

COME LUCE NELLA NOTTE

Lampada per i miei passi è la tua parola, luce sul mio cammino. (Salmo 119)

Sussidio per l'Avvento 2023 - Guida al sussidio

IL PROGETTO

Ciao a tutti! Anche quest'anno l'equipe dell'Ufficio Catechistico ha preparato un cammino di Avvento con molti materiali utili per i ragazzi, le famiglie e i catechisti e/o educatori. L'obiettivo di questo sussidio è aiutare i ragazzi a prepararsi al Natale e supportare i catechisti nella programmazione degli incontri, fornendo diversi spunti adattabili ad ogni gruppo. Vi affidiamo questo materiale, da usare con la massima libertà e creatività.

Oltre al sussidio, l'Ufficio fornisce anche un cartellone (misure 100x140 cm) che può essere posizionato in chiesa o in altro luogo adatto, per aiutare a visualizzare il cammino.

Per qualsiasi dubbio o suggerimento vi invitiamo a scriverci:

- E-Mail *catechistico@diocesialbengaimperia.it*
- Facebook *[@catechisticoalbengaimperia](https://www.facebook.com/catechisticoalbengaimperia)*
- Instagram *[@ufficio_catechistico](https://www.instagram.com/ufficio_catechistico)*

IL TEMA

“**COME LUCE NELLA NOTTE**” è il titolo del sussidio che vede protagonisti i Magi che, come noi, orientano la loro vita verso Cristo, la stella apparsa nella notte del mondo.

Possiamo chiederci quale stella scegliamo nella vita. Ci sono stelle abbaglianti, che suscitano emozioni forti, ma che non orientano il cammino. Così è per il successo, il denaro, la carriera, gli onori, i piaceri ricercati come scopo dell'esistenza. Sono meteore: brillano per un po', ma si schiantano presto e il loro bagliore svanisce. Sono stelle cadenti, che depistano anziché orientare. La stella del Signore, invece, non è sempre folgorante, ma sempre presente; è mite; ti prende per mano nella vita, ti accompagna. Non promette ricompense materiali, ma garantisce la pace e dona, come ai Magi, «una gioia grandissima» (Mt 2,10). Chiede, però, di camminare. [Papa Francesco, omelia in occasione dell'Epifania 2018]

https://www.vatican.va/content/francesco/it/homilies/2018/documents/papa-francesco_20180106_omelia-epifania.html

Insomma, i Magi sono immagine di chi si mette in cammino, in questo Tempo di Avvento, per scoprire cosa è accaduto e cosa continua ad accadere nella nostra storia, perché il Natale è un evento che continua a ripetersi e a coinvolgere le nostre vite. I Magi non sono apparsi misteriosamente solo dopo il Natale di Gesù, ma hanno compiuto un lungo percorso, lo stesso che compiamo noi attraverso le quattro settimane dell'Avvento. Ed è un percorso che non si arresta alla mangiatoia di Betlemme, ma continua. Il loro ritorno "per un'altra strada" è allora la chiave di lettura di un Tempo che ci ha invitato alla conversione e ci chiede di vivere ogni giorno il mistero di un Dio che si fa carne.

IL SUSSIDIO

Nel sussidio, per ogni settimana di Avvento, trovate:

Punto luce - una citazione tratta dal vangelo della domenica, che ci aiuta ad inquadrare il tema proposto per la settimana;

Per illuminare il cuore - un breve commento al vangelo: voci diverse, sacerdoti, religiose e religiosi, laici e la voce autorevole del nostro vescovo, per aiutarci a comprendere meglio ciò che la Parola ci offre;

Inseguendo una stella - in questa sezione abbiamo scelto di far parlare i Magi, protagonisti di questo sussidio: il loro racconto ci aiuta a sentirli più vicini e a sentire il nostro cammino verso il Natale simile al loro viaggio dietro la stella. Il racconto dei Magi, così come la preghiera che segue, inquadrano ancora una volta il tema della settimana;

Giochi - una sezione è dedicata a giochi di gruppo o attività che possono essere di supporto ai catechisti per sviluppare il tema della settimana durante l'incontro settimanale di catechismo;

Corona d'Avvento - all'inizio del sussidio è spiegato questo simbolo del Tempo di Avvento, con il suggerimento di costruirne una in famiglia, al di là del fatto che in molte parrocchie si esponga in chiesa la corona. Ogni settimana viene proposta una preghiera da utilizzare in un momento in cui la famiglia è riunita (magari durante il pranzo della domenica) per accendere la candela corrispondente;

La voce dei bambini - alcune brevi testimonianze di bambini scelti da diverse parrocchie, pensieri semplici ma genuini per rispondere ad una domanda di fondo che riprende e sviluppa il tema della settimana. Il giorno dell'Epifania proponiamo ad ogni ragazzo di raccontarsi, rispondendo ad una domanda;

Suoni e luci - alcuni contenuti multimediali che possono aiutarci ad approfondire una tematica o conoscere qualche ulteriore aspetto legato al tema della settimana.

Nella tabella di seguito riassumiamo i principali contenuti. Ricordiamo che tutto il materiale è un suggerimento a disposizione per aiutare a vivere bene il Tempo di Avvento: ognuno può scegliere di sfruttare ciò che desidera e ciò che ritiene più utile, così come è possibile integrare il sussidio con tutto ciò che la creatività suggerisce. Crediamo comunque che consegnare il libretto ai ragazzi e alle famiglie sia un valido aiuto.

Settimana	Punto luce	Parola chiave	Gioco	Testimonianza
I	Mc 13,33-37	ATTESA	Bandiera dell'Avvento	Che cos'è per te l'attesa?
II	Mc 1,1-8	CONVERSIONE	Tre x tre = dieci	Come vivi un cambiamento importante?
III	Gv 1,6-8.19-28	TESTIMONIANZA	Una fiducia cieca	Come racconti la tua fede?
IV	Lc 1,26-38	ACCOGLIENZA	Merenda inaspettata	Come ti senti quando accade qualcosa di inaspettato?
NATALE	Lc 2,15-20	STUPORE	Mani in pasta	Cos'è per te lo stupore?
EPIFANIA	Mt 2,1-12	GIOIA	Ti racconto una gioia	<i>E ora tocca a te...</i>

IL CARTELLONE



Per rendere partecipe la comunità del cammino che si sta svolgendo con i bambini, si propone di riprendere i temi del sussidio (Il viaggio dei Magi) in un cartellone da posizionare nella chiesa parrocchiale, in modo che sia ben visibile.

Materiale

- Due cartelloni, uno con le stelle bianche e grigie e uno con le stelle colorate e decorate anche con la parola della settimana. La misura pensata è 100x140 cm.

Funzionamento

Stampati i due cartelloni, si posiziona quello colorato sotto e quello con le stelle grigie sopra, ritagliato seguendo le linee. Ogni domenica si stacca l'area con il numero della settimana di Avvento corrispondente. A Natale si può direttamente eliminare tutto il cartellone superiore e lasciare solo quello colorato.

I GIOCHI

Introduzione: attraverso la ricetta del Panettone proponiamo alcuni giochi e attività settimanali che ci condurranno al Natale e all'Epifania. Ad ogni settimana la catechista darà un pezzo del puzzle riportante la ricetta del panettone. Ogni gioco è poi collegato alla parola chiave della settimana e a uno degli ingredienti del panettone, in modo da sviluppare un percorso omogeneo e che possa aiutare il catechista durante la riflessione.

L'immagine del puzzle per la stampa è nella cartella allegata al resto dei materiali.

Tempo	Ingredienti	Parola chiave	Gioco
<i>I</i>	Farina	Attesa/vigilanza	Bandiera dell'Avvento
<i>II</i>	Acqua	Cambiamento/conversione	3x3=10
<i>III</i>	Lievito	Fede/testimonianza	Una fiducia cieca
<i>IV</i>	Canditi/zucchero	Accoglienza/inaspettato	Merenda inaspettata
<i>Natale</i>	Cottura	Sorpresa/stupore	Mani in pasta
<i>Epifania</i>	Condivisione	Gioia	Un panettone per te

1ª Settimana: Bandiera dell'Avvento

Una variante della classica e intramontabile "Bandiera". Si formano due squadre con un numero uguale di giocatori che si dispongono uno di fronte all'altro su due file parallele, ben distanziate. Le due file sono divise da una linea retta che divide il campo. Ogni coppia di avversari si dà un numero progressivo partendo dal numero 1. Ciascuna squadra possiede una ciotola.

Il catechista si posiziona in fondo alla linea di centro campo a uguale distanza tra le due squadre e, tenendo un bicchiere di farina, dice un numero. I giocatori corrispondenti corrono dal catechista per prendere il bicchiere e tornare al proprio posto, senza farsi acchiappare dall'avversario, versando il contenuto nella ciotola della propria squadra.

Nel caso in cui l'avversario riesca ad acchiapparlo, il giocatore dovrà versare la farina nella ciotola dell'altra squadra. Vince la squadra che alla fine del gioco avrà più farina nella propria ciotola.

Letture del gioco per i catechisti: aiutare i Bambini/ragazzi a vivere e sperimentare attraverso il gioco, il significato "dell'attesa", che non è un tempo da vivere nell'ozio, ma un tempo di vigilanza e attenzione, per essere pronti e scattanti alla chiamata (numero) e aiutare ad accumulare più farina nel contenitore della propria squadra.

2ª Settimana: 3x3=10

Si preparano i foglietti con le domande sotto riportate e si distribuiscono ai ragazzi. Si lascia loro un po' di tempo per rispondere alle 3 domande sul cambiamento reale del nostro modo di essere.

- 3 cose che fai per te, d'ora in poi, per stare bene con te;
- 3 cose che fai, d'ora in poi, per stare bene e migliorare il tuo stare con gli altri;
- 3 cose che fai, d'ora in poi, per portare rispetto e aiuto verso il nostro meraviglioso pianeta.

Quando i ragazzi hanno terminato si condividono in gruppo le risposte date.

Ogni giorno fino almeno a Natale, i ragazzi si impegnano a leggerle posando l'attenzione su di esse e mettendole in atto. Ecco il cambiamento, ma perché 3 x 3, se il risultato farà 10? Perché le azioni di ognuno si amplieranno ancora di più nella comunione di azioni con le altre persone che agiranno per il cambiamento. Consapevolezza e conversione possono anche giocare con la matematica.

Lettura attività per catechisti: come l'acqua fa della farina un impasto, quindi genera qualche cosa di nuovo, così ognuno di noi, se si apre all'azione dello Spirito Santo che è la sorgente di ogni novità, può essere come l'acqua che contribuisce a generare e rinnovare l'intero creato.

3ª Settimana: Una fiducia cieca

Metà dei bambini/ragazzi verranno bendati e l'altra metà faranno i conduttori. Quelli bendati dovranno percorrere un breve percorso con le indicazioni dette a voce dall'altro bambino. Si potrebbe prevedere un secondo turno per invertire i ruoli.

Lettura gioco per catechisti: la fede ti trasforma, ti cambia come il lievito. Hai preferito guidare o essere guidato? Sei riuscito ad affidarti agli altri?

4ª Settimana: Merenda inaspettata

Il catechista prepara dei biglietti con i nomi dei ragazzi del gruppo. All'inizio dell'incontro ogni bambino pesca un biglietto e legge a mente il nome (se prendono il proprio nome devono cambiare il biglietto). I ragazzi devono tenere segreto il nome che hanno preso. L'obiettivo per ogni ragazzo è quello di preparare, secondo loro, la merenda migliore per il compagno a loro assegnato.

Potranno fare questa cosa scegliendo tra i cibi e le bevande fornite dal catechista (per es. 4/5 tipi di dolci/salato e 4/5 tipi di bibite/succhi; piattini e bicchieri). Ognuno rivela quanto la merenda preparata per lui sia stata "azzeccata". Si fa la merenda tutti insieme e al termine si chiede come si sono sentiti nel preparare la merenda per l'altro e cosa hanno provato nell'accogliere questa merenda inaspettata.

Lettura per catechisti: accogliere, chi dà si impegna a capire cosa l'altro desidera mentre chi riceve accoglie l'altro e ciò che viene dato sia che risponda ai miei gusti sia non corrisponda ai miei gusti. Inaspettato, non sono io che scelgo, ma accolgo l'altro che sceglie per me. Come lo zucchero e i canditi ci sorprendono per la dolcezza e anche per la diversità così l'accoglienza ci apre anche a stare con l'inaspettato.

Natale: Mani in pasta

Cottura del Panettone. Assembliamo la ricetta ricevuta a forma di puzzle ogni settimana di Avvento e prepariamo il nostro panettone e cuociamolo in forno. Mangiamolo in famiglia. Sarà una sorpresa scoprire la bontà dell'impasto e dell'aver preparato insieme questo dolce.

Epifania: Un panettone per te

Condividere un panettone o altro con chi è triste, solo, in difficoltà e con chi tu sei in difficoltà, per regalare un momento di gioia (esempio con un vicino che difficilmente saluto, con parenti che difficilmente vado a trovare, con la persona che incontro per strada e chiede l'elemosina, con gli anziani di una RSA ...).

LA RICETTA DEL PANETTONE

Uno splendido panettone fatto in casa sarà il tuo trionfo di piccolo chef al pranzo di Natale!!

Ingredienti per un grosso Panettone:

- 300 grammi di farina
- 65 grammi di lievito naturale; 2,5 grammi di lievito di birra;
- 60 grammi di zucchero; 2 cucchiaini di miele;
- 80 grammi di burro; 4 tuorli d'uovo;
- 80 grammi d'uvetta; 25 grammi di arancia candita;
- un pizzico di sale

Preparazione

Unisci 80 grammi di farina e due cucchiaini di acqua tiepida al lievito naturale e lascialo riposare per almeno due ore in una ciotola coperta da un panno.

Metti in ammollo l'uvetta, scolala e asciugala bene.

Separa i tuorli dalle chiare delle uova. Unisci lo zucchero e il miele ai tuorli, sbatti bene con una frusta, aggiungi due cucchiaini d'acqua, il sale, il burro fuso e il resto della farina. Unisci all'impasto sia il lievito naturale che quello di birra sbriciolato. Lavoralo con le mani su un piano ben infarinato, finché l'impasto non acquista la giusta consistenza e si stacca dalle mani. Come ultima cosa aggiungi i canditi e l'uvetta.

Forma una palla con l'impasto e mettila a riposare in una teglia alta rivestita di carta da forno per almeno quattro ore.

Cuoci nel forno a 220° per 35 - 40 minuti.

Tratto da "Il mio libro di Natale" di Elisa Prati Edizione Giunti Junior