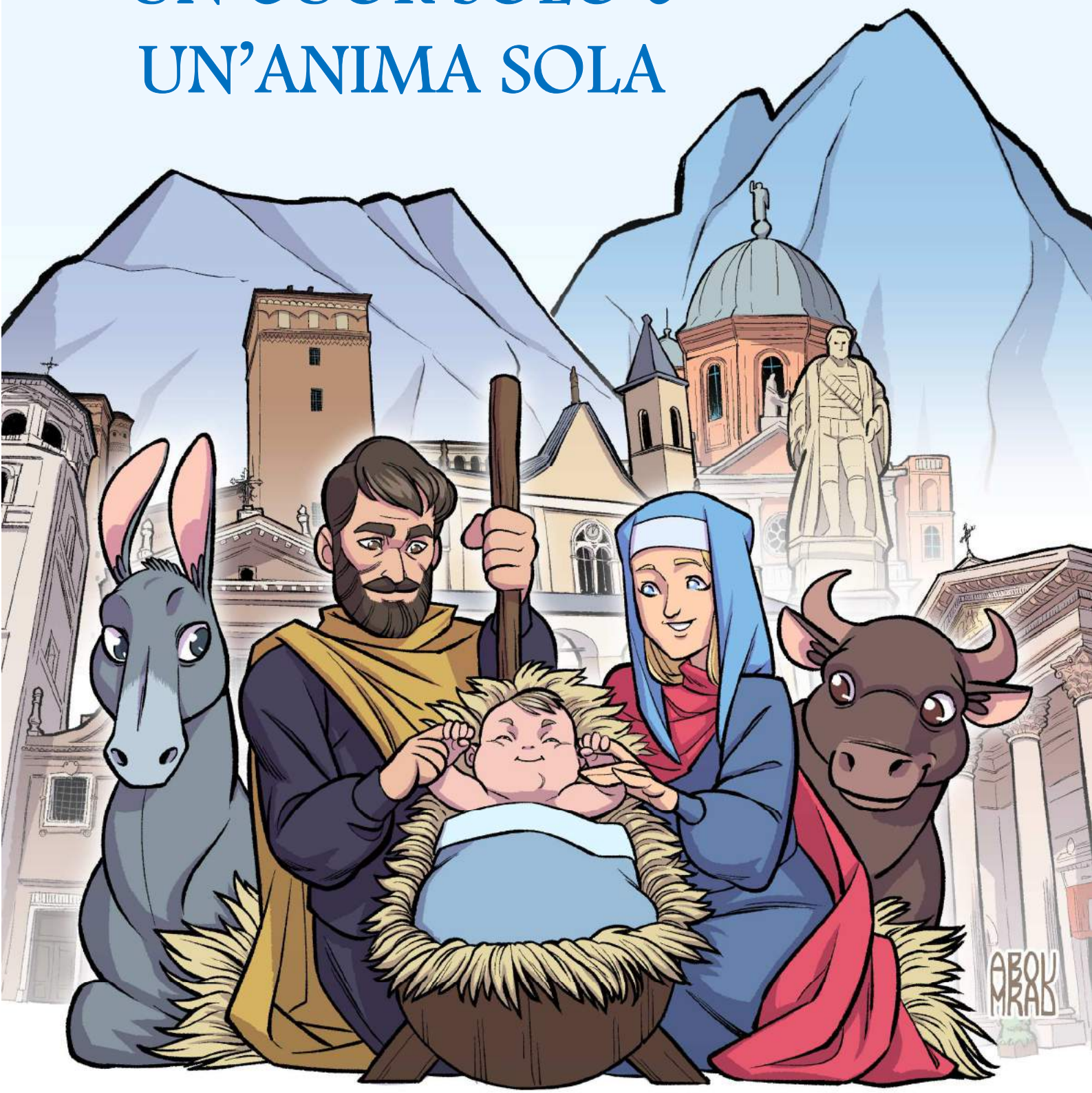
Diocesi di CUNEO

Avvento
NATALE 2022

DIOCESI DI FOSSANO

UN CUOR SOLO e UN'ANIMA SOLA



Carissimi,

la proposta per l'Avvento e il Natale di quest'anno si pone in continuità con il cammino sinodale che ha visto e vede coinvolte le nostre comunità cristiane.

Per vivere nella fede questo tempo abbiamo scelto di mettere al centro un segno tipico, presente in tutti i presepi, perché essenziale: la **MANGIATOIA**.

Perché proprio questo segno? Perché nella notte unica e straordinaria di Betlemme ha accolto Gesù appena nato: sua madre Maria *"diede alla luce il suo figlio primogenito, lo avvolse in fasce e lo depose in una mangiatoia"* (Lc 2,7).

Questo segno umile e povero, ma ricco di amore, **accoglie** Gesù, il Figlio di Dio; **"gli fa spazio"**; **custodisce** delicatamente la sua presenza; **diventa la sua culla** e **lo presenta** a chi, come i pastori e i Magi, in quella notte unica e straordinaria si muove per incontrarlo, adorarlo e portargli doni.

Anche noi **desideriamo che il nostro sguardo sia attirato da Gesù**, perché è Lui il solo che può dare senso alle giornate, alle relazioni, alle gioie e alle fatiche di ciascuno.

E a partire dalla mangiatoia **vogliamo impegnarci a diventare**, nelle nostre comunità parrocchiali, **"un cuor solo e un'anima sola"** (At 4,32) valorizzando l'ascolto del Vangelo; mettendoci in gioco con gesti concreti di fraternità verso il prossimo; partecipando con gioia all'Eucaristia domenicale; ritagliandoci momenti di preghiera per illuminare le nostre giornate; vivendo qualche azione di condivisione di ciò che possediamo per far felice chi è nel bisogno.

La mangiatoia ha fatto spazio a Gesù.
Tu sei disposto a fare altrettanto?

STRUTTURA DELL'ITINERARIO

Tempo liturgico	***Parola di Dio***		***Slogan e Segno***
1 Prima domenica di AVVENTO	**Is 2,1-5** Sal 121 (120) Rm 13,11-14a **Mt 24,37-44**	*"Vegliate perché non sapete in quale giorno il Signore vostro verrà" (Mt 24,42)*	**IN ATTESA ... DI FUTURO** Mangiatoia
2 Seconda domenica di AVVENTO	**Is 11,1-10** Sal 71 (72) Rm 15,4-9 **Mt 3,1-12**	*"Convertitevi…Fate dunque un frutto degno della conversione" (Mt 3,2.8)*	**APERTI AL CAMBIAMENTO** Paglia
3 Terza domenica di AVVENTO	**Is 35,1-6a. 8a-10** Sal 145 (146) Gc 5,7-10 **Mt 11,2-11**	*"Coraggio, non temete! Ecco il vostro Dio… Egli viene a salvarvi" (Is 35,4)*	**CON CORAGGIO** Lanterna
4 Quarta domenica di AVVENTO	**Is 7,10-14** Sal 23 (24) Rm 1,1-7 **Mt 1,18-24**	*"Ecco la vergine concepirà e partorirà un figlio, che chiamerà Emmanuele" (Is 7,14)*	**E FIDUCIA** Lenzuolino
5 NATALE	**Is 9,1-6** Sal 95 (96) Tt 2,11-14 **Lc 2,1-14**	*"Diede alla luce il suo figlio primogenito, lo avvolse in fasce e lo pose in una mangiatoia" (Lc 2,7)*	**PRONTI A STUPIRCI** **GESÙ BAMBINO**
6 EPIFANIA	**Is 60,1-6** Sal 71 (72) Ef 3,2-3a.5-6 **Mt 2,1-12**	*"Entrati nella casa, videro il bambino con Maria sua madre, si prostrarono e lo adorarono" (Mt 2,11)*	**PER CAMMINARE INSIEME** Sandali

SUGGERIMENTI PER LA REALIZZAZIONE

Filo conduttore del nostro cammino è la narrazione di quanto avvenuto oltre 2000 anni or sono nella capanna di Betlemme ad opera di un personaggio insolito: la mangiatoia! 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 ...).

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. Vi si trova inoltre il QRCode per vedere ed ascoltare il video racconto della mangiatoia. Le schede possono rivelarsi altresì un utile strumento a disposizione degli Insegnanti di Religione nella Scuola dell'Infanzia. In aggiunta si propone l'esecuzione di un piccolo lavoretto: un grande abbraccio e alcuni elementi che andranno via via ad arricchirlo di significati.

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, 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, ADULTI e FAMIGLIE

Completano l'offerta ulteriori spunti per preadolescenti, adolescenti e famiglie che, a discrezione, possono essere inviati ai destinatari tramite WhatsApp oppure 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 e i ragazzi si propone:

1. una traccia (con introduzione, preghiera e impegno) da utilizzare in tutto o in parte durante la celebrazione eucaristica domenicale;

2. l'allestimento di una mangiatoia in formato tridimensionale davanti all'altare pronta ad accogliere via via i vari segni che vengono menzionati e, a Natale, Gesù Bambino.
In alternativa si suggerisce la realizzazione e l'esposizione di un cartellone che scandisca visivamente le sei tappe dell'itinerario e ne richiami slogan e simboli *(vedi pagine successive)*. Il cartellone può essere posizionato in chiesa, in un luogo ben visibile ma discreto ed è proposto in una duplice versione: per le comunità delle diocesi di Cuneo e di Fossano (con la rappresentazione grafica di edifici, monumenti e paesaggi locali) e per le comunità fuori diocesi (con una scenografia neutra).
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), fissare su di una base rigida (es. polistirolo) l'immagine finale sulla quale si andranno ad applicare, sovrapponendole, le varie sezioni del cartellone iniziale che saranno rimosse di settimana in settimana svelando così, poco alla volta, l'immagine completa;

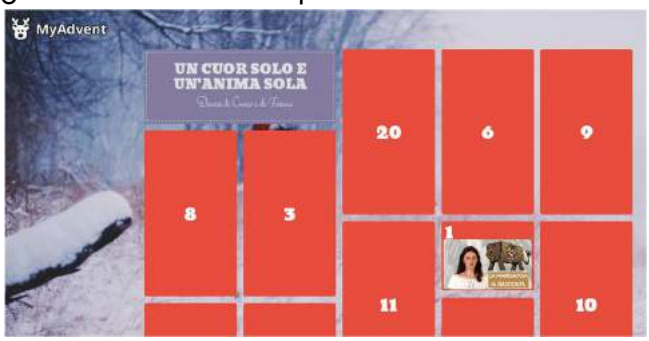
3. una traccia di riflessione per la richiesta di perdono in preparazione al Natale con l'auspicio che sia possibile organizzare in Parrocchia una celebrazione penitenziale da vivere con i ragazzi;

4. la traccia per una Novena di Natale adattabile per una celebrazione comunitaria.

QUALCHE IDEA IN PIÙ ...

Calendario dell'Avvento interattivo multimediale

Per chi lo desidera a partire da domenica 27 novembre - primo giorno di Avvento - seguendo le indicazioni che saranno reperibili sul sito della Diocesi di Fossano e sulla pagina fb VoiNoi Pastorale Ragazzi Fossano - sarà possibile scaricare sul proprio cellulare l'applicazione **MyAdvent**. Giorno dopo giorno vi si potrà accedere per aprire la relativa finestrella, scoprire il messaggio o il video che si cela al suo interno e camminare così tutti insieme verso il Natale.



Aforismi per gli adulti

si potrebbe predisporre una serie di aforismi sull'attesa, sul cambiamento … stampati su adesivi da distribuire la domenica o quando possibile. L'invito sarebbe quello di incollarli sulla propria agenda personale, sul calendario … o comunque in un luogo ben visibile da poterli tenere presenti nel corso della settimana. Ecco alcuni aforismi come esemplificazione:

"A colui che attende giunge ciò che attendeva, ma a colui che spera capita ciò che non sperava" (Alessandro D'Avenia)

"L'attesa del piacere è essa stessa piacere" (Gotthold Ephraim Lessing)

"Sii il cambiamento che vorresti vedere avvenire nel mondo" (Mahatma Gandhi)

"Non sempre cambiare equivale a migliorare, ma per migliorare bisogna cambiare" (Winston Churchill)

"La speranza ha due bellissimi figli: lo sdegno e il coraggio. Lo sdegno per la realtà delle cose; il coraggio per cambiarle" (Sant'Agostino)

"Il coraggio è resistenza alla paura e dominio della paura, ma non assenza di paura" (Mark Twain)

"Io so che Dio non mi dà nulla che non possa gestire. Spero solo che non si fidi troppo di me" (Santa Madre Teresa di Calcutta)

"Il modo migliore per scoprire se ci si può fidare di qualcuno è di dargli fiducia" (Ernest Hemingway)

"Chi non è più in grado di provare né stupore né sorpresa è per cosi dire morto; i suoi occhi sono spenti" (Albert Einstein)

"Quando sono nata ero così sorpresa che non ho parlato per un anno e mezzo" (Gracie Allen)

"Se non sei mai stato sorpreso dal semplice fatto che tu esisti, stai sprecando il fatto più grande di tutti" (Jim Fiebig)

"Il vero viaggio di scoperta non consiste nel cercare nuove terre, ma nell'avere nuovi occhi" (Marcel Proust)

Per la comunità

in alternativa, o in più rispetto agli aforismi, si potrebbero consegnare via via dei bastoncino di legno (tipo abbassalingua) con su scritto lo slogan della settimana in modo da costruire un originale quadretto da appendere che, a sua volta, se raccolto dal basso verso l'alto, potrebbe trasformarsi in culla/amaca.

← Vedi esempio a lato

PROGETTO DI SOLIDARIETÀ

POVERI DI FUTURO
"Bambini e ragazzi: la povertà educativa dopo l'emergenza Covid-19"

Secondo gli studi di Caritas vi è una **stretta correlazione tra fragilità economica delle famiglie** e **povertà educativa** dei più piccoli, che possono diventare i nuovi poveri del domani. L'esperienza dimostra infatti come in Italia la povertà tenda ad incidere maggiormente sui minorenni, sui quali può avere un effetto più duraturo, compromettendo le possibilità future di emancipazione dalla condizione socio-economica di origine.

Già prima della pandemia Covid i bambini e i ragazzi in povertà assoluta in Italia - senza quindi lo stretto necessario per vivere dignitosamente - erano oltre un milione. Oggi questo numero è *aumentato; la guerra e le sue conseguenze hanno aggravato e aggraveranno ancora di più la situazione delle famiglie italiane.*

L'aumento dei prezzi relativo a beni primari rischierà di essere devastante per tanti nuclei familiari che già faticavano, allargando ulteriormente il pericolo delle disuguaglianze. Per queste famiglie si potrebbe trattare di dover cancellare, in primo luogo, quelle spese educative che sono essenziali per la motivazione e lo sviluppo dei bambini e degli adolescenti, legate alla fruizione di attività di tipo culturale, sportivo e ricreativo. In effetti, anche il blocco delle attività formative e di socialità per i ragazzi che vivono nei contesti più svantaggiati, si possono tradurre nella perdita di motivazioni e in un isolamento che, facilmente, rischierebbero di portare alla crescita dell'abbandono scolastico e dei NEET, quei ragazzi che rimangono fuori dai circuiti educativi e lavorativi.
La campagna che la Diocesi di Cuneo e Fossano, attraverso la Caritas, propone in questo Avvento vuole portare alla luce questa nuova emergenza.

Progetto di Solidarietà:
quanto verrà condiviso sarà destinato ad un fondo per aiutare le famiglie a sostenere spese di supporto allo studio, acquisto di testi scolastici, accesso alle mense, attività extra scolastiche culturali e sportive, sostegno delle spese di trasporto verso gli Istituti scolastici, supporto psicologico se necessario.

C'è la consapevolezza che gli interventi migliori per evitare la trasmissione intergenerazionale della povertà sono quelli di carattere preventivo, oltre a quelli riparativi. Un'attenzione che Caritas vuole rivolgere non solo alle persone che da tempo si trovano in condizioni di svantaggio, ma anche a quella popolazione che manifesta rischi di fragilità sempre maggiori: la cosiddetta "fascia grigia" che questa pandemia ha fatto emergere in maniera più evidente.

Solo attraverso esperienze educative di qualità, si possono rafforzare le motivazioni, l'autostima e le aspirazioni di tanti bambini e ragazzi e consentire loro un futuro rassicurante.

Tutti i bambini e i ragazzi sono invitati, durante l'Avvento, a rinunciare a qualcosa e mettere l'equivalente nel salvadanaio per contribuire, con gli adulti, a sostenere il progetto di Solidarietà della Caritas.

CARTELLONE INIZIALE Cuneo-Fossano

CARTELLONE FINALE Cuneo-Fossano

CARTELLONE INIZIALE generico

CARTELLONE FINALE generico

COLONNA SONORA: CANTO "IO CREDO NEL NOI" - Gen Verde

https://www.youtube.com/watch?v=stMDRnv2SbE

Un altro giorno
Nell'inquietudine
In questa stanza
La mia vita sembra inutile
Dubbi e paure
Fanno a pugni con la volontà
Respiro a fondo e
La luce cerco dentro me

Esco, vado fuori
E guardo più in là
Oltre il mio piccolo mondo
E le mie fragilità
Apro il mio cuore
E scopro che se io penso
al bene degli altri
Do il meglio di me
Uoh oh oh oh oh
Non sono un supereroe
Uoh oh oh oh oh
Io credo nel noi
Uoh oh oh oh oh
Se io ci sono per te
E tu per me
Possiamo vincere

Un solo passo
E cambia la realtà
(E cambia la realtà)
Il mio problema
Si trasforma in opportunità
Tendo la mano
Verso chi cammina
accanto a me
Mi sento viva e
La paura non mi ferma più

Esco, vado fuori
E guardo più in là
In ogni sguardo una storia
Mille fragilità

Sorrido ancora
In faccia il mio sì
Senza voltarmi indietro
Io riparto da qui
Uoh oh oh oh oh
Non sono un supereroe
Uoh oh oh oh oh
Io credo nel noi
Uoh oh oh oh oh
Se io ci sono per te
E tu per me
Possiamo vincere

Il malessere peggiore
viene dalle mie paure
Di perdere certezze,
le mie sicurezze
Poi si innescano pensieri
che non fanno andare fuori
Mi vedo sempre sola
Mi sento un nodo in gola

Ma poi spengo ogni rumore
Ascolto in fondo al cuore
E lascio che a guidarmi
sia la voglia di donarmi
Scopro che non sono sola
Il mio momento è ora
Per credere che il bene
si raggiunge solo insieme

Uoh oh oh oh oh
Non sono un supereroe
Uoh oh oh oh oh
Io credo nel noi
Uoh oh oh oh oh
Se io ci sono per te
E tu per me
Possiamo vincere
Uoh oh oh oh oh
Uoh oh oh oh oh
Uoh oh oh oh oh
Io credo nel noi
Uoh oh oh oh oh
Non sono un supereroe
Uoh oh oh oh oh
Io credo nel noi
Io credo nel noi

Uh uh
Uh uh uh uh uh uh uh uh....

P.S. Il collegamento col Natale lo si evince dal fatto che, rivivendo la nascita di Gesù, anche a noi è offerta l'opportunità di rinascere. Da uomini vecchi diventiamo uomini nuovi capaci di vivere e camminare insieme, di credere nella forza del noi!
Il canto si collega inoltre bene all'idea dell'essere tutti **UN CUOR SOLO E UN'ANIMA SOLA** e rimanda esplicitamente all'idea del NOI. Le parole del testo, soprattutto nelle strofe iniziali, si possono ipotizzare pronunciate dalla mangiatoia. Esse rimandano ai temi:

IN ATTESA DI FUTURO
CON CORAGGIO
PRONTI A STUPIRCI

APERTI AL CAMBIAMENTO
E FIDUCIA
PER CAMMINARE INSIEME

Spunti percorso
con i bimbi dai 3 ai 6 anni

"Come vorremmo essere quella mangiatoia e poterti sentire tra le nostre braccia, troppo spesso di legno. Come vorremmo accoglierti dentro di noi, dentro la nostra vita…"

Carissimi,

partendo da questa frase abbiamo pensato di ricreare un abbraccio che stringe al cuore una culla e che avrà al suo interno il Bambin Gesù.
Ogni settimana poi, un piccolo lavoretto potrà creare un simbolo da "appendere" al nostro abbraccio, che accompagnerà il cammino di Avvento:
1^ settimana: un ombrello che ripara dal cattivo tempo come Dio ci ripara dai brutti eventi della vita.
2^ settimana: la finestra del cuore: guidati dallo sguardo di Dio lasciamoci stupire dalla bellezza del creato.
3^ settimana: la lanterna, perché Dio è sempre con noi e ci illumina la strada.
4^ settimana: la torcia, perché siamo nelle mani di Dio e dobbiamo fidarci.
5^ settimana: Gesù Bambino da ritagliare, colorare e decorare seguendo la fantasia propria di ognuno.
6^ settimana: le scarpe del buon cammino perché possiamo camminare accompagnati dalla luce del Vangelo e di Dio.

COSTRUZIONE DELL'ABBRACCIO

1. Occorrente: fogli di carta A4 o cartoncini bianchi, una gruccia appendiabiti (come da foto A: importante che abbia la parte orizzontale che collega i due bracci), forbici, nastro biadesivo, spago
2. Stampare 2 volte il disegno del braccio con la mano, ritagliarli entrambe (anche nella parte tratteggiata), colorarli a piacimento, quindi, con il nastro biadesivo, attaccarli ai due bracci dell'attaccapanni: le mani potranno toccarsi e intrecciarsi a piacere, creando il nostro abbraccio (foto B. e C.)
3. Stampare e ritagliare il disegno della culla, colorarlo e quindi attaccarlo al centro del nostro abbraccio (foto D)
4. Ogni settimana, con lo spago, si potranno appendere alla gruccia i lavoretti creati, utilizzando la stanghetta orizzontale tra le due braccia.

FOTO A

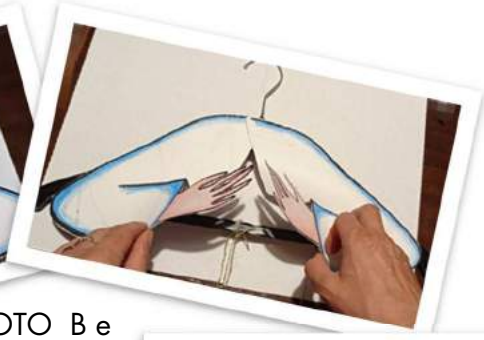


FOTO B e

FOTO D

Ecco come potrebbe risultare il nostro progetto a fine percorso

Scarica i materiali utili dal sito della Diocesi di Fossano nella pagina della Pastorale Ragazzi

SCHEDA PRENOTAZIONE SUSSIDI Avvento 2022

da compilare, in modo leggibile, in ogni sua parte
e spedire, **entro e non oltre venerdì 11 novembre**,
alla email *ufficio.catechistico@diocesifossano.org*
oppure tramite il form online a questo link

Il sottoscritto

Cognome..... Nome.....

Indirizzo: Via..... n. .....

Cap ..... Città ..... Prov. .....

Email .....

Cell. ..... Tel. .....

Parrocchia .....

Città .....

Diocesi .....

Prenota

n. ..... fascicolo-guida *(a **€ 5,00 l'uno**)*

n. ..... doppio cartellone Cuneo-Fossano100x70 a colori *(a **€ 5,00 la coppia**)*

n. ..... doppio cartellone generico100x70 a colori *(a **€ 5,00 la coppia**)*

n. ..... schede per ragazzi e famiglie (a **€ 0,50 la serie** di 6 schede diverse)

Spese di spedizione: euro 6,00 (pacchi fino a 3 kg) - Euro 9,00 (pacchi fino a 5 Kg)

Spedizione in tutta Italia, isole maggiori comprese
Invio con Corriere—Consegna entro 2/3 giorni lavorativi

Data ..... ***Firma*** .....

* * * * * * * *

I sussidi potranno essere ritirati **da lunedì 7 novembre**
presso gli Uffici Catechistici di Cuneo e di Fossano.
È altresì possibile richiederne l'invio al proprio indirizzo
(previo bonifico bancario a rimborso delle spese di stampa e spedizione)

I sussidi saranno distribuiti fino ad esaurimento scorte
in base all'ordine di arrivo delle prenotazioni.

Ufficio Catechistico di Cuneo e di Fossano - Via Amedeo Rossi, 28 - 12100 CUNEO - Tel. 0171 1988831

INDICE

Presentazione del cammino ..... pag. 3
Struttura del percorso ..... pag. 4
Suggerimenti per la realizzazione ..... pag. 5
Qualche idea in più ..... pag. 6
Progetto di solidarietà ..... pag. 7
Cartellone ..... pag. 8
Colonna sonora del percorso ..... pag. 10
Spunti percorso bimbi dai 3 ai 6 anni ..... pag. 11
Schede e attività per bimbi dai 3 ai 6 anni
Narrazione e schede per bambini dai 7 ai 10 anni
Approfondimenti per ragazzi e famiglie
Tracce per le Celebrazioni domenicali
IN ATTESA ... DI FUTURO ..... pag 12
APERTI AL CAMBIAMENTO ..... pag 19
CON CORAGGIO ..... pag 27
E FIDUCIA ..... pag 34
PRONTI A STUPIRCI ..... pag 41
PER CAMMINARE INSIEME ..... pag 48
Riflessione per richiesta di perdono..... pag 55
Novena di Natale ..... pag 56

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
e il nostro canale Youtube Diocesi di Cuneo e di Fossano ove è possibile reperire i video diocesani

LA "MANGIATOIA" DI GRECCIO

Era l'autunno del 1223 tra i monti dell'Appennino,
un anno lontano di otto secoli, ma a noi molto vicino,
quando Francesco di Assisi ... il frate poverello di Cristo
chiese di evocare ciò che a Betlemme aveva visto…

Sulla nuda roccia, in una delle grotte
fu fatta una mangiatoia per quella notte...
fu costruita di paglia la mangiatoia,
evangelica, povera e piena di gioia.
Lì fu deposto il Bambinello
con il bue e l'asinello…

In questa grotta di francescana memoria
nacque il primo presepe vivente della storia
e il nome "presepio" fu proprio "mangiatoia"
a rappresentare il Natale e la sua gioia...
Una mangiatoia che evoca povertà e regalità,
evangelica culla di paglia per la divinità…

In molte case quand'ero bambino
al tempo di mio padre contadino,
c'era una stalla e una mangiatoia di fieno
che svegliava al lavoro tra pioggia o sereno.
Anche tu nella tua casa oggi a Natale
rappresenta e vivi il segno che più vale.
Prendi un po' di paglia e fai una mangiatoia,
distendi un fazzoletto bianco con la tua gioia,
avvolgi il Bambinello e fai un presepe
segno di storia, di arte e di fede…

(Estrapolato dal sito www.canosaweb.it
"A lezione di Natale tra i Liceali")