Francesco durante l'udienza generale del 27 dicembre 2017 in Aula Paolo VI incentrata sul significato del Natale dice: "Ai nostri tempi, assistiamo a una specie di 'snaturamento' del Natale: in nome di un falso rispetto di chi non è cristiano, che spesso nasconde la volontà di emarginare la fede, si elimina dalla festa ogni riferimento alla nascita di **GESÙ**. La costruzione del presepe e, soprattutto, la liturgia, con le sue letture bibliche e i suoi canti tradizionali, ci fanno rivivere l'oggi in cui è nato per noi il Salvatore, il Cristo Signore. Ma in realtà questo avvenimento è l'unico vero Natale! Senza Gesù non c'è Natale. C'è un'altra festa, ma non Natale! Come Lui stesso ci ha insegnato con la sua vita, accogliere Gesù significa diventare quotidianamente un **DONO GRATUITO** per coloro che si incontrano sulla propria strada. Ecco perché a Natale si scambiano i doni. Il vero dono per noi è Gesù. Lui, inviato dal Padre, è stato un dono e noi vogliamo essere dono per gli altri". Gesù per noi cristiani è l'esempio da seguire.

Nel mondo dello sport coloro che sono considerati "campioni" diventano facilmente figure di riferimento. Gli atleti hanno questa straordinaria possibilità e responsabilità di trasmettere a tutti i valori positivi dello sport e il desiderio di spendere la vita per obiettivi alti e nobili. Ognuno di noi può essere testimonial di lealtà, onestà, altruismo, concordia e umanità; ognuno di noi può essere testimone credibile del Vangelo.

Il Papa ci propone un'immagine tratta dal mondo del rugby. Per giungere al traguardo bisogna correre insieme: la palla viene passata di mano in mano e si avanza insieme finché si arriva alla meta. E allora si festeggia! La pandemia ci ha insegnato come sia importante avanzare tutti insieme verso la meta, solo così si può ottenere la vittoria contro questo virus e finalmente festeggiare tutti insieme.

PREGHIERA

Signore,
ti preghiamo per chi, questo Natale,
sta vivendo un momento difficile
a causa della pandemia;
per chi è provato per la difficile
situazione economica;
per chi è solo.
Infondi fiducia nei cuori di tutti noi
perché non venga meno il desiderio
di festeggiare il dono
della vita e del tuo amore. Amen

IMPEGNO

Mi impegno a vivere ogni giorno
come un dono e ringrazio Dio
per le cose che rendono davvero
bella la mia vita.





PREGHIERA DELLO SPORTIVO

Signore!

È bello per me correre con i miei amici,
nella gioia e nella fatica, nella vittoria e nella sconfitta.

Là, sul campo, ci metto tutto me stesso perché
per me giocare è un po' come vivere
e vivere è un po' come giocare.

E se penso alla mia vita come a quel campo di gara
allora, Signore, aiutami a viverla
con lo stesso entusiasmo
con lo stesso impegno
con la stessa voglia di vincere
e di diventare grande.

Sii tu la mia guida e il mio maestro.
Insegnami a giocare la mia partita,
indicami il mio ruolo in campo,
incoraggiarmi a lottare
e dare sempre il meglio di me stesso.
E quando sarò tentato di arrendermi
e di non combattere più,
ti prego abbandona la panchina
ed entra in campo con me!
Con te vicino ricomincio a giocare.

Amen



Edizione Ottobre 2020
a cura di:
Commissione Diocesana Pastorale Ragazzi:
Bergese Danila—Chiavassa Maria Grazia
Dutto Paola—Gribaudo Nives

Disegni di:
Giorgio Abou Mrad
e Fano



**SCHEDE PER LA RIPRESA IN FAMIGLIA
DEL VANGELO DELLE DOMENICHE D'AVVENTO E DELL'EPIFANIA**

VIVERE LA 1^a DOMENICA DI AVVENTO

Allenarsi con costanza

La famiglia si ritrova in un tempo opportuno, la domenica, prima del pranzo o la sera.
Si fa un segno di Croce e si può accendere una candela, segno della presenza del Signore Gesù.

Genitore: Con questa domenica prende il via il cammino di Avvento che come famiglia vogliamo intraprendere per non arrivare impreparati al Santo Natale.
Papa Francesco ha più volte sottolineato che lo sport è una ricchissima fonte di valori e virtù che ci aiutano a migliorare come persone e ci spingono a dare il meglio di noi stessi. Sono stati preziosi alleati nel tempo del lockdown e altrettanto lo sono oggi: ci aiuteranno a superare vincitori questo tempo difficile che stiamo vivendo, prepararci al Natale e, più ancora, riuscire bene nella corsa della vita. Saremo accompagnati all'immagine della bandiera olimpica, segno di fraternità, amicizia e concordia tra i popoli.
Nel Vangelo di oggi, Gesù ci invita a essere vigili e attenti per non correre il rischio di farci trovare addormentati al suo arrivo. È tutta una questione di **ALLENAMENTO**. Ed è questa la prima parola chiave con la quale vogliamo intraprendere il nostro cammino verso il Natale.

Si può leggere insieme il Vangelo e ciascuno può aggiungere un'intenzione spontanea o un motivo di ringraziamento.
Un bambino può leggere la preghiera e s'incolla il primo cerchio olimpico sul relativo spazio bianco del cartellone (pag. 8 delle schede).

**Caro Gesù,
desideriamo con tutto il cuore che tu sia il nostro coach!
Insegnaci a non perdere di vista gli obiettivi che danno
alle nostre vite un senso profondo.
Con te al nostro fianco
possiamo fare grandi cose.
Aiutaci a non perderci di coraggio
di fronte alle delusioni
e a ricordare che sono le scelte più difficili
a portare i risultati migliori.
Amen.**

Come segno di benedizione i coniugi possono tracciare reciprocamente un segno di croce sulla fronte e tracciarlo sulla fronte dei figli.



VIVERE LA II^a DOMENICA DI AVVENTO

Dare il meglio di sé

La famiglia si ritrova in un tempo opportuno, la domenica, prima del pranzo o la sera.
Si fa un segno di Croce e si può accendere una candela, segno della presenza del Signore Gesù.

Genitore: Eccoci giunti alla seconda tappa del nostro cammino di Avvento che come famiglia vogliamo intraprendere verso il Santo Natale lasciandoci accompagnare dai valori e dalle virtù che animano il mondo dello sport.

Nello sport vorremmo sempre essere i migliori ma spesso questo non è possibile. Imparando a gioire per le piccole conquiste, raggiunte con sacrificio e IMPEGNO, scopriremo che DARE IL MEGLIO DI SÉ aiuta a farci guardare il futuro con maggiore ottimismo e fiducia.

Nel Vangelo di oggi, Giovanni Battista invita i suoi fratelli a cambiare vita, a non smettere di cercare la strada giusta che conduce al Signore. Oggi come allora chiede anche a noi di impegnarci a dare il meglio di noi stessi per essere pronti ad incontrare il Signore.

Si può leggere insieme il Vangelo e ciascuno può aggiungere un'intenzione spontanea o un motivo di ringraziamento.
Un bambino può leggere la preghiera e s'incolla il secondo cerchio olimpico sul relativo spazio bianco del cartellone (pag. 9 delle schede).

Caro Gesù,
le tue imprese hanno costellato
la tua vita terrena,
eppure non ti hanno dato trofei.
Sei stato esempio di amore infinito
campione di generosità
e invece di metterti sul gradino
più alto del podio
ti hanno messo in croce.
Ma tu Signore ci hai insegnato
che la vera vittoria è quella del bene sul male,
dell'amore sull'odio, del perdono sulla cattiveria.
Aiutaci a seguire il tuo esempio
così che ci riconoscano come tuoi amici.
Amen.

Come segno di benedizione i coniugi possono tracciare reciprocamente un segno di croce sulla fronte e tracciarlo sulla fronte dei figli.



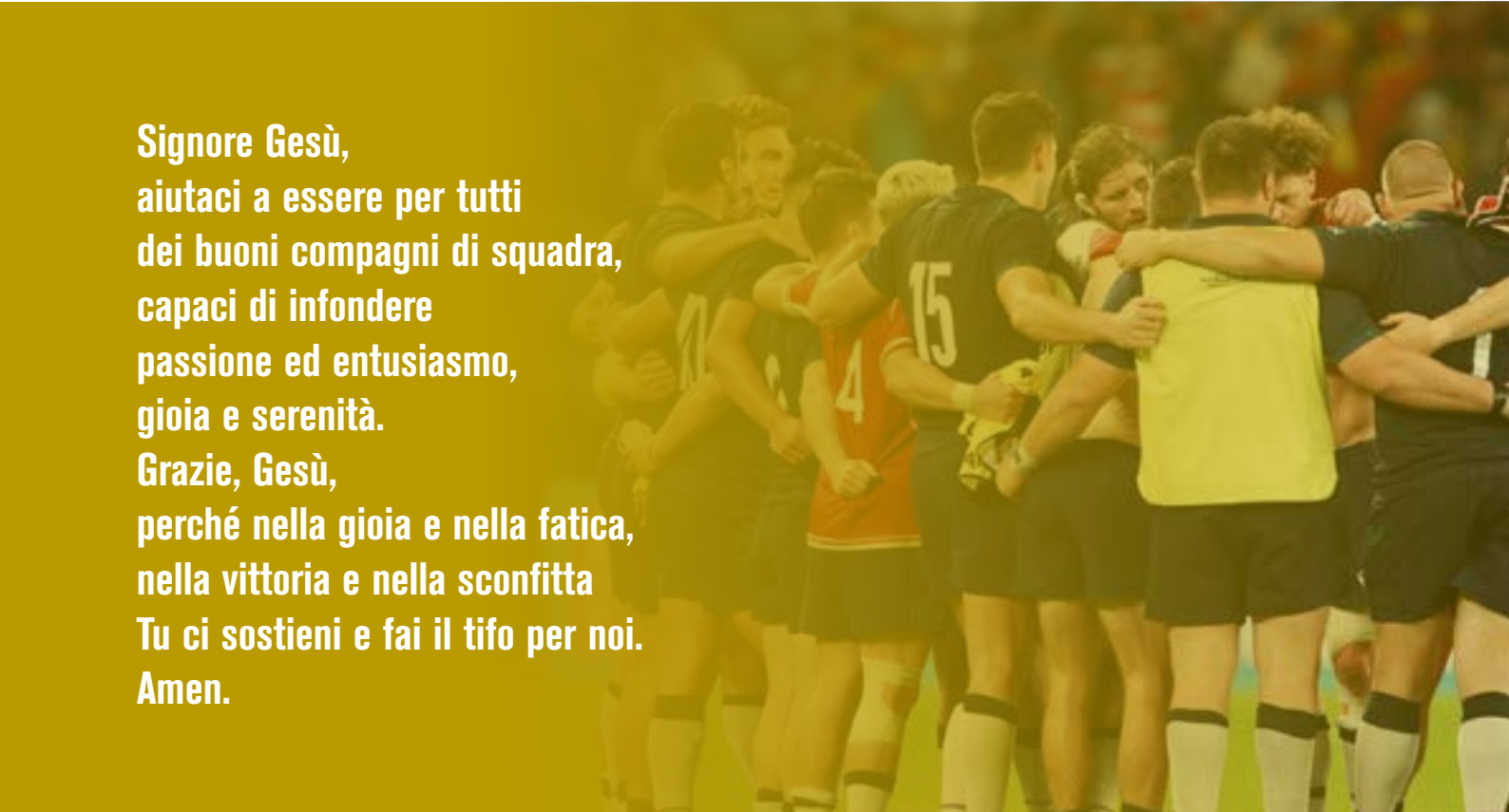
VIVERE LA III^a DOMENICA DI AVVENTO

Riscoprire lo spirito di squadra

La famiglia si ritrova in un tempo opportuno, la domenica, prima del pranzo o la sera.
Si fa un segno di Croce e si può accendere una candela, segno della presenza del Signore Gesù.

Genitore: siamo giunti alla terza tappa del nostro cammino di Avvento che come famiglia vogliamo intraprendere verso il Santo Natale accompagnati dai valori e dalle virtù del mondo dello sport. **INCORAGGIARE E SOSTENERE I COMPAGNI DI SQUADRA** e riconoscere che tutti hanno un ruolo importante per la buona riuscita di un incontro, è la strada corretta per raggiungere grandi risultati, ma anche per trasmettere piccole grandi testimonianze di luce. Nel Vangelo di oggi, Giovanni Battista è indicato come colui che è chiamato a dare testimonianza alla luce, ossia alla venuta di Gesù, nonostante ritenga di non essere neppure degno di slegare i lacci dei suoi sandali. Tutti noi siamo chiamati a fare la nostra parte, come in una squadra dove ognuno è importante e indispensabile anche se non segna il punto della vittoria.

Si può leggere insieme il Vangelo e ciascuno può aggiungere un'intenzione spontanea o un motivo di ringraziamento.
Un bambino può leggere la preghiera e s'incolla il terzo cerchio olimpico sul relativo spazio bianco del cartellone (pag. 10 delle schede).



Signore Gesù,
aiutaci a essere per tutti
dei buoni compagni di squadra,
capaci di infondere
passione ed entusiasmo,
gioia e serenità.
Grazie, Gesù,
perché nella gioia e nella fatica,
nella vittoria e nella sconfitta
Tu ci sostieni e fai il tifo per noi.
Amen.

Come segno di benedizione i coniugi possono tracciare reciprocamente un segno di croce sulla fronte e tracciarlo sulla fronte dei figli.

VIVERE LA IV^a DOMENICA DI AVVENTO

Collaborare con umiltà

La famiglia si ritrova in un tempo opportuno, la domenica, prima del pranzo o la sera.
Si fa un segno di Croce e si può accendere una candela, segno della presenza del Signore Gesù.

Genitore: eccoci giunti alla quarta tappa del nostro cammino di Avvento che come famiglia abbiamo intrapreso verso il Santo Natale accompagnati dai valori e dalle virtù del mondo dello sport. Lo sport offre alle persone la possibilità di incontrarsi senza distinzione di razza, sesso, religione o ideologia. Ognuno dona il proprio contributo, grande o piccolo che sia, per permettere a tutta la squadra di raggiungere il proprio obiettivo e condividere, o superare insieme, il successo o la sconfitta.

Il Vangelo di oggi ci presenta la scelta di Maria, donna di fede semplice e concreta, che con il suo “Sì” entra a far parte del grande piano di Dio consentendogli di realizzare il suo progetto d’amore per gli uomini. Prendere esempio dall’atteggiamento coraggioso ma umile di Maria, dal suo spirito di **COLLABORAZIONE**, è garanzia di sicuro successo per creare la giusta armonia e per poter assaporare, nella vita come nello sport, la gioia di entrare in relazione con il prossimo.

Si può leggere insieme il Vangelo e ciascuno può aggiungere un’intenzione spontanea o un motivo di ringraziamento.
Un bambino può leggere la preghiera e s’incolla il quarto cerchio olimpico sul relativo spazio bianco del cartellone (pag. 11 delle schede).

**Dolce Maria, con il tuo “Sì”
hai donato tutta te stessa
e hai messo in campo
l’umiltà e la pazienza,
tanto difficili da trovare
nella vita di ogni giorno.
Aiutaci a coltivare
relazioni sincere e autentiche
e a preparare il nostro cuore
perché possa accogliere
con tenerezza il tuo Figlio, Gesù.
Amen.**



Come segno di benedizione i coniugi possono tracciare reciprocamente un segno di croce sulla fronte e tracciarlo sulla fronte dei figli.

VIVERE L'EPIFANIA

Osare con coraggio

La famiglia si ritrova in un tempo opportuno, la domenica, prima del pranzo o la sera.
Si fa un segno di Croce e si può accendere una candela, segno della presenza del Signore Gesù.

Genitore: eccoci giunti all'ultima tappa del nostro cammino accompagnati dai valori e dalle virtù del mondo dello sport.

Gli atleti, con la loro testimonianza di gioia e di sano agonismo all'interno delle squadre di cui fanno parte, possono aprire la strada verso Cristo ed essere messaggeri della Buona Notizia per chiunque. Così è per ciascuno di noi, nella vita di tutti i giorni.

I Magi sono esempio di determinazione e **CORAGGIO**. Virtù che a volte ci mancano nell'annunciare, attraverso i nostri gesti, l'amore verso Gesù. Non temiamo di mostrare a tutti che l'incontro con Lui ha reso migliore la nostra vita!

Si può leggere insieme il Vangelo e ciascuno può aggiungere un'intenzione spontanea o un motivo di ringraziamento.
Un bambino può leggere la preghiera e s'incolla il quinto cerchio olimpico sul relativo spazio bianco del cartellone.

**Signore Gesù,
fa' che anche noi,
come i tre Re Magi,
ci lasciamo guidare
e illuminare da te
per le strade della vita.
Fa' che sappiamo
annunciare a tutti,
con coraggio e determinazione,
attraverso il nostro esempio,
la bellezza di averti
come nostro amico!
Amen.**

Come segno di benedizione i coniugi possono tracciare reciprocamente un segno di croce sulla fronte e tracciarlo sulla fronte dei figli.

