

Ospitare... LA LUCE
LA PAROLA
LE DOMANDE
I SOGNI

O
s
p
i
t
a
r
e
D
I
O



Sommario

La parola del Parroco

3-5

- La parte migliore
- Verbale Cons. Pastorale Parrocchiale

Pagine di spiritualità

6-11

- La lettera pastorale "Camminare insieme per servire la vita dove la vita accade"
- Formarsi alla liturgia per essere formati dalla liturgia
- Storia e origine di due canti natalizi

Vita della Comunità

12-25

- Benvenuto don Federico
- Il nostro «4 novembre» 2022
- Quando la carità è tangibile
- C'è fretta nell'aria
- Anno nuovo, nuova catechesi
- Giovani e Vescovi della Lombardia. Un dialogo sinodale
- La Casa
- AVIS Castro 1966-2022
- Assoc. Cacciatori ANUU di Castro
- Sagra di San Lorenzo 2022
- Una rete per ogni bambino si racconta
- Borsa di studio

Buono a sapersi

28-30

- Prima di scrivere un post

Dall'Anagrafe Parrocchiale

31



Telefoni utili

Parrocchia di S. Giacomo
Municipio
Scuola Materna
Ospedale Lovere
Vigili del Fuoco Lovere
Carabinieri Lovere

035.960531
035.960666
035.960348
035.984111
035.960222
035.960557



Orari delle Ss. Messe

Feriale

Lunedì:	ore 09,00	Parrocchia
Martedì:	ore 18,00	Parrocchia
Mercoledì:	ore 18,00	Parrocchia
Giovedì:	ore 18,00	Parrocchia
Venerdì:	ore 09,00	Parrocchia

Prefestiva

Sabato:	ore 18,00	Parrocchia
---------	-----------	------------

Festiva

Domenica:	ore 10,30	Parrocchia
	ore 18,00	Parrocchia



Adorazioni e Confessioni

Vedi sito della parrocchia



Catechesi dei ragazzi

Sabato / Domenica orari diversi Oratorio

Per essere sempre aggiornato: www.parcchiacastro.it



Questo notiziario parrocchiale vive di libere offerte. Viene consegnato ad ogni famiglia da questi incaricati.

Rivolgersi a loro per una eventuale mancata consegna.

Per chi volesse effettuare un'offerta tramite bonifico le Coordinate

Bancarie sono: **IT 08 Q 0538753170000042582341**

Parrocchia di S. Giacomo Maggiore Apostolo
Via Matteotti, 41 - 24063 CASTRO BG



Natale 2022
Anno LX n° 4

Copertina:
Natività
(Museo parrocchiale
di Vertova)

Direttore responsabile
Padre Umberto Scotuzzi
iscritto al N° 267 del Registro
Giornali e Periodici
del Tribunale di Brescia
il 10/06/1967

Redazione

Don Federico Chiappini (Parroco), Paolo Bettoni, Patrizia Carizzoni,
Luciano Della Rocca, Leonardo Rota, Enrica Tubacher.

Incaricati per la distribuzione

Spedizione fuori parrocchia a cura dell'Amministratore
Parrocchiale.

A tutte le famiglie: Beatrice Bellini Piazza, Mauro Bianchi,
Angela Biolghini, Antonella Borsotti Bonadei, Luciana Conti
Barro, Dolores Carisani Colombi, Silvia Cristinelli, Emma
Facchinetti, Rosetta Facchinetti, Patrizia Falconi, Rina Falco-
ni, Teresa Frattini, Rossana Gallizioli, Alberta Gelmini, Carla
Gualeni, Rosalia Gualeni, Teresa Medici, Graziella Luiselli
Galizzi, Gigliola Patelli Buzzoni, Lina Pezzotti, Mariuccia
Tarzia, Enrica Tubacher, Bruna Zatti, Pierina Zatti.



La parte migliore

"Maria si è scelta la parte migliore, che non le sarà tolta" (Lc 10,42).

Nel brano che il Vescovo ci ha indicato per il cammino di quest'anno Gesù, ospitato mentre è in cammino verso Gerusalemme dai tre amici, Lazzaro le sue sorelle Marta e Maria, dà questa risposta a Marta che gli chiede di convincere Maria ad aiutarla nelle faccende da cui è presa.

Facilmente si arriva a spiegare queste parole dicendo della superiorità dello spirituale sul materiale, della contemplazione sull'azione. Così però c'è difficile comprenderla e accettarla del tutto.

Come si fa a essere solo spirituali?

Immaginiamo invece di essere in quella situazione: una persona amica, che sappiamo capace di parlarci al cuore, di esprimere attenzione verso di noi, di dirci una parola di aiuto, viene ospitata in casa nostra. Come decidiamo di accoglierla?

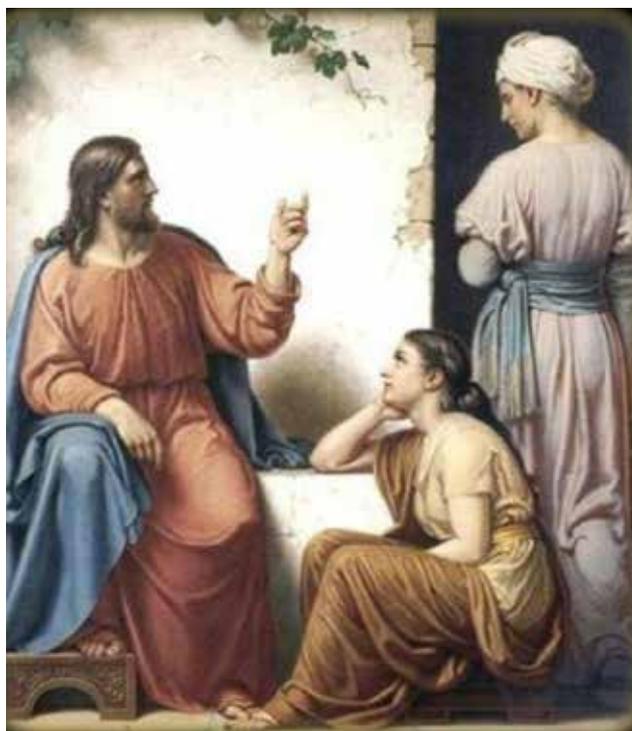
Prepariamo magari per lei un pasto, pensiamo di fare in modo che tutto sia organizzato e predisposto bene.

A un certo punto però, dopo avere mangiato insieme, pensiamo di sederci per parlare, fare domande, svolgere un dialogo intimo fatto di attenzione alle situazioni che sono nell'altro, per rivelare reciprocamente il proprio animo.

Senza questa comunicazione, questo dialogo intimo, tutto quello di altro che c'è non avrebbe alcun valore: la visita di questa persona per noi importante diventerebbe occasione persa, non realizzata.

È in quel dialogo in cui siamo importanti per l'altro che ci sentiamo di esserci, dal momento che siamo accolti e riconosciuti, e prendiamo energia per la nostra vita, anche per guarire da ciò che ci affligge.

A volte abbiamo bisogno di accedere a que-



sto dialogo direttamente. Sembra questa la situazione in cui Maria decide di mettersi in ascolto ai piedi di Gesù subito lasciando sola Marta indaffarata nelle cose da fare. Ma la situazione descritta dal dialogo fra Marta e Gesù lascia intendere che anche a Marta è data tale possibilità: in quel momento le altre cose potevano essere lasciate da parte: "solo una cosa è necessaria" dice Gesù, le altre passano in secondo piano.

Gesù è di passaggio, è in cammino verso Gerusalemme, una meta che si rivelerà decisiva e definitiva.

Come non perdere il dono della sua presenza, dalla sua parola che fa vivere? Marta sta rischiando "grosso", che il "da farsi" le faccia perdere il dono della persona, dell'amico vero, unico, riconosciuto poi, al momento della morte del fratello Lazzaro, come Colui che è la vita e che dona la risurrezione.

Se pensiamo al Natale (che sarebbe "dies natalis", il giorno della nascita del Signore



Gesù), che è la visita di Dio all'umanità, allora la questione ci si ripropone in tutta la sua decisività: indaffararsi o incontrare, essere presi del tutto dalle cose – dal lavoro, dagli “eventi” organizzati, dalle “feste”, aggregazioni varie - o vivere l'incontro che rende possibile in definitiva tutti gli altri incontri? Si incontrano gli altri nella gioia perché si è incontrati, da Dio che ci parla con la Parola fatta carne, Gesù (per i cattolici poi si è incontrati fattivamente da Lui, concretamente, materialmente, nell'Eucaristia, nei sacramenti).

Si parla di festa dell'amore, della pace, di magia del Natale (termini della pubblicità di questo periodo per convincerci a spendere anche tempo oltre che denaro), ma se manca l'incon-

tro con Dio e con gli altri (anche per chi non crede è vitale l'incontro con l'altro) non rimane niente che valga veramente, resta un'occasione sprecata, in definitiva anche alienante. Non siamo più noi che ci siamo in questa situazione ma è l'“atmosfera” artificiale, la pubblicità, il consumo, il riempimento del nostro tempo coi vari intrattenimenti, tanto da non farci accorgere del vuoto che è in noi.

Non sprechiamo allora questa visita, pensiamo alla sola cosa che ci è necessaria: incontrare la vita non in una idea astratta ma in un altro, negli altri, e per chi ha la grazia di credere, sapere di incontrarla in Dio che è l'origine dalla vita ma, venuto a noi mettendosi nella nostra umanità in Gesù di Nazaret.

VERBALE DEL CONSIGLIO PASTORALE PARROCCHIALE DEL 28 SETTEMBRE 2022

Il giorno 28/09/2022 alle ore 20,30 i consiglieri si sono riuniti nel salone “Don VICO” dell'oratorio per discutere il seguente O.d.g.:

1. Preghiera iniziale;
2. Lettura del verbale della seduta precedente;
3. Breve presentazione della Lettera Pastorale del Vescovo per l'anno pastorale 2022/2023 “INSIEME PER SERVIRE LA VITA”
4. Racconto delle modalità con cui si è proceduto negli anni scorsi per il coinvolgimento della Comunità e dei gruppi nell'avvio dell'Anno Pastorale in relazione al programma Pastorale Diocesano.
5. Modalità per l'avvio dell'Anno Pastorale 2022/23.
6. Varie ed eventuali.

Presiede l'incontro il parroco don Federico Chiappini. Verbalizza Vendrasco Chiara.

Punto 1

Apri l'incontro il Parroco invitandoci ad un momento di preghiera legato all'icona biblica della Lettera Pastorale.

Don Federico ringrazia tutti coloro che hanno lavorato per pensare e realizzare la sua entrata in Comunità. Si è sentito a suo agio e ha respirato aria di comunità. Anche i suoi familiari e gli ex-parrocchiani sono stati soddisfatti dell'accoglienza riservatagli.

Punto 2

Si passa alla lettura del verbale della seduta precedente che viene approvato a maggioranza. Un astenuto per assenza alla seduta precedente.

Punto 3

Vengono letti alcuni brani della lettera, in particolare ci si sofferma sui paragrafi "Il criterio di servire la vita dove la vita accade" e "Il cammino sinodale delle Chiese in Italia: narrazione, discernimento, profezia". Don Federico sottolinea l'aggettivo INSIEME presente nel titolo perché dovrebbe essere il fulcro attorno cui far ruotare le nostre esperienze di comunità.

"Camminare insieme" fa riferimento anche al Sinodo indetto da papa Francesco, che ci chiede di riprendere l'Evangelii Gaudium, ma per metterla in atto. "Camminare insieme" è una linea tracciata dallo Spirito Santo ma che deve trasparire in ciò che facciamo.

Spesso nelle comunità ci si lascia trascinare dal fare, dal fare di più e sempre meglio, poi nascono le frustrazioni. Questo, forse perché manca l'ascolto del Signore.

È tempo di attenzione particolare alle relazioni, che si sviluppano in primo luogo nella famiglia, che devono essere fortificate dall'ascolto della Parola di Dio e dalla partecipazione all'Eucaristia.

Interviene Nadia sottolineando che forse noi come Comunità siamo molto più propensi ad essere Marta piuttosto che Maria.

Enrica riconosce che serve essere Maria, serve per rivedere e aggiustare il cammino verso il vero obiettivo. Il tempo di oggi purtroppo è corsa, c'è sempre poco tempo per fermarsi! Questi momenti, il fare e l'ascoltare, dovrebbero essere alternati.

Don Federico risponde dicendo che sarebbe bello attuare la "leggerezza" dell'incontrarsi e impegnarsi insieme in un "fare insieme" sottratto al criterio (e ansia) della prestazione e del risultato, cercando l'essenzialità, un fare "semplice" perché cosa buona, positiva.

Punto 4

Viene esposto quanto fatto negli ultimi anni per coinvolgere la comunità rispetto all'argomento del nuovo anno pastorale. La scelta fatta in passato è stata quella di collocare nelle messe prefestive e festive un momento di riflessione rispetto all'argomento della lettera pastorale e inserire alcuni segni e simboli durante le celebrazioni. Veniva poi appeso alla croce il simbolo o l'icona dell'anno, insieme ad una frase esplicativa.

Don Federico ritiene sia utile mantenere una continuità con ciò che si è fatto e mantenere continuità anche con la diocesi, trovando però qualcosa di nostro su cui lavorare.

Ritiene sia importante che le celebrazioni siano più leggere per riuscire a camminare insieme, soprattutto per far partecipare anche i bambini. In parrocchia e in oratorio pensa sia necessario creare "momenti che attirano" per poter costruire relazioni di comunità, non momenti che siano solo "di consumo".

I consiglieri riflettono, quindi su quale possa essere il simbolo da apporre quest'anno in chiesa, in quale luogo collocarlo e quale possa essere la frase slogan. Si fanno alcune ipotesi, ma si rimanda la discussione e la decisione definitiva successivamente agli incontri che verranno fatti da Don Federico con le varie commissioni.

Punto 5

Si calendarizzano gli incontri delle commissioni:

- Commissione liturgia mercoledì 5 ottobre ore 20:30.
- Commissione oratorio lunedì 10 ottobre ore 20:30.
- Commissione carità mercoledì 12 ottobre ore 20:30.
- Commissione educazione alla fede e alla vita venerdì 7 ottobre ore 20:30.

Si stabilisce che il 26 ottobre si riunirà la Presidenza del Consiglio Pastorale, mentre il prossimo CPaP sarà il 16 novembre.

Alle ore 22.50, null'altro essendovi da trattare e nessuno avendo chiesto la parola, la seduta è sciolta.

Il Presidente
Don Federico Chiappini

La segretaria/verbalizzante
Vendrasco Chiara





La lettera pastorale “Camminare insieme per servire la vita dove la vita accade”

L'anno pastorale 2022-2023 si apre con la lettera del Vescovo Francesco, che vorrebbe provare a regalare un respiro diocesano e comune alle riflessioni e alle azioni che cominciano a invadere i calendari parrocchiali. Già il titolo e la forma della lettera permettono di fare alcune considerazioni che servono per dare l'intonazione di fondo della vita delle comunità cristiane bergamasche.

“*Camminare insieme*” è un invito alla fraternità e a non trascurare la qualità spirituale dell'azione cristiana: lo Spirito Santo è protagonista di conversioni e di fecondità che diventano particolarmente visibili nei santi.

Camminare con loro, santi ufficiali e quelli “della porta accanto”, ricorda a tutti la potenza del vangelo: senza questo moto di conversione, diventa difficile cambiare realmente qualcosa. “*Per servire la vita dove la vita accade*” è l'obiettivo per cui è necessario camminare insieme. Il criterio pastorale emerso durante la pandemia continua a fare da guida anche in questo tempo segnato dalla guerra in Ucraina e dalla conseguente crisi economica: non si tratta di moltiplicare i servizi, ma di esserci con lo stile di Gesù, in particolare nella vicinanza alle famiglie.

Esserci con lo stile di Gesù, vicini alle famiglie

Questo stile si impara alla mensa della Parola e dell'Eucaristia.

E poi, la forma assunta dalla lettera: non mette al centro una riflessione su una singola dimensione della vita cristiana, ma cerca di comporre un disegno che tenga insieme «le indicazioni relative al *Cammino sinodale delle Chiese in Italia*, senza trascurare processi in atto a livello diocesano, che non indeboliscono questo cammino, ma lo arricchiscono con la originalità e la specificità che li caratterizza».



Il piatto forte è il cammino sinodale, e attorno ad esso si apre la corolla delle sensibilità diocesane che lo declinano.

Si è ancora nella fase narrativa del Cammino sinodale, quel momento in cui raccogliere testimonianze e vissuti di Chiesa, allargando il cerchio dell'ascolto.

Fa da guida a questo anno di ascolto il testo *I cantieri di Betania* che, a partire dall'icona evangelica di Marta e di Maria, ha raccolto i contributi delle Diocesi di tutta Italia e ha individuato 3 argomenti, 3 “cantieri” di cui è necessario discutere ancora, affidando l'individuazione di un quarto cantiere a ogni diocesi.

I quattro cantieri del cammino sinodale

I 3 cantieri sono: il cantiere della strada e del villaggio - legato all'ascolto di chi ha meno voce e dei nuovi linguaggi - il cantiere dell'ospitalità e della casa - che ha a che fare con le famiglie e con la dimensione familiare di ambienti e strutture ecclesiali - il cantiere delle diaconie e della formazione spirituale - che vorrebbe mettere a fuoco la qualità evangelizzatrice delle azioni e il ruolo dei ministeri.

Il cantiere diocesano ha invece a che fare con il tema dell'autorità e della condivisione della responsabilità. In quest'anno diverse realtà ecclesiali sono chiamate a confrontarsi sinodalmente su questi 4 cantieri, per produrre una sintesi che tratteggi il volto del cambiamento della nostra Chiesa.

La Lettera elenca poi le attenzioni diocesane che confluiscono nell'attenzione sinodale. Innanzitutto, la rinnovata proposta vocazionale e dell'orizzonte sacerdotale, legata alla scelta di continuare a sostenere l'esperienza del Seminario minore nel mentre la si ridisegna: le parrocchie e il presbiterio sono invitati a prendere parte e a dare forma a questo slancio.

Continua il pellegrinaggio pastorale nelle comunità diocesane

Secondo, la scadenza del quinquennio di CET e fraternità presbiterali impone un rinnovo di alcune cariche, la verifica di quanto fatto e l'impegno a continuare quanto di buono è stato intuito; anche la scadenza di diversi incarichi di Curia diventa un'occasione per interrogarsi sulle migliori modalità del servizio.

Terzo, la continuazione e l'intensificazione del pellegrinaggio pastorale: in particolare il Vescovo chiede che l'incontro con una realtà significativa della parrocchia avvenga all'insegna del



dialogo con le famiglie, soprattutto sposi e genitori.

Quarto, l'occasione di Bergamo-Brescia capitale della cultura 2023 offre l'opportunità di una vivacità e di una narrazione anche ecclesiale da tenere presente.

Infine, la Lettera si chiude con un augurio di pace e con l'invito ai giovani a prendere seriamente in considerazione la GMG di Lisbona, che si terrà ad agosto, come segno di speranza.



O.F. GIORI

TEL. 035.983584 - CELL. 345.2290699



Formarsi alla liturgia per essere formati dalla liturgia

Il papa ha voluto dare un'indicazione forte per tutti coloro che sono coinvolti nell'attuazione delle celebrazioni liturgiche: sacerdoti, lettori, cantori, sacristi, e in definitiva ogni fedele.

Il 16 luglio 2021, memoria liturgica di Nostra Signora del Monte Carmelo, papa Francesco ha pubblicato la Lettera Apostolica "Desiderio desideravi".



Con questo scritto il pontefice intende presentare i contenuti vitali e le motivazioni fondamentali della formazione liturgica del popolo di Dio". (dalla Guida al documento di Goffredo Boselli, monaco di Bose, esperto di liturgia.)

La liturgia per il papa è dimensione fondamentale per la vita della Chiesa, perciò dichiara: "Voglio offrire alcuni spunti di riflessione per contemplare la bellezza e la verità del celebrare cristiano"

"Vorrei invitare tutta la Chiesa a riscoprire, custodire e vivere la forza della Liturgia".

È originale e commovente la prospettiva proposta dal papa per presentare la grandezza e la profondità della liturgia: ci invita a riflettere su una delle frasi pronunciate da Gesù nell'Ultima Cena.

In quella sera Gesù si manifesta dichiarando che

ha molto desiderato mangiare quella cena con i suoi discepoli, prima della sua passione: "Desiderio desideravi hoc Pascha manducare vobiscum, antequam patiar. (Lc 22,15)

Questa dichiarazione d'amore viene fatta a noi in ogni celebrazione.

Nessun apostolo e nessun fedele di oggi si è guadagnato un posto a quella Cena, tutti siamo stati invitati "o meglio attratti dal desiderio ardente che Gesù ha di mangiare quella Pasqua con noi".

Gesù ha desiderio di noi, indipendentemente dalla nostra risposta al suo invito.

In ogni celebrazione liturgica, noi non presenziamo ad una rappresentazione sacra o ad un cerimoniale commemorativo, ma sperimentiamo la concretezza del Verbo fatto uomo, facciamo un reale incontro col Cristo risorto.

Il soggetto che agisce nella Liturgia è sempre e solo Cristo che si fa concretezza attraverso molti segni.

Ogni celebrazione liturgica non si rivolge al singolo, ma alla totalità dell'assemblea: porta tutti e ciascuno dentro il mistero della Parola che, attraverso un linguaggio simbolico, proclama la gratuità del dono della salvezza che va accolto per fede e con fede.

L'incontro con Dio è un evento donato, perciò il Papa si domanda: "Come può accadere di sottrarci al fascino della bellezza di questo dono?" Esso si manifesta nella forza dei simboli che non rimandano ad un concetto astratto, ma alla concretezza di ciò che significano.

Come crescere allora nella capacità di vivere in pienezza l'azione liturgica?

Come continuare a stupirci di ciò che nella celebrazione accade sotto i nostri occhi e restare impenetrabili" all'oceano di grazia che inonda ogni celebrazione?"

Abbiamo bisogno di una seria formazione liturgica che si presenta sotto due aspetti: la formazione alla liturgia e la formazione derivante dalla liturgia.

Papa Francesco, a proposito di questo concetto, afferma che occorre essere formati e consapevoli di ogni gesto, simbolo, parola di una celebrazione liturgica perché essa stessa a sua volta ci forma.



Afferma ancora" la conoscenza che viene dallo studio è solo il primo passo per entrare nel mistero celebrato" e i sacerdoti che la presiedono devono conoscerla a fondo ed averla frequentata nella pratica con viva fede accompagnata dalla preghiera.

Solo così ogni celebrazione sarà autentica ed evangelizzante, cioè capace di portare ogni fedele all'incontro col Risorto.

Una partecipazione e una formazione liturgica costante saranno capaci di farci entrare sempre più nel mistero celebrato maturando in ciascuno un atteggiamento di stupore nel comprendere come l'infinitamente grande scende ad incontrare la nostra piccolezza.

La Liturgia è fatta di concretezza: pane, vino, olio, acqua, profumo, fuoco, cenere, stoffa, co-

lori, corpo, parole, suoni, silenzi, gesti, spazio, movimento, azione, ordine, tempo, luce, ...

Tutto ciò che è stato creato viene usato per l'incontro con Gesù incarnato per noi.

Come tornare ad essere capaci di simboli e leggerli per poterli vivere?

Il Papa suggerisce due strade.

La prima è quella di riconoscere che tutto è stato creato, anche gli oggetti usati per le celebrazioni.

Essi tendono, per loro natura a divenire strumenti di salvezza che necessariamente ci riportano al Creatore.

L'altra strada è quella di essere educati a quell'atteggiamento interiore indispensabile alla comprensione dei simboli stessi.

Ciò accade quando chi ci precede, genitori, nonni, sacerdoti, catechisti.... ci sono d'esempio. Quei gesti visti e ripetuti, dapprima senza una piena coscienza, diventano parte di noi, ci appartengono, ci caratterizzano e ci formano.

L'azione dello Spirito Santo farà il resto.

Anche la cura nelle celebrazioni, definita da papa Francesco, "Ars Celebrandi" ci aiuta a comprendere il valore dei simboli.

Come ogni arte necessita di alcune conoscenze. Occorre tenere sempre presente che in tutte le celebrazioni è lo Spirito Santo che agisce liberandoci così dai nostri personalismi.

Potremmo pensare che questo tema sia proprio solo dei ministri della Liturgia, ma non è così.

Il radunarsi, lo stare seduti, in piedi, in ginocchio, il procedere in processione, il cantare, lo stare in silenzio, l'ascoltare, l'acclamare, sono segni con i quali l'assemblea prende parte attiva alla celebrazione, consapevole di essere un solo corpo.

Papa Francesco nella sua Lettera "Desiderio desideravi" si sofferma in particolare sul gesto del silenzio presente in ogni Liturgia.

Il silenzio liturgico, espressamente prescritto, presente all'inizio di ogni celebrazione, prima dell'atto penitenziale, dopo l'invito alla preghiera, in vari momenti nella Liturgia della Parola, nella preghiera eucaristica e dopo la comunione, è il simbolo della presenza e dell'azione dello Spirito Santo.

"Il silenzio sa muovere al pentimento e al desi-



derio di conversione; suscita l'ascolto della Parola e la preghiera; dispone all'adorazione del Corpo e del Sangue di Cristo; suggerisce a ciascuno, nell'intimità della comunione, ciò che lo Spirito vuole operare nella sua vita. Per questo siamo chiamati a compiere con estrema cura il gesto simbolico del silenzio: in esso lo Spirito ci forma."

Ogni gesto, ogni parola, ogni oggetto della celebrazione rimanda ad una azione precisa che parla in modo sempre nuovo ai diversi momenti della nostra vita.

Mi inginocchio sempre allo stesso modo, ma a volte voglio chiedere perdono, altre volte consegno la mia supplica o il mio pianto, altre ancora ho il cuore colmo di gioia per un dono ricevuto.

Con lo stesso gesto mi metto comunque in contatto con la grandezza di Dio e ogni volta ne esco diverso: formo sempre più la mia interiorità e la conoscenza di me stesso che si manifesta all'esterno nei miei rapporti con i fratelli e con il creato.

Anche la proclamazione della Parola e ogni altra parola della Liturgia va pronunciata con cura, non per exteriorità, ma con quella vitalità interiore che forma la personalità cristiana del singolo e della comunità.

Il Santo Padre infine suggerisce precise indicazioni ai sacerdoti che presiedono le celebrazioni invitandoli a pensare che si trovano lì, non per volere dell'assemblea, ma per il dono ricevuto con l'effusione dello Spirito Santo durante la loro ordinazione.

Li esorta perciò ad abbandonare ogni forma di personalismo nel presiedere le Liturgie, ricordando, che ogni loro agire deve far percepire, come nell'Ultima Cena, il desiderio che il Signore ha ancora e sempre di mangiare la Pasqua con noi.

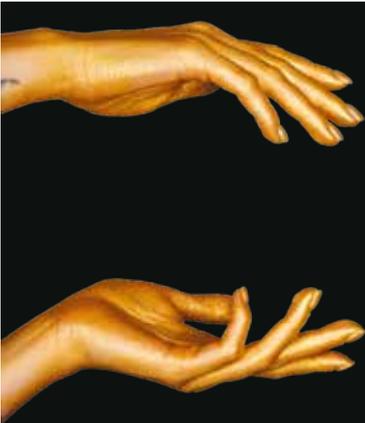


Oggi Internet consente a tutti l'accesso alle indicazioni del Magistero. Soprattutto per coloro che sono direttamente coinvolti nelle celebrazioni è importante conoscere le linee guide e le prescrizioni da attuare. Queste si possono trovare:

Messale Romano, in particolare nell'Ordinamento Generale (sul sito "Qunram")

Direttorio pastorale liturgico della Diocesi di Bergamo (dal sito della diocesi)

Sacosantum Concilium, Costituzione sulla liturgia del Concilio Vaticano II (dal sito della Santa Sede vatican.va).



Tradizione e Innovazione



grafiche martinelli
di Martinelli Chiara & Erminia

Via Montegrappa 22
Centro Industriale Gemelli
24060 Rogno (BG)
tel/fax: 035.977396 - 035.967204
info@grafichemartinelli.it
www.grafichemartinelli.it

Tipografia - Etichette
Nastri adesivi - Ribbon

Storia e origine di due canti natalizi

"Natale non è Natale senza...": è una frase pronunciata da Giuseppe Verdi dopo che ebbe assistito alla S. Messa di Natale del 1890. A quanto si dice, il compositore di Busseto non era molto religioso, ma in quella sera era rimasto particolarmente commosso da un canto eseguito dal coro di ragazzi che avevano animato la celebrazione. Ancora oggi, a distanza di tempo, sappiamo bene che "Natale non è Natale" senza il canto "Tu scendi dalle stelle".

La canzone ha origini antichissime. Infatti il testo che tutti conosciamo deriva da un motivo scritto nel dicembre 1754, dal titolo "Quanno nascette Ninno", il cui autore è Sant'Alfonso Maria de' Li-guori. Scritto in napoletano, fu una grande novità per l'epoca: era il primo testo di un canto religioso scritto in lingua partenopea, allo scopo di farsi intendere da chi non praticava l'italiano né parlato, né tanto meno scritto.

In origine si chiamava "Per la nascita di Gesù", fu pubblicato nel 1816 e pare che il Santo lo scrisse mentre trascorreva un periodo di riposo nel convento di Santa Maria de' Monti a Scala, vicino a Ravello, ma circa il luogo di composizione esistono altre versioni.

Il testo è costituito da strofe di sette versi ciascuna, eccetto alcune irregolari. La lingua usata, lo stile e la scelta delle parole lasciano incantato qualsiasi ascoltatore, che inevitabilmente viene a trovarsi nell'atmosfera della "notte santa".

"Tu scendi dalle stelle", detta anche "Pastorale" per la sua melodia legata principalmente al suono



della zampogna dei pastori abruzzesi durante la transumanza, ha subito nel corso degli anni diversi arrangiamenti, ma rimane comunque uno dei canti natalizi più amati da tutti.

Sulla paternità di "Adeste fideles", invece, non esistono prove sufficienti perché sia attribuita ad un nome preciso. L'unica certezza che emerge dalla documentazione esistente è il nome del copista, cioè di colui che trascrisse materialmente il testo e la musica: sir John Francis Wade, Originariamente egli scrisse quattro strofe di "Adeste Fideles". In seguito Abbé Jean Francois Borderies scrisse le tre strofe successive; un altro versetto in latino fu aggiunto da un autore sconosciuto.

Per anni il testo fu attribuito a San Bonaventura, teologo italiano del XIII secolo, poi in altri momenti storici a vari monaci portoghesi, tedeschi, spagnoli e cistercensi, mentre la musica è stata attribuita a compositori come i musicisti inglesi John Reading padre e figlio, Handel e Marcos Antonio da Fonesca, un musicista portoghese.



Daniele Picinelli
Private Banker

Bergamo - Portici Sentierone, 32

Endine Gaiano - via Tonale e Mendola 157

SI RICEVE SU APPUNTAMENTO, ANCHE A DOMICILIO

NON TI SENTI SEGUITO DALLA TUA BANCA? INCONTRIAMOCI, TROVIAMO INSIEME LA SOLUZIONE

Messaggio pubblicitario con finalità promozionale. Prima dell'adesione leggere il prospetto, disponibile presso gli uffici del Private Banker e sul sito www.fideuram.it

- analisi della vostra situazione finanziaria attuale
- pianificazione patrimoniale su misura
- tutela della persona e della famiglia
- gap pensionistico, previdenza complementare
- passaggio generazionale, successioni
- servizi di conto corrente personalizzati

Cell. 347 6423331

e-mail: dpicinelli@fideuram.it





Benvenuto Don Federico!



10 settembre 2022, ore 17.00, chiesetta della natività

Oggi è l'ingresso del nuovo parroco nella nostra parrocchia, Don Federico. Io suono come flautista del Corpo Bandistico di Castro. L'atmosfera è molto tesa. Don Marco, amministratore parrocchiale che ci ha accompagnato per un anno intero, aspetta l'arrivo del Maresciallo dei carabinieri di Lovere. Polizia, protezione civile e Sindaco più i suoi funzionari sono già presenti.

Banda?

Presenti anche noi.

Don Federico?

Eccolo che arriva.

Maresciallo?

Ora c'è anche lui.

Le mie speranze?

Sinceramente spero di fare una buona impressione al nuovo Don cercando di suonare meglio che posso.

Il mio cuore palpita forte. Non vedo l'ora di par-

tire a suonare le marce, così decoriamo l'atmosfera che pian, piano si sta riscaldando. Il Sindaco rompe il ghiaccio con un piccolo discorso al microfono. Poi si fa da parte e lascia la parola al Maresciallo. Poi Don Marco.

Eccolo! Adesso è il momento di Don Federico che si presenta anche lui col microfono in mano. Ha un tono molto tranquillo e pacato e mi crea anche un senso piacevole di sicurezza. Ora non ho più paura di suonare male. Sono sicura che suonerò alla grande e sarà una serata piena di emozioni.

Mentre la mia mente vaga fra questi pensieri, il nostro direttore Fulvio Ottelli si prepara a cominciare. Ci fa spostare davanti al corteo disposti in file da tre. Solo qui mi rendo conto dell'importanza vera di questo momento e mi vengono le farfalle nello stomaco.

"Cadenza!" ordina il maestro Ottelli.

Uno, due, uno, due.

Prima il piede sinistro, poi il destro e via dicendo. Marcia sul posto.

“Doppia cadenza!” aggiunge il direttore.

Gli imperiali davanti a noi flautisti e clarinettisti iniziano a rullare battendo il tempo di marcia in 2 colpi per ogni movimento.

Prima sequenza di rullate.

Seconda sequenza.

Terza.

Via! Cominciamo a spostarci in avanti. Poi partiamo a suonare la marcia “Gaia”. E via giù dalle curve di via Rocca.

Lungolago.

“Primi passi!”.

Cambiamo marcia e suoniamo “Primi passi”. Mi sento particolarmente allegra: non sono entrata da molto nella Banda, eppure riesco a suonare bene e a marciare discretamente. E, in più, la gente qui è molto solenne ma soprattutto parecchio di buon umore, pare. L’atmosfera di contentezza generale mi fa sentire parte di una comunità, di una grande famiglia che posso rendere orgogliosa con il mio flauto, con il suo suo-

no cristallino. Devo confessare che mai come quest’oggi mi sento fiera di quel che faccio per la mia parrocchia.

E sono contenta anche di poter aiutare il nuovo parroco. La musica di solito è qualcosa che ti avvolge e che ti fa sentire a casa, anche se a modo suo.

E penso che per Don Federico sia più facile affrontare un bel paesino festoso con una Banda che suona che un paese molto solenne e silenzioso.

E poi la musica è uno strumento per comunicare senza le parole, per far percepire la propria contentezza o la propria tristezza.

E, cosa più importante, la musica si fa insieme, insieme a una Banda che suona e a una comunità che canta. Questo è il bello di noi, quello che mi piace di noi e che spero piaccia anche al nuovo Don.

Ci fermiamo un attimo ad aspettare il resto del corteo che è rimasto indietro. Nel frattempo cambiamo marcia nuovamente:

“Topolina!”.



Sgancio il porta-listini con i brani dalla cetra che lo regge al braccio sinistro mentre marcio. Lo sfoglio e, dopo qualche peripezia, trovo il brano richiesto.

Quando il resto del gruppo ci raggiunge, ripartiamo a suonare marciando fino alla chiesa vicino all'oratorio. Poi il resto della comunità va a riempire la chiesa e a celebrare la S. Messa. La Banda rimane fuori ad organizzarsi per suonare dopo la fine della cerimonia. In questi tempi morti mi piace ascoltare i canti che rimbombano sulle pareti interne della chiesa.

Io sono una grande amante di tutte le arti possibili e immaginabili. Penso che dove c'è arte c'è vita. Senza di essa la nostra vita è vuota.

Per meglio specificare: dove c'è arte c'è Dio. Perché dove c'è arte c'è la nostra felicità nel costruire qualcosa di creativo insieme. E sentire Dio presente nei canti della Messa non mi fa sentire solo a mio agio, mi fa sentire i brividi percorrermi la schiena.

Solo adesso mi rendo conto di quanto Dio possa

essere grande anche attraverso le sue creature. Dopo quasi 2 ore la comunità esce dalla chiesa. Ci disponiamo di nuovo in fila.

"Omegna!".

Suoniamo "Omegna" festosamente. Tutti applaudono alla fine del brano. Anche Don Federico applaude con i suoi modi gentili.

Sembra essere felice anche lui. Beh, allora penso che abbiamo fatto tutti un bel lavoro. Anche il maestro Ottelli sembra abbastanza soddisfatto, di buon umore più delle altre volte.

Alla fine la Banda si scioglie e ognuno prende la propria strada.

È stata una bella giornata. Ora posso dire di essere contenta di quello che faccio: fare musica INSIEME. Oggi è un giorno speciale e allegro per tutti noi. Vorrei solo che anche quelli che non hanno potuto essere presenti possano essere raggiunti dalla mia felicità, quella di condividere qualcosa di bello INSIEME. Ma soprattutto non vedo l'ora che cominci questo anno pieno di avventure e novità.



Il nostro «4 novembre» 2022

Domenica 6 novembre Castro con la celebrazione ufficiale, suddivisa in due momenti, il primo al cimitero alla lapide dei caduti, il secondo al monumento in riva al lago, ha ricordato i caduti di tutte le guerre. Mai come oggi, riflettere sull'inutilità della guerra e le tragedie che porta con sé, appare più attuale e necessario. La lettura di una poesia di Clemente Rebora, di un brano di Emilio Lussu e del discorso del sindaco ci ha introdotto in questa necessaria riflessione.

“Viatico” di Clemente Rebora

O ferito in fondo alla piccola valle,
avrai chiesto aiuto con molta insistenza
se tre compagni di guerra integri
morire per te che quasi più non eri vivo.
Tra melma e sangue
come un albero abbattuto
e il tuo lamento straziante continuava,
senza pietà per noi rimasti in vita
a contorcerci perché non vedevamo
l'ora che finisse,
velocizza la tua morte,
tu solo puoi mettere fine a questa sofferenza,
e ti sia di conforto
nelle tue condizioni di demenza
ma ancora cosciente
in questo momento di attesa della morte
l'intorpidimento della sensibilità,
ma ora devi attendere quel momento in silenzio –
grazie, fratello.

da “Un anno sull'Altipiano” di Emilio Lussu

Addossati al cespuglio, il caporale ed io rimanemmo in agguato tutta la notte, senza riuscire a distinguere segni di vita nella trincea nemica. Ma l'alba ci compensò dell'attesa. Prima, fu un muoversi confuso di qualche ombra nei camminamenti, indi, in trincea, apparvero dei soldati con delle marmitte. Era certo la corvée del caffè. I soldati passavano, per uno o per due, senza curvarsi, sicuri com'erano di non esser visti, ché le trincee e i traversoni laterali li proteggevano dall'osservazione e dai tiri d'infilata della nostra linea. Mai avevo visto uno spettacolo eguale. Ora erano là, gli austriaci: vicini, quasi a contatto, tranquilli, come i passanti su un marciapiede di città. Ne provai una sensazione

strana. Stringevo forte il braccio del caporale che avevo alla mia destra, per comunicargli, senza voler parlare, la mia meraviglia. Anch'egli era attento e sorpreso, e io ne sentivo il tremito che gli dava il respiro lungamente trattenuto. Una vita sconosciuta si mostrava improvvisamente ai nostri occhi. Quelle trincee, che pure noi avevamo attaccato tante volte inutilmente, così viva ne era stata la resistenza, avevano poi finito con l'apparirci inanimate, come cose lugubri, inabitate da viventi, rifugio di fantasmi misteriosi e terribili. Ora si mostravano a noi, nella loro vera vita. Il nemico, il nemico, gli austriaci, gli austriaci!... Ecco il nemico ed ecco gli austriaci. Uomini e soldati come noi, fatti come noi, in uniforme come noi, che ora si muovevano, parlavano e prendevano il caffè, proprio come stavano facendo, dietro di noi, in quell'ora stessa, i nostri stessi compagni. Strana cosa. Un'idea simile non mi era mai venuta alla mente. Ora prendevano il caffè. Curioso! E perché non avrebbero dovuto prendere il caffè? Perché mai mi appariva straordinario che prendessero il caffè? E, verso le 10 o le 11, avrebbero anche consumato il rancio, esattamente come noi. Forse che il nemico può vivere senza bere e senza mangiare? Certamente no. E allora, quale la ragione del mio stupore? Ci erano tanto vicini e noi li potevamo contare, uno per uno. Nella trincea, fra due traversoni, v'era un piccolo spazio tondo, dove qualcuno, di tanto in tanto, si fermava. Si capiva che parlavano, ma la voce non arrivava fino a noi. Quello spazio doveva trovarsi di fronte a un ricovero più grande degli altri, perché v'era attorno maggior movimento. Il movimento cessò all'arrivo d'un ufficiale. Dal modo con cui era vestito, si capiva ch'era un ufficiale. Aveva scarpe e gambali di cuoio giallo e l'uniforme appariva nuovissima. Probabilmente, era un ufficiale arrivato in quei giorni, forse uscito appena da una scuola militare. Era giovanissimo e il biondo dei capelli lo faceva apparire ancora più giovane. Sembrava non dovesse avere neppure diciott'anni. Al suo arrivo, i soldati si scartarono e, nello spazio tondo, non rimase che lui. La distribuzione del caffè doveva incominciare in quel momento. Io non vedevo che l'ufficiale. Macchinalmente, senza un pensiero, senza una volontà precisa, ma così, solo per istinto, afferrai il fucile



del caporale. Egli me lo abbandonò ed io me ne impadronii. Se fossimo stati per terra, come altre notti, stesi dietro il cespuglio, è probabile che avrei tirato immediatamente, senza perdere un secondo di tempo. Ma ero in ginocchio, nel fosso scavato, ed il cespuglio mi stava di fronte come una difesa di tiro a segno. Ero come in un poligono e mi potevo prendere tutte le comodità per puntare. Poggiai bene i gomiti a terra, e cominciai a puntare. Avevo il dovere di tirare. Sentivo che ne avevo il dovere. Se non avessi sentito che quello era un dovere, sarebbe stato mostruoso che io continuassi a fare la guerra e a farla fare agli altri. No, non v'era dubbio, io avevo il dovere di tirare. E intanto, non tiravo. Il mio pensiero si sviluppava con calma. Non ero affatto nervoso. La sera precedente, prima di uscire dalla trincea, avevo dormito quattro o cinque ore: mi sentivo benissimo: dietro il cespuglio, nel fosso, non ero minacciato da pericolo alcuno. Non avrei potuto essere più calmo, in una camera di casa mia, nella mia città. Forse, era quella cal-

ma completa che allontanava il mio spirito dalla guerra. Avevo di fronte un ufficiale, giovane, inconscio del pericolo che gli sovrastava. Non lo potevo sbagliare. Avrei potuto sparare mille colpi a quella distanza, senza sbagliarne uno. Bastava che premessi il grilletto: egli sarebbe stramazato al suolo. Questa certezza che la sua vita dipendesse dalla mia volontà, mi rese esitante. Avevo di fronte un uomo. Un uomo! Un uomo! Ne distinguevo gli occhi e i tratti del viso. La luce dell'alba si faceva più chiara ed il sole si annunciava dietro la cima dei monti. Tirare così, a pochi passi, su un uomo... come su un cinghiale! Cominciai a pensare che, forse, non avrei tirato. Pensavo. Condurre all'assalto cento uomini, o mille, contro cento altri o altri mille è una cosa. Prendere un uomo, staccarlo dal resto degli uomini e poi dire: «Ecco, sta' fermo, io ti sparo, io t'uccido» è un'altra. È assolutamente un'altra cosa. Fare la guerra è una cosa, uccidere un uomo è un'altra cosa. Uccidere un uomo, così, è assassinare un uomo.



Ogni domenica papa Francesco richiama tutti all'impegno per cercare la pace: "Non dobbiamo assuefarci alla guerra", "Tutti noi, in qualsiasi ruolo, abbiamo il dovere di essere uomini di pace", "Ritornino gli uomini a comprendersi. Riprendano a trattare" sono solo alcuni dei suoi instancabili richiami, sia ai grandi della terra sia a ciascuno a noi.

Quando la carità è tangibile

Martino, militare romano, è passato alla santità quando, durante un rigido inverno, estrasse la spada per tagliare il suo mantello e donarne metà ad un mendicante. La tradizione vuole che Dio, per premiarlo, addolcì l'inverno con un'ondata di caldo anomalo che ancora oggi, quando si ripresenta, viene definita "estate di San Martino". L'invernale raccolta di San Martino, con quarantacinque edizioni alle spalle, è ormai un appuntamento fisso per molte comunità. Essa ci offre la possibilità di aiutare i meno fortunati procurando loro capi e vestiario necessari per affrontare le rigide temperature invernali.



Una volta distribuiti i ben noti sacchi gialli, la generosità dei castrensi non si è fatta implorare nemmeno quest'anno: il cassone del furgone, che nel primo pomeriggio di sabato 11 novembre ha percorso le vie del paesino, pareva strabordare e i volontari hanno avuto il loro bel da fare a riempirlo. Parlando dei volontari, accanto a dei volti storici, sono comparse anche delle giovani leve che, in moto, auto e a bordo dell'immancabile cassonato, hanno entusiasticamente ed attivamente partecipato alla raccolta. Ancora non è disponibile il peso esatto di chili raccolti,

ma senza dubbio sarà superiore ai duecento. I proventi della raccolta, come già detto, andranno a sostenere progetti di innovazione sociale su tutto il territorio attraverso un bando aperto alle parrocchie partecipanti. Ma ora passiamo la parola ad alcuni dei giovani volontari:

"È stato molto bello ed istruttivo il poter vedere e toccare con mano la generosità della gente verso i più bisognosi: è un vero e proprio balsamo per l'anima! È capitato addirittura che qualcuno, una volta visti "sparire" i sacchi gialli dei vicini ci abbia inseguito, per consegnarci i sacchi che non aveva ancora esposto. Trovo tutto ciò molto importante, perché dimostra la generosità che è propria di tutte le persone, anche se spesso il mondo prova a farcela dimenticare."

Paolo

"È stato incredibilmente soddisfacente potersi mettere a disposizione di chi ha meno di noi. I vestiti che abbiamo raccolto non servono solo a proteggere dal freddo, ma anche a restituire quella dignità della quale troppo spesso gli indigenti vengono spogliati. Questa iniziativa permette anche di rimettere in circolo quegli abiti che potrebbero essere buttati e che trovano invece nuova vita a beneficio del prossimo. Il fatto di essere fortunati, nel nostro piccolo, non ci esonera infatti da quell'umano sentire che ci consente di essere prossimi a coloro che non hanno le nostre stesse possibilità"

Matteo



C'è fretta nell'aria

Maria si alzò e andò in fretta" (Lc 1,39): è questo il tema del Messaggio del Santo Padre ai giovani in occasione della XXXVII Giornata Mondiale della Gioventù.

Il testo, firmato da Papa Francesco il giorno della Solennità dell'Assunzione della B.V. Maria, conclude il ciclo dei tre messaggi che accompagnano i giovani nel cammino che intercorre tra la GMG di Panama 2019 e la GMG di Lisbona 2023, tutti incentrati sul verbo alzarsi.

Nel Messaggio di quest'anno, il Santo Padre invita i giovani a meditare insieme la scena biblica nella quale, dopo l'annunciazione, la giovane Vergine Maria si alza e si mette in cammino per incontrare sua cugina Elisabetta, portando in sé il Cristo. "La Madre del Signore è modello dei giovani in movimento, non immobili davanti allo specchio a contemplare la propria immagine o 'intrappolati' nelle reti. Lei è tutta proiettata verso l'esterno" – scrive il Papa, sottolineando che questa prontezza nell'uscire verso gli altri è generata dall'esperienza del Signore nella propria vita.

Partendo dalla riflessione sulla fretta che caratterizza la Vergine di Nazareth, il Santo Padre incoraggia i giovani a domandarsi quali atteggiamenti e motivazioni vivono davanti alle sfide della vita quotidiana.

Li invita a fare un discernimento tra una "fretta buona [che] ci spinge sempre verso l'alto e verso l'altro" e quella "non buona (...) che ci porta a vivere superficialmente, a prendere tutto alla leggera, senza impegno né attenzione, senza partecipare veramente alle cose che facciamo". Le parole del Santo Padre, colme di tenerezza e fiducia verso i giovani, incoraggiano a ripartire verso nuovi incontri, per condividere la gioia



della vicinanza del Cristo, per superare le distanze tra persone e generazioni, e per rispondere con creatività alle sfide del mondo di oggi, colpito dalla pandemia e dalle guerre. "I giovani sono sempre speranza di una nuova unità per l'umanità frammentata e divisa.

Ma solo se hanno memoria, solo se ascoltano i drammi e i sogni degli anziani" – sottolinea Papa Francesco, chiedendo ai giovani d'ispirarsi sia all'esempio di Maria che all'esperienza delle persone anziane intorno a loro.

Il Messaggio è anche un caloroso invito a tutti i giovani a partecipare alla prossima XXXVII Giornata Mondiale della Gioventù, che - come scrive il Santo Padre - sarà un momento per ritrovare insieme "la gioia dell'abbraccio fraterno tra i popoli e tra le generazioni, l'abbraccio della riconciliazione e della pace, l'abbraccio di una nuova fraternità missionaria".

In seguito al rinvio di un anno, dovuto alla pandemia, questa GMG è celebrata in due momenti distinti: il primo nella Solennità di Cristo Re, il 20 novembre di quest'anno, con celebrazioni nelle Chiese particolari di tutto il mondo e, successivamente, a livello internazionale a Lisbona, dal 1 al 6 agosto 2023.

Le due celebrazioni mantengono lo stesso tema: "Maria si alzò e andò in fretta" (Lc 1,39).



**LISBOA
2023**

**37ª GIORNATA
MONDIALE
DELLA GIOVENTÙ**

Anno nuovo, nuova catechesi

Domenica 30 ottobre ha avuto inizio il nuovo anno catechistico della Parrocchia. Ad attendere i ragazzi, alla messa della mattina, una sorpresa: anziché entrare subito in chiesa, hanno dovuto dare la caccia a numerosi cuori, nascosti nei dintorni della chiesa, tra i fiori e gli alberi di ulivi. Questi cuori, successivamente, sono stati incollati dai bambini su di una riproduzione, da loro colorata la domenica precedente, del quadro che accompagnerà il cammino della comunità per quest'anno: Gesù che visita Marta e Maria.

Una volta terminata l'opera, ha avuto inizio la celebrazione vera e propria, all'interno della chiesa parrocchiale, dove gli animatori del grest, con indosso le loro magliette hanno "restituito" i giovani alle cure dei loro catechisti, in un avvicinarsi che ormai è parte integrante dell'anno comunitario.

Durante la messa anche gli animatori degli adolescenti hanno ricevuto il mandato della comunità per i ragazzi. E sempre la comunità è stata

al centro della messa, che ha visto catechisti ed animatori salire sull'abside della chiesa e recitare insieme il padre nostro.

Dopo la messa, bambini, adolescenti, catechisti e rispettive famiglie sono saliti in oratorio per consumare un pasto comunitario, dove ognuno ha portato qualcosa per sé e qualcosa da condividere con gli altri.

Il pomeriggio si è poi concluso con vari giochi: alcuni nel campo, altri in giro per l'oratorio, che hanno visto i ragazzi correre e divertirsi insieme agli adolescenti ed ai ragazzi di terza media e prima superiore, che quest'anno, accompagnati dai loro catechisti, affronteranno un percorso preparato per loro, affiancandosi poi agli adolescenti in vari momenti come questo.

A conclusione di tutto, immancabile, dato il chiudersi della bella stagione, un tè caldo, che ha permesso a tutti di riscaldarsi e rinfrancarsi dopo le varie attività pomeridiane.

TRATTORIA  di Putzu Claudio

Via Matteotti, 28
CASTRO (Bg)

IL CANTU'

Cell. 340 2362320
bellavistabandb@libero.it



DITTA F.P.Z.

Tinteggiature
328-5453074
di Zanardini Ulisse & C. snc

Via Rocca, 24
Castro (Bg)



Via Gregorini, 2
Lovere (Bg)
Tel. 035.960448

BAR CENTRALE
di Beltrami Giorgio & C.

SACET SRL

ELABORAZIONE DATI, CONTABILITÀ, PAGHE

24060 SOVERE (Bg), Via Lombardia, 21
Tel. 035.982344, Fax 035.824399
E-mail: info@sacetsrl.it



Giovani e Vescovi della Lombardia

Un dialogo sinodale

Lo scorso 6 novembre 2021, nel duomo di Milano, i quattordici Vescovi lombardi si sono confrontati con duecento giovani provenienti da tutta la regione.

È stata una mattinata di dialogo e riflessione che poneva le sue fondamenta nella rilettura e riappropriazione della *Christus Vivit* (il documento finale del Sinodo sui giovani) a livello lombardo. Il progetto, in cantiere da ormai tre anni, era originariamente legato alle tappe di avvicinamento alla GMG di Lisbona, ma la pandemia e l'avvio del cammino sinodale della Chiesa Universale (e quindi anche italiano) hanno riscritto non solo le tempistiche, ma anche le modalità e le prospettive di questo dialogo.

Da un singolo evento che era tra le ipotesi, si è passati a un cammino regionale che - a breve - diventerà diocesano e territoriale.

E dall'ascolto reciproco si proverà a generare un discernimento condiviso.

Ciò che è rimasto costante nel tempo, è stato il desiderio dei Vescovi lombardi di dialogare

con i giovani attorno ad alcune dimensioni fondamentali del vivere: lavoro e vocazione, riti, affetti, ecologia e intercultura.

Tutti argomenti non posti esclusivamente in un orizzonte antropologico ed esistenziale, ma anche in ordine alla propria fede cristiana.

Ora il dialogo sinodale svoltosi a livello regionale, in occasione dell'evento di apertura in Duomo a

Milano e attraverso la costituzione di commissioni tematiche, allarga il suo raggio di azione coinvolgendo le singole Diocesi, secondo le modalità e le tempistiche valutate opportune da ogni Vescovo.

L'avvio ufficiale della fase diocesana è avvenuto sabato 10 dicembre 2022 in occasione di un convegno che si è tenuto a Sotto il Monte (BG), a seguito del quale saranno anche rese note le tappe concrete per la Diocesi di Bergamo e condiviso il materiale per il discernimento pastorale da far accadere tra preti e giovani.

Il cammino, all'interno del progetto di "Giovani e Vescovi", darà spazio ai giovani chiamati ad essere protagonisti per la Chiesa dell'oggi.

Prima nella fase dell'ascolto - già in essere in alcune parrocchie - e poi nello step successivo del discernimento, l'obiettivo sarà quello di comprendere come la Chiesa possa essere significativa per la vita di ciascun giovane anche nel nostro tempo.





Sei una persona separata, divorziata o risposata e desideri parlare con qualcuno per avere sostegno e chiarimenti nella tua vita personale o nella partecipazione alla vita della Chiesa?...

Il gruppo "La Casa" ti offre la possibilità di incontrarti con persone che ti possono capire e anche con amici che hanno provato la tua stessa situazione e ridato vigore alla propria esistenza.

Desideri un momento di primo ascolto, incontro, informazione?

Puoi venire a trovarci ogni **sabato dalle 15,00 alle 17,30** presso il **santuario della B.V. dei campi a Stezzano** (palazzina a destra dopo l'entrata dal cancello) oppure telefonarci negli stessi orari al numero **351.9637960**.

Gli amici della "Casa" ti offrono la possibilità di effettuare incontri di gruppo (ascolto-preghiera e confronto-formazione), nei luoghi e nelle date indicate sul nostro sito www.lacasabg.it o nei pieghevoli che puoi trovare in parrocchia (a Castro all'entrata della chiesa). Inoltre puoi chiedere colloqui individuali, sia per questioni personali che per una consulenza circa la possibilità di avviare una **"causa di nullità matrimoniale"**; per un appuntamento telefona a don Eugenio Zanetti: 035.278224. Se vuoi avere altre informazioni o suggerimenti, puoi visitare il nostro sito:

www.lacasabg.it; se vuoi invece metterti in contatto con noi, oltre a telefonarci, puoi mandarci un messaggio tramite e-mail:

lacasa@curia.bergamo.it oppure scriverci a: **La casa, presso curia vescovile, piazza duo-**

mo, 5 - 24129 Bergamo; saremo contenti di colloquiare con te.

Il nostro abituale punto di ritrovo si trova presso **"La comunità del paradiso", in via Cattaneo, 7 - Bergamo** dove ci troviamo un giovedì al mese dalle 20,30 alle 22,30.

Incontri di Ascolto e di Preghiera

Sono oasi di pace, momenti di ricarica spirituale, preziose occasioni di dialogo attorno alla Parola di Dio: scegli con fiducia il centro che preferisci e, se vuoi, prendi contatto col sacerdote animatore.

Per la nostra Comunità Ecclesiale Territoriale, quella della Val Cavallina (ma puoi vedere anche le altre proposte sul sito internet o su la locandina), si tengono un martedì al mese dalle 20,30 alle 22,30:

- 10 gennaio 2023
- 7 febbraio 2023
- 2 marzo 2023 (*)
- 4 aprile 2023
- 2 maggio 2023
- 6 giugno 2023
- 4 luglio 2023.

Monastero delle Francescane, via Colleoni. (*) L'incontro del 2 marzo è a livello diocesano a Bergamo (dalle Clarisse in via Lunga).

Per informazioni su altre possibili proposte più vicino a Castro, puoi telefonare in parrocchia al numero 035 960531 oppure a don Mario Della Giovanna 348.5629688 – mariodellagiovanna@virgilio.it



AVIS Castro 1966-2022



Avis Castro nasce nel 1966 per volontà di 8 pionieri pronti a donare qualcosa di unico senza nulla chiedere e in forma anonima.

Spirito che in questi ultimi 66 anni è stato condiviso da altre 165 persone.

Oggi fanno parte di questo gruppo 43 soci (11 donne 32 uomini) di cui 32 attivi nelle donazioni. Siamo legati ad una struttura provinciale, regionale e nazionale.

Le donazioni annuali, come i donatori attivi, negli ultimi anni sono in continuo aumento: quest'anno dovremmo superare le 50 donazioni e abbiamo 4 nuovi donatori.

Risultati che ci incoraggiano a continuare su questa strada in modo da garantire un sangue idoneo e la salute del Donatore, sensibilizzare una sempre più ampia base al valore della donazione sia del sangue intero che del plasma, e soddisfare così le richieste, in continuo aumento, da parte della medicina moderna.

Quest'anno abbiamo conferito benemerenze a

soci che hanno raggiunto e superato le 25,50 e 75 donazioni.

Complimenti a questi volontari e un grazie da quei malati che, ricevendo il loro dono, hanno superato un momento difficile della propria esistenza.

Se sei interessato e vuoi avere più informazioni per diventare donatore contattaci alla mail aviscastro@gmail.com o a uno di questi numeri:

- presidente 328 866 1859
- segretario 342 008 3677

DISCORSO DEL PRESIDENTE DI AVIS CASTRO AL MONUMENTO IN OCCASIONE DELLA 56ª FESTA SOCIALE DEL DONATORE - 25 settembre 2022

È un grande piacere ritrovare gli avisini e le consorelle a questa manifestazione dopo questi anni difficili.

Dal 1966 anno di fondazione, la festa sociale, che probabilmente è da aggiornare ai nuovi

tempi, rimane sempre un'occasione importante, una giornata di amicizia, di gioia e di condivisione, del percorso di solidarietà che stiamo vivendo insieme, che ha l'unico scopo di garantire agli ammalati il fabbisogno di sangue e derivati. Lo scopo della nostra associazione, in collaborazione con il Sistema Sanitario nazionale e le sue articolazioni territoriali, è di raccogliere il sangue necessario al funzionamento delle strutture ospedaliere garantendo sempre la sicurezza del donatore, della donazione e del ricevente. Fare volontariato dà soddisfazione e riempie la vita, sia di chi dona che di chi riceve, e soprattutto migliora la società. Se ci fossero più persone altruiste ne guadagnerebbe la qualità della vita di tutti. Ringrazio coloro che con la propria presenza onorano questa nostra festa, le autorità locali, il Sig. Sindaco e l'amministrazione comunale, le autorità militari, il Parroco don Federico, il rappresentante dell'AVIS provinciale Emanuela Zenoni, le Sezioni Comunali presenti la banda di Castro.

Ringrazio e saluto tutti i soci, presenti e assenti e ricordo con affetto i donatori defunti ai quali questa mattina rendiamo omaggio presso il nostro monumento. Attualmente la nostra sezione è composta da 40 donatori.

Di anno in anno si cerca con iniziative legate alle associazioni del paese e a quelle di Avis zona9, di incrementare il numero dei donatori.

Nonostante tutto, abbiamo trovato giovani convinti e interessati ad avvicinarsi all'associazione, sono 5 che quest'anno sono entrati nel nostro gruppo e la cosa fa ben sperare, visto che il futuro è loro.

Capite che abbiamo sempre bisogno di trovare nuovi donatori che sostituiscano coloro che, per motivi di salute o raggiunti limiti di età, non possono più donare.

Fortunatamente sono accompagnato da persone valide che mi aiutano nell'affrontare e dare soluzione a quanto occorre nella gestione di questa sezione.

Oggi, serve competenza, serietà e preparazione anche nel settore del volontariato non-profit.

Voglio citare alcuni nomi su tutti perché lo meritano: Dori, Franchino, Walter. Ringrazio i consiglieri, il nostro direttore sanitario Dottor. Morlini. Ringrazio quelle persone che con continuità per le iniziative dell'AVIS "ci sono".

Cari amici, tutte queste persone, lavorano per noi, si adoperano gratuitamente nei loro incarichi affinché le associazioni come la nostra riescano nella propria missione. Si prodigano al servizio della Comunità e come noi si impegnano perché tutti ricevano sangue e vita.

Infine, il mio maggior sentimento di gratitudine va ai donatori che, in modo gratuito ed anonimo, portano al prossimo il loro dono prezioso. Grazie a tutti.



Associazione Cacciatori ANUU di Castro

Anche quest'anno grandi difficoltà e restrizioni, hanno purtroppo impedito lo svolgimento delle nostre feste, sono lieto di comunicarvi che grazie agli amici e sostenitori che in tutto questo tempo ci hanno aiutato, siamo comunque riusciti a raccogliere una piccola somma per aiutare le associazioni e i centri che da sempre abbiamo nel cuore e che mai come ora hanno sofferto e ridimensionato le attività.

GRAZIE DI CUORE DA TUTTI NOI!!!

Un particolare ringraziamento lo voglio rivolgere all'amministrazione comunale di Castro, per il suo contributo e alla Parrocchia sempre pronta ad accogliere e divulgare le nostre idee e le nostre iniziative.

La somma raccolta è pari a Euro 2.700 che è stata così suddivisa.

Euro 1.000 al CDO di Sovere

Euro 1.000 all'Associazione «Oltre a noi»

Euro 500 alla Fondazione «Angelo Custode di Predore»

Euro 200 all'iniziativa «Ucraina chiama Castro risponde».



FESTA DEL CACCIATORE 2022

La sezione ANUU migratoristi di Castro ringraziandovi del contributo dato, è lieta di farvi partecipe dell'ottimo risultato ottenuto dopo due anni molto difficili che hanno impedito incontri e feste.

La cifra raccolta è pari a Euro 11.500 che saranno così ripartiti:

Euro 5.000 CDO di Sovere

Euro 3.000 Oltre a noi di Lovere

Euro 2.000 Centro Famiglia di Endine Gaiano

Euro 1.000 Angelo Custode di Predore

Euro 5.00 CSE Sovere

Grazie a tutti i volontari e agli sponsor che anche quest'anno ci hanno aiutato.

Sperando in una vostra partecipazione anche per il futuro, porgo distinti saluti.

Il Presidente
Gallizioli Corrado



Sagra di San Lorenzo 2022



Quest'anno, dopo due anni di fermo, anche la Sagra di S. Lorenzo è ripartita. Nell'incertezza che ha caratterizzato la ripresa, soprattutto riguardo alla "forza lavoro", si è deciso di ridurre il numero dei giorni, la capienza dei posti a sedere e anche una semplificazione del menù.

Tutto ciò non ha però impedito il consistente afflusso di gente che ogni sera ha raggiunto il Colle per degustare i piatti di "S. Lorenzo", allietarsi con l'intrattenimento e godere del fantastico panorama.

Non è mancato qualche piccolo problema "tecnico" che però non ha influito sulla buona riuscita della Sagra.

Molto positiva è stata la presenza di un consistente gruppo di ragazzi e adolescenti il giorno dello smontaggio, che ha consentito di ultimare i lavori in una sola giornata.

Non bisogna infatti dimenticare che portare sul Colle e riportare dal Colle tutto il materiale necessario, richiede una forza lavoro numerosa.

Cogliamo quindi l'occasione per ringraziare tutti i volontari per il lavoro svolto e tutti gli avventori che hanno contribuito al successo della Sagra. Arrivederci al prossimo anno sempre più numerosi!!!



La partecipazione dei molti volontari e la generosità della gente che è intervenuta ai vari momenti della festa, religiosa e non, ha portato alla parrocchia un importante beneficio economico di circa 24.800 €.

Questo ci consentirà di affrontare con più serenità le scadenze di pagamento dei mutui ancora in atto.





“UNA RETE per OGNI BAMBINO” ... si RACCONTA

Ogni bambino ha diritto di crescere in una famiglia in cui si senta sicuro ed accudito e nella quale possa trovare risposta ai suoi bisogni affettivi ed educativi. Non sempre questo è possibile, a volte serve una “rete di supporto”, una famiglia accanto che accolga temporaneamente i bambini.

Dalla primavera del 2021 il territorio dell’Alto Sebino ha un alleato prezioso: un **gruppo di famiglie affidatarie** composto da coppie e persone singole che stanno attraversando insieme l’esperienza di essere famiglie accoglienti. **Il desiderio del gruppo è oggi quello di trasmettere il valore delle esperienze in corso** a testimonianza che mettersi a disposizione per accogliere un bambino è la traduzione concreta di aspetti valoriali quali l’apertura ai bisogni dell’altro, la gratuità e la responsabilità educativa collettiva.

Fatiche e paure si sciolgono nel vederti dolce e tanto sensibile. Difficoltà sue e mie...ma so che ce la possiamo fare!

Accogliere è un moto del cuore, significa riconoscere e riconoscersi, vedere l’altro, osservarlo e osservarsi attraverso i suoi occhi

NON HO DATO AL BAMBINO IL DONO DELLA VITA MA NEL MIO CUORE L’AMORE CHE PROVO È SINCERO E PROFONDO!

Ho verificato la verità del “centuplo”. Un pizzico di disponibilità ed ecco accadere un “di più” per la mia vita, totalmente inaspettato

Il percorso mi permette di sperimentare genitorialità e ogni giorno mi consente di conoscere nuovi aspetti di me!

Ogni giorno è come una scatola di cioccolatini: non sai mai quello che ti capita!

E’ un’esperienza che mi ha permesso di conoscermi meglio, tirando fuori parti di me che non sempre ho messo in gioco

SBATTITUDINE e FUTURO
SPERANZA e ABBRACCIO

CI SONO BAMBINI CHE HANNO BISOGNO ANCHE DI TE!

Se hai voglia di far parte del gruppo e costruire insieme a noi “una rete per ogni bambino” contattaci!
silviaguadagni@aeper.it cell:392/1308650; daniela.flaccadori@altosebino.cmassrl.it cell: 346/6529704

BORSA DI STUDIO IN MEMORIA DI CATTANEO ANTONIO E GUALENI MADDALENA PER STUDENTI UNIVERSITARI ISCRITTI AL 1° ANNO E RESIDENTI A CASTRO

In memoria di Gualeni Maddalena, nata a Castro, e suo marito Cattaneo Antonio, i figli hanno istituito una borsa di studio per studenti universitari che frequentano il primo anno e risiedono a Castro.

Cattaneo Antonio, nato Varese il 18/11/1928 e Gualeni Maddalena, nata a Castro il 29/07/29, si conobbero a Gazzada e si sposarono a Castro il 24 Aprile 1954.

Dopo il matrimonio, Antonio legato al proprio ambiente ed orgoglioso di mantenere le proprie radici, mantenne la residenza della sua famiglia nel suo paese di origine.

Ebbero due figli, Roberto e Mauro, furono molto legati ai valori della famiglia, dediti al lavoro ed all'educazione dei figli.

Antonio mancò giovane, il 22 Maggio 1970, all'età di 41 anni in modo inatteso, lasciando alla moglie l'onere di accudire ed educare i propri figli nel migliore dei modi.

Così Maddalena, con tanta dedizione, tenacia, rettitudine e sacrifici, riuscì a mantenere la promessa: entrambi i figli si laurearono in Ingegneria Aerospaziale.

Maddalena restò sempre legata alla sua famiglia che risiedeva a Castro, mantenendo costantemente i rapporti con il paese natale, trascorrendovi le feste e i periodi estivi e rafforzando i rapporti con parenti ed amici.

Maddalena è mancata il 23 Settembre 2020, all'età di 91 anni.



Cattaneo Mauro e Cattaneo Roberto hanno scelto la modalità della borsa di studio a favore di studentesse/studenti universitari meritevoli per ricordare e onorare i propri genitori.

Oltre ad essere un contributo in denaro, vuole esprimere un senso di partecipazione dei figli alla vita delle nuove generazioni, in ricordo del sostegno ricevuto da parte dei propri genitori per il raggiungimento di traguardi scolastici e professionali.

La Borsa di Studio del valore di € 500,00 è rivolta a studenti universitari residenti nel Comune di Castro, iscritti per la prima volta al primo anno accademico nell'anno 2021/2022, come descritto nel regolamento del bando.

Gli studenti interessati potranno avere tutte le informazioni presso gli uffici comunali e la domanda deve pervenire entro il 28 febbraio del 2023.





Prima di scrivere un post

...pensaci bene! Nel fare una dichiarazione sui social network, alcune domande sono d'obbligo. Per correttezza verso chi le legge e per tutelare sè stessi.

Grazie ai social network, viviamo in un'epoca nella quale molte persone commentano e danno giudizi su ogni argomento, spesso senza averne la giusta conoscenza. Invece, sarebbe opportuno pensarci bene prima di scrivere qualsiasi cosa sui social, che non sono un diario personale, ma **un importante mezzo di comunicazione** e, allo stesso tempo, un luogo in grado di esprimere un giudizio su noi stessi, su chi siamo.

Ecco alcune domande che ciascuno dovrebbe porsi prima di intervenire su Facebook, Instagram o Twitter.

Che competenza ho per affermare ciò che sto per scrivere? Sono in grado di dare un giudizio su questo argomento?

È una domanda che dovremmo porci sempre, non solo sui social. Quella che viviamo è un'era in cui la competenza è stata sovrastata dal qualunque, per cui tutti si sentono legittimati a esprimere giudizi prima ancora che a sostenere delle opinioni. Poi, certo, sui social questo deplorabile degrado culturale trova la propria imponente cassa di risonanza.

E qui tuonano le famose parole di Umberto Eco quando, in occasione della sua laurea honoris causa in Comunicazione e cultura dei media, disse: "I social media danno diritto di parola a legioni

di imbecilli che prima parlavano solo al bar dopo un bicchiere di vino, senza danneggiare la collettività.

Venivano subito messi a tacere, mentre ora hanno lo stesso diritto di parola di un Premio Nobel! E' l'invasione degli imbecilli"

Sto per esprimere un parere che potrebbe influenzare gli altri. Sono sicuro di quello che sto per dire?

Tutti conosciamo il detto "prima di parlare conta fino a 10".

E invece, soprattutto sui social, siamo portati a scrivere con impeto alla stessa velocità con la quale quello stesso post viene letto, condiviso e commentato.

Spesso lo si fa con semplice inconsapevolezza trascurando la grande influenza che un'opinione può avere, soprattutto se a scrivere è un'influencer e con questo termine non intendo solo il "grande influencer", anzi.

Quando può interessare il mio parere? Lo faccio per il mio orgoglio personale o per dare un contributo?

I social media sono dei grandi supporter del proprio narcisismo, danno sfogo a quel forsennato desiderio di affermare il proprio ego ignorando che, molto spesso, un post non soltanto non interessa alla stragrande maggioranza delle persone, ma può anche dare fastidio.

Questo accade anche perché la tendenza sui so-



MININI
ceramiche

ROGNO (BG) - Tel. 035.977486 - www.mininiceramiche.it



Edicola Cartoleria e Fiori

di
Manera Marco
via Matteotti, 3
Castro
Cell 3403753327

cial è quella di schierarsi pro o contro qualcosa o qualcuno e ciò non induce a discutere del merito di una questione né offre un contributo costruttivo.

Devo proprio usare un linguaggio offensivo nei confronti di altri che la pensano diversamente da me?

Quando sarebbe bello esprimere pareri diversi senza usare linguaggi coloriti o parole offensive! Al contrario, purtroppo oggi la consuetudine è quella di sostenere un pensiero diverso attraverso l'offesa, come se la ragione passasse per la quantità di "rumore" generato. Dimenticando così che spesso le idee migliori sono anche le più silenziose.

Sono certo di quello che affermo o è meglio che usi il condizionale?

La cautela sui social non è mai troppa. Il condizionale credo sia d'obbligo ancor di più perché le discussioni online lasciano spesso spazio a fraintendimenti e a interpretazioni superficiali. E dunque, perché non lasciarsi un'eventuale "via d'uscita"?

Un consiglio che forse avrebbero dovuto seguire in questi due anni molti dei sedicenti "esperti" in tema di Covid 19. Ne avremmo guadagnato in fiducia reciproca

Ciò che scrivo definisce solo l'argomento di cui voglio parlare o esprime anche un giudizio?

Siamo sicuri di essere in grado di discernere cosa è scritto in forma legale e cosa non lo è, in una società in cui il confine tra "giusto" e "sbagliato" è sempre più labile?

C'è tanta inconsapevolezza delle conseguenze legali che possono derivare dalla nostra attività sui social, che spesso viene vissuta come un "gioco" a cui non si presta sufficiente attenzione in relazione ai possibili effetti prodotti

COMMENTI NEGATIVI? NIENTE RABBIA

Che cosa fare se arriva un commento negativo verso un post che abbiamo scritto? In questi casi è importante **mantenere il controllo** della situazione e non farsi prendere dall'ira, soprattutto se dopo il primo commento ne seguono altri. Trovare la giusta risposta richiede la mente lucida.

Meglio non rispondere se....

Non rispondere è un'opzione se dall'altra parte c'è in "molestatore digitale". Se si capisce che il commento è di un troll, va ignorato. Mai cedere alla tentazione. Rispondendogli, gli si darebbe lo strumento per continuare a "trollare"

Meglio rispondere se....

Se invece c'è un amico o una persona che ci segue, non si può ignorare il commento negativo. Bisogna rispondergli. Come? Quando la critica è gratuita, la tentazione è quella di rispondere a tono. E a volte sarebbe giusto. Ma la maggior parte delle volte, non è il caso. Meglio invece rispondere con **garbo ed educazione**. Se poi, ricostruita la situazione, è evidente che l'interlocutore aveva buoni motivi per manifestare il suo disappunto, la cosa migliore è **chiedere scusa**.

OFFESE ONLINE? SI RISCHIA GROSSO

Lanciare in Rete post offensivi può costare una condanna per diffamazione aggravata. Il reato è quello previsto dall'art. 595 del Codice penale, che punisce (con la reclusione da 6 mesi a 3 anni o la multa minima di 516 euro) chi offenda l'altrui reputazione tramite una pubblicazione anche digitale.

A stabilire i confini tra commenti solo inopportuni e le fattispecie di reato è la giurisprudenza. Scatta la diffamazione aggravata, per esempio, per la moglie separata che insulta il marito qualificandolo come "un miserabile bisognoso di cure psichiatriche" o per chi denigri una professoressa sul piano privato e lavorativo



Tratto dalla rivista "Viversani e belli"





PALMING: L'ALLEATO PERFETTO

È la pratica d'eccellenza per ridurre lo stress che il sistema visivo accumula ogni giorno. Sfregare le mani velocemente per scaldare i palmi. Posizionare le mani sulla fronte, a coppa, incrociando le dita in modo che il mignolo di una mano combaci con l'attaccatura delle dita dell'altra. I gomiti sono sul tavolo.

Avvicinare i palmi ai bulbi oculari, senza schiacciare gli occhi. Una volta che gli occhi sono al buio totale, chiuderli e mantenere la posizione per qualche minuto.

I BENEFICI DEI CLASSICI

Numerose ricerche hanno dimostrato come questo gioco potenzi lo sviluppo cognitivo (apprendimento, problem solving e memoria) e affettivo dei bambini dai tre anni in su. Per questo in molti Paesi l'insegnamento degli scacchi è stato introdotto come materia scolastica. Inoltre, secondo uno studio della Albert Einstein School of Medicine della Yeshiva University, giocare abitualmente a scacchi riduce il rischio di demenza nelle persone anziane.



IL VALORE DELLE IMPERFEZIONI

Luz vive a Biancolatte, un paese dove tutto è bianco e perfetto. Ma lei, che tutti chiamano "la ribelle", vorrebbe un mondo colorato dove abbiano spazio tutti. Questo mondo lo troverà su una strana collina in cui vivono personaggi "imperfetti" come Mastro Pomodoro, Mimina la

fragolina e Luigina la Melanzana, esiliati da Biancolatte a causa dei loro difetti estetici. Il sogno di Luz, colorata favola scritta e autopubblicata dalla giornalista Lucrezia Argentiero (64 pagine, 12,90 Euro su Amazon) naturalmente ha un lieto fine e serve a insegnare ai bambini di tutte le età l'importanza delle differenze e il valore delle imperfezioni



COME RISPARMIARE ENERGIA E CUOCERE ALLA PERFEZIONE UN PIATTO DI PASTA

In questo periodo di crisi energetica si è parlato molto di "cottura della pasta".

Ecco tre consigli che ci consentono di ottenere una cottura ottimale. Prima di tutto, utilizza il coperchio per velocizzare il raggiungimento dell'ebollizione dell'acqua: basta già questo per risparmiare il 6% di energia e di emissioni di anidride carbonica.

Il secondo suggerimento è di impiegare, anziché un litro di acqua per etto di pasta, solo 0,7 litri: togliendo il 30% del liquido di cottura non si otterranno effetti negativi e si ridurrà di un altro 13% il consumo di energia. L'ultimo consiglio è di provare la cottura passiva: lascia bollire la pasta per 2 minuti, poi spegni il fuoco, copri e fai riposare per il tempo di cottura indicato sulla confezione.

Questa strategia è quella che consente il maggior risparmio energetico: fino al 47%.





*In attesa
di risorgere*



MORINA BORTOLO
10 luglio 2022



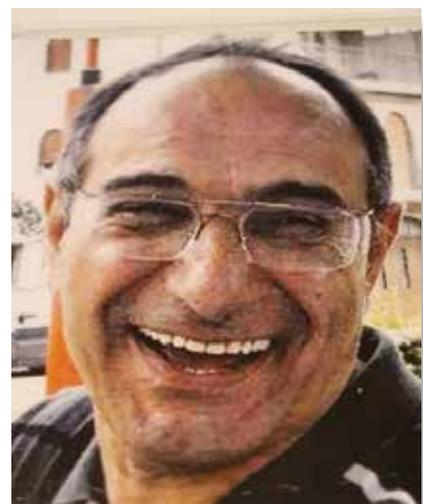
BOZZETTI DANIELE
16 settembre 2022



CROCETTI GIUSEPPINA
5 ottobre 2022



ROTIGNI COSTANTINO
4 novembre 2022



MARCHESE PIER ANGELO
20 novembre 2022

BATTESIMO
20 novembre 2022 **PONCE MIA CHARLOTTE**





CASTRO

**035.983633
348.7965880**

ENDINE

**035.827191
339.6727866**

www.iseofinestre.com



Arredo Casa & Ufficio
con servizio di
Rilievo e Progettazione

Noleggio & Vendita
stampanti e multifunzione

Vendita cartucce

Riparazione & Vendita
notebook e computer

Software Gestionale

ufficioin

via Nazionale 204/A
Costa Volpino (BG)
tel. 035 988 079