



La buona politica è al servizio della pace

52ª Giornata Mondiale della Pace

Il bisogno di una "buona politica"

Papa Francesco, nel suo messaggio per 52esima giornata mondiale della pace, mette quest'anno al centro il tema della buona politica poiché da essa dipende la costruzione e la tutela dei diritti e della libertà di tutti.

Il veicolo attraverso il quale la politica può garantire la pace è il riconoscimento dei diritti di ciascuno.

L'esperienza politica passa anche da noi, come cittadini, che attraverso l'esperienza associativa possiamo concretamente agire attraverso un impegno solidale, crescendo nella conoscenza dell'altro e aprendo spazi nuovi di incontro. "Buona politica" significa abbattere tutte le differenze, per sentirci tutti parte di una società civile che non punta all'indipendenza ma all'interdipendenza (la vita degli uni dipende da quella degli altri). Dobbiamo essere interdipendenti perché siamo uomini e donne in relazione anche se non lo vogliamo.

Una scelta di pace

Esprimere e manifestare il nostro desiderio di pace rappresenta un servizio bello e significativo, ed è insieme un gesto di "buona politica" e di carità. È la risposta che i bambini e i ragazzi danno nel loro piccolo all'invito del

papa, impegnandosi a realizzare con le loro potenzialità "qualcosa di buono", per diventare autentici discepoli e missionari.

Nella loro azione in favore della pace riconoscono Gesù che li incoraggia a non aver paura, perché con Lui vicino nulla è impossibile.

Un' iniziativa di carità

Il "Mese della Pace" da sempre rappresenta il cuore dell'Iniziativa di Carità nel percorso formativo dell'ACR; una traduzione concreta in cui sostenere il protagonismo e la partecipazione attiva di tanti bambini e ragazzi, attraverso iniziative di prossimità sul territorio che abitano.

Il Mese della Pace rappresenta dunque il tempo della responsabilità, mettendo in campo l'impegno ad andare oltre la nostra quotidianità, superando l'indifferenza che spesso preclude qualsiasi tipo di relazione. "L'indifferenza è una delle piaghe del nostro tempo ed è una delle cause principali della mancanza di pace nel mondo" (Papa Francesco). Al contrario, per favorire e coltivare la pace bisogna imparare a cogliere la dimensione dell'incontro con l'altro: ciò significa conoscere la sua storia, le sue necessità, il dono che può essere per ognuno di noi.

Abbiamo riso per una cosa seria

Quest'anno come Azione Cattolica abbiamo scelto di dedicare la Festa della Pace proprio ad un progetto che mette al centro il valore del cibo e la dignità delle persone, dei lavoratori che impiegano i propri sforzi per produrlo, soprattutto in paesi nei quali le condizioni economiche e sociali sono più difficili. L'iniziativa di Pace, a cui sono chiamati a collaborare tutti i ragazzi a partire dalla Festa, sarà dedicata ad un alimento molto speciale: il riso, un ingrediente capace di unire un vastissimo numero di culture. Attualmente rappresenta la principale risorsa alimentare dell'umanità.

Per i gruppi di I.C.

L'Azione Cattolica sceglie di stare nella Chiesa e con la Chiesa, proponendosi come occasione e strumento di dialogo con la comunità ecclesiale e civile. Per questo il Mese e la Festa della Pace sono da sempre un'occasione preziosa per tutti i gruppi di catechismo (non

solo ACR) per fare un'esperienza di Chiesa e sentirsi parte attiva della nostra Diocesi di Parma.

L'ACR non è semplicemente un metodo, è un'esperienza formativa fatta di determinate scelte, tra cui la dimensione esperienziale, nella quale la realtà dei ragazzi entra a contatto diretto con il cammino della Chiesa e la Parola di Dio. Aderire al percorso formativo significa ispirarsi al suo stile, condividendone i principi che stanno alla base della scelta esperienziale della proposta dell'ACR, attraverso le attività che i ragazzi vivranno nel Mese della Pace. Tutto questo favorirà la loro partecipazione attiva dei nostri ragazzi alla Festa della Pace per sostenerli nella vita a diventare testimoni di pace.

Buon cammino!

A cura dell'Equipe Diocesana Acr
Parma, 13 Dicembre 2018

Info: Marco 348.1717260; tibe92@gmail.com
Marta 348.8724639; martacatta@hotmail.it

Materiali e aggiornamenti: www.montagnadipace.altervista.org

LA PACE È SERVITA

3 febbraio 2019

Istituto "La Salle" v. A. Berzioli 22

Appunti per la Festa della Pace

Occorrente per la Festa:

Alle parrocchie sono richiesti tre compiti:

- 1) **La festa verrà allestita come un grande ristorante** al quale tutte **le parrocchie partecipano portando la loro tavola/tovaglia** imbandita in cui "è servita la pace" (la tavola può anche essere di cartone, l'importante è stia in piedi, se è una tovaglia si potranno utilizzare i banchi di scuola come appoggio). Ogni gruppo parrocchiale può personalizzarsi come meglio crede (travestendosi da chef o anche con uno stile più sobrio).
- 2) Ad **ogni ragazzo** chiediamo di portare alla festa **un kg di riso**. Durante la Festa ci sarà spazio per personalizzarlo attraverso un'etichetta. Poi ognuno si impegnerà a rivenderlo dopo la Festa al doppio del prezzo. Con il ricavato della vendita dei kg di riso sosterranno il progetto di pace 2019.
- 3) Un bel segno di festa e condivisione può essere che ogni gruppo prepara **una torta** che possa **offrire agli altri gruppi** della festa (scrivere gli ingredienti per evitare allergie)

Note:

- è importante per l'equipe diocesana che organizza la festa ricevere in anticipo adesioni/bisogni/ richieste/collaborazioni da parte delle parrocchie e dei gruppi.

PER IL 27 GENNAIO OCCORRE UNA CIFRA INDICATIVA DEI PARTECIPANTI

- il materiale prodotto dovrebbe essere a impatto ecologico basso, con materiale riciclato o povero, per educare a un rispetto concreto delle risorse a disposizione.
- sabato 2 febbraio allestiremo la Festa: ci sarà di grande aiuto la vostra disponibilità a darci una mano (o più!).

Programma di massima della Festa

- 09.00 Accoglienza e registrazione gruppi
- 09.45 Momento di preghiera e animazione
- 10.30 Attività del mattino:
Abbiamo riso... per una cosa seria
- 12.00 Gesto pubblico
(l'impegno a vendere il riso)
- 12.30 Pranzo al sacco
- 13.30 Giochi a tema
14.15 Incontro per gli adulti
- 15.30 S. Messa presieduta
dal nostro Vescovo
- 16.30 Conclusione

Per la fase di accoglienza

All'entrata della scuola saranno presenti gli "stuart" dell'ACR (gli educatori collaboratori della festa) che guideranno i gruppi alla segreteria e li aiuteranno nella sistemazione degli affetti personali. Gli educatori che accompagnano i ragazzi sono invitati all'arrivo a fornire in segreteria il numero preciso dei ragazzi loro affidati, divisi elementari e medie, e a raccogliere prima (e non sul momento) la quota di partecipazione da versare, in modo da agevolare l'ingresso dei ragazzi alla Festa e la successiva divisione in gruppi.

Venire con abbigliamento e calzature idonee!

Canta la festa

L'Acr è fatta anche di bans e inni che vengono scritti ogni anno.

Vi invitiamo a guardarli e provarli. Li troverete sul sito nazionale www.acr.azionecattolica.it (ci sono i testi, le musiche e i video con gesti); l'inno della festa sarà "Ci prendo gusto" (visibile su youtube); ecco alcuni dei bans che proporremo: Eo Ti Eo, Una tavola più grande, Siamo in onda, CIRCONDati di GIOIA...

Proposte per il cammino

DA SAPERE:

Nel sussidio troverete varie proposte, sono divise per fasce d'età ma si può liberamente pescare quelle che si ritengono più adatte al nostro gruppo e ci ispirano di più.

Il percorso prevede il classico schema **IN 3 FASI:**

- **Studio:** i ragazzi imparano a conoscere cosa è essenziale nella vita e per un mondo di pace attraverso la studio delle "fami" del territorio o l'analisi dei loro "consumi/acquisti"
- **Animazione:** i ragazzi si attivano verso un bisogno del territorio o per promuovere un consumo consapevole e solidale
- **Servizio:** i ragazzi si impegnano a favore dell'iniziativa nazionale attraverso la vendita del riso

Nella programmazione è importante tenere presente cosa occorre per la Festa, in modo da poter gestire al meglio i tempi e riuscire a preparare i materiali necessari per la buona riuscita della Festa.

Le 3 fasi non necessariamente devono essere tutte fatte a gennaio, anzi è bene che il progetto prosegua nei mesi successivi, magari vivendo la fase di servizio dopo la festa.

Iniziativa di carità nazionale:

Abbiamo riso per una cosa seria

Idea di fondo

L'iniziativa di pace 2019 invita riflettere sulla libertà, la dignità e l'autonomia personale ed economica come vie verso la costruzione della pace.

Caratteristiche del progetto

▲ Con chi?

FOCSIV è la Federazione degli Organismi Cristiani Servizio Internazionale Volontario, oggi ne fanno parte 82 Organizzazioni che operano in oltre 80 paesi del mondo e presenti in diverse città italiane. Sono 25.000 i volontari internazionali FOCSIV e dei suoi Soci adoperati, con il proprio lavoro professionale, per le popolazioni più povere. Un impegno concreto e di lungo periodo che si è tradotto anche in progetti di sviluppo per il diritto di rimanere nella propria terra senza dover emigrare.

▲ Per cosa?

"Abbiamo riso per una cosa seria" è la campagna di raccolta fondi e di sensibilizzazione promossa da FOCSIV, a cui partecipano la gran parte degli organismi cristiani di volontariato internazionale aderenti alla Federazione (41 soci nell'edizione del 2017), a cui si affiancano Coldiretti e la Fondazione Campagna Amica ed è patrocinata dal Ministero delle politiche agricole, alimentari e forestali. La specificità della Campagna FOCSIV è quella di unire tante realtà dove operano gli organismi, grazie all'impegno dei tanti volontari italiani e locali, con interventi specifici e differenziati a seconda delle esigenze delle diverse aree, territori e comunità, per il raggiungimento di un unico obiettivo: promuovere l'agricoltura familiare in Italia e nei Paesi del Sud del mondo come modello sostenibile, più equo e più giusto di democrazia alimentare.

▲ Che cos'è l'agricoltura familiare?

L'agricoltura familiare mette al centro le famiglie, in particolare le donne e i giovani, protagoniste dello sviluppo territoriale sia in Italia che nei Paesi del Sud del mondo, restituendo alle comunità il diritto di produrre gli alimenti necessari al loro sostentamento attraverso un modello di produzione legato alla tradizione dei territori e in grado di apportare un miglioramento della qualità della vita. Nell'agricoltura familiare l'apporto qualificato e peculiare dei piccoli produttori dipende proprio dall'essere costituiti in famiglia, dall'essere fondati sulla logica della gratuità e del dono, sulla vocazione ad abitare la terra, con uno spirito di rispetto, di custodia e di sviluppo del creato per tutti, generazione dopo generazione.

L'Agricoltura familiare rappresenta la risposta più sostenibile ed efficace alla fame e alla malnutrizione di intere comunità coniugando diritto al cibo e dignità dell'uomo. (focsiv.it)

▲ Come sostenere il progetto?

Il nostro impegno in questo mese della Pace è a sostegno di tutte le attività promosse da FOCSIV. La Campagna "Abbiamo RISO per una cosa seria" ha l'obiettivo di promuovere l'agricoltura familiare in Italia e nel mondo in un'ottica di ecologia integrale e di sviluppo sostenibile, puntando sull'alleanza globale tra gli agricoltori italiani e quelli del Sud del mondo.

PER I GRUPPI DI IC

Incontro "zero"

Obiettivo: introdurre i ragazzi nel linguaggio ACR attraverso la presentazione dell'ambientazione dell'anno (la cucina) e la conoscenza degli inni per non trovarsi "disorientati" alla Festa.

Attività:

Fa ascoltare l'inno e presenta la locandina dell'anno (chiedila in sede o scaricala da internet inserendo in google: *locandina acr 2018-2019*): fai parlare l'immagine e i simboli contenuti in essa (può esserti utile leggere le slide 9-15 della presentazione dell'anno che trovi sempre sul sito nazionale ACR nel link "Ci prendo gusto!" e alle pagine dedicate al "Il cammino dell'anno" delle varie Guide) per introdurre i ragazzi nell'ambientazione della cucina, luogo dei gesti d'amore e di condivisione.

Se c'è tempo si possono imparare gli altri inni e bans dell'ACR.



STUDIO

I bambini si mettono in ascolto dei bisogni degli altri, imparando a riconoscere ciò che è essenziale nella loro vita.

LA DISPENSA VUOTA

Il gruppo incontra il sacerdote o alcuni volontari che si occupano di aiutare gli abitanti del quartiere che vivono in situazioni di difficoltà. Questi si presentano ai bambini e raccontano loro una serie di storie, ciascuna delle quali ha come protagonista un personaggio con

- nome di fantasia, che denunciano particolari situazioni
- di degrado, povertà e abbandono.

Il volontario chiede ai bambini come si sentono quando hanno fame. Nervosi? Doloranti? Arrabbiati? Tristi? C'è qualcuno che pensa a loro? E chi pensa a questi poveri? Dopo aver ascoltato le storie, i bambini ricevono alcuni post-it di colore diverso, uno per ciascuna storia. Di cosa ha bisogno il personaggio di questa storia? I bambini individuano il necessario che manca al personaggio e lo appuntano sul post-it corrispondente, come se fosse una lista della spesa. Le risposte possono riguardare beni materiali, che è possibile acquistare nei supermercati, ma anche beni di altra natura, come affetto, una persona con cui parlare, un po' di coraggio ...

Per i bambini che non sanno ancora scrivere bene, la lista della spesa viene preparata insieme agli educatori e i piccoli suggeriscono le cose necessarie.

Dopo aver individuato tutti i bisogni e averli trascritti sui post-it, i bambini attaccano le diverse "liste della spesa" su un muro della stanza. È uso comune, infatti, scrivere ciò che manca nella dispensa e posizionarlo in un punto visibile, perché non sia dimenticato.



ANIMAZIONE

I bambini chiedono alla comunità di ascoltare i bisogni essenziali da loro scoperti.

RIEMPIAMO LA DISPENSA?

Dopo aver individuato i bisogni di coloro ai quali manca l'essenziale bambini si chiedono in che modo possano aiutare queste persone. Scoprono che anche loro possono fare qualcosa di concreto. Il gruppo sceglie un angolo adatto della sala o una stanza della parrocchia e, con vecchie scatole di scarpe o cartoni da imballaggio, crea delle mensole per la "Dispensa dell'Acr" decorandola in modo da renderla bella e accogliente. I bambini riprendono la lista della spesa che hanno preparato nell'incontro precedente e scelgono gli alimenti che ognuno di loro si impegna a portare per riempire la dispensa, coinvolgendo i genitori. Sarebbe bello proporre ai bambini di rinunciare a qualcosa che a loro piace, come una merendina, e portarla nella dispensa per condividerla con chi è meno fortunato.

Per coinvolgere anche la comunità nel loro progetto, scrivono un invito che consegnano dopo la celebrazione domenicale, in cui chiedono aiuto per riempire la "Dispensa dell'Acr". Grazie a questo progetto i bambini aiutano la comunità a capire a chi manca l'essenziale e a realizzare uno spazio per la carità in parrocchia, scoprendosi loro stessi importanti anche se "piccoli":



SERVIZIO

I bambini si impegnano insieme alla comunità a donarsi a chi ne ha bisogno.

LA SPESA BUONA

Dopo aver aiutato la comunità a guardare i più bisognosi, i bambini si impegnano a condividere quanto raccolto nella "Dispensa dell'Acr". Osservano cosa è stato raccolto e si chiedono se sia stato

difficile rinunciare a qualcosa per aiutare gli altri: si riuniscono le risposte del gruppo in un cartellone, in modo da osservare che non è sempre facile privarsi di qualcosa, ma anche che è possibile. Capiscono che se ci sono riusciti una volta, possono farlo anche più spesso: una buona azione non si esaurisce in un giorno, ma continua nella responsabilità. Preparano dei pacchi e li portano alla persona che hanno incontrato nell'attività di Studio e ha raccontato loro i bisogni del territorio, perché possa portarli a queste persone di cui hanno ascoltato le storie.

A questo punto viene chiesto ai bambini che cosa hanno provato nel consegnare questi pacchi e aggiungono queste emozioni al cartellone che avevano compilato in precedenza.

A conclusione di questo percorso del Mese della Pace, i bambini capiscono che pensare a chi ha bisogno è un compito alla portata di tutti, grandi e piccoli.

9-11



STUDIO

I ragazzi analizzano le loro abitudini alimentari e si rendono conto che non tutto ciò che mettono nel carrello della spesa è necessario.

COSA METTO NEL CARRELLO?

Il luogo dell'incontro viene allestito come un vero e proprio minimarket: banconi e mensole su cui viene esposta la merce alimentare suddivisa per settori (verdura, carne, pesce, surgelati, biscotti, bibite), cartellini con i prezzi, offerte pubblicitarie ecc.

I ragazzi sono invitati a fare la spesa per una settimana, avendo a disposizione un carrello e un budget di 50 euro per 2 persone. Girando per la stanza devono scegliere quali prodotti comprare tra quelli disponibili e li inseriscono nella propria lista della spesa; il carrello viene liberamente riempito a seconda dei gusti, delle abitudini e delle preferenze alimentari di ognuno. Al termine di questa spesa si chiede ai ragazzi:

- Come hai riempito il tuo carrello?
- Cosa ti piace così tanto da non poterne fare a meno?

In un secondo momento ai ragazzi viene chiesto di ripetere l'operazione della spesa per una settimana con un budget di 5 euro. A questo punto ognuno è chiamato a rivedere ciò che ha inserito in precedenza nel carrello. Ogni ragazzo può decidere di mantenere ciò che considera essenziale ed eliminare il superfluo, fino al raggiungimento del nuovo budget previsto.

Al termine dell'attività, i ragazzi analizzano i due diversi carrelli e riflettono sulle motivazioni che hanno orientato le loro scelte e i loro acquisti. Possono risultare utili per la riflessione queste domande:

- Cosa è cambiato?
- C'è qualcosa che hai comprato che non è necessario?
- C'è qualcosa di cui puoi fare a meno?
- Quale tra i prodotti scelti ti nutre davvero?

I ragazzi riconoscono che sono diversi i criteri che influenzano le loro scelte: non sempre ciò che si sceglie è davvero indispensabile e nutre la vita.

(I materiali per questa attività sono disponibili sul sito acr.azionecattolica.it nella sezione Il cammino dell'anno).



ANIMAZIONE

I ragazzi si spendono affinché all'altro non manchi l'essenziale e stilano un decalogo del consumo consapevole.

MI SPENDO PER TE

I ragazzi incontrano alcune persone chiamate a fare la spesa per chi è bisognoso: ad esempio, un volontario della Caritas parrocchiale, un operatore di un centro accoglienza ecc.

Presentano all'ospite i loro carrelli della spesa e gli chiedono di raccontare la sua esperienza a partire da una lista della "spesa-tipo" che utilizza per garantire un pasto a chi ne ha bisogno. Nel caso in cui si incontrasse un operatore della Caritas parrocchiale o di altre associazioni di volontariato della carità, sarebbe bello che il gruppo Acr venisse accolto nella dispensa messa in opera dalla realtà e venissero mostrati concretamente i prodotti essenziali per il nutrimento.

È importante che nel confronto tra il carrello della spesa dei ragazzi e quello del testimone emerga soprattutto il fatto che è stato utilizzato un criterio diverso. Alla luce di quanto ascoltato e con l'aiuto della persona invitata, i ragazzi stilano un decalogo del consumo consapevole - sotto forma di volantino - per suggerire anche ad altri qualche piccolo gesto quotidiano da assumere quando si fa la spesa tra le mura domestiche per evitare gli sprechi.

(I materiali per questa attività sono disponibili sul sito <http://acr.azionecattolica.it/> nella sezione *Il cammino dell'anno*).



SERVIZIO

I ragazzi si impegnano concretamente a sensibilizzare il loro territorio e adottano uno stile responsabile che non alimenti la cultura dello spreco.

UNA DISPENSA PER TUTTI

I ragazzi si impegnano concretamente a condividere con gli altri e a mettere in pratica il decalogo di consigli utili da seguire per dare valore al cibo.

Decidono allora di diffondere il decalogo del consumo consapevole realizzato durante il precedente incontro, distribuendolo alla comunità. Alla luce di quanto scoperto, scelgono di assumere un impegno concreto, individuando uno o più prodotti essenziali e nutrienti presenti nella dispensa della cucina di famiglia da donare alla realtà conosciuta nell'attività precedente. Se possibile, si può prevedere un momento d'incontro con queste persone per dare l'opportunità ai ragazzi di consegnare personalmente la spesa che desiderano donare.

12-14 PISTA A E B

IDEA DI FONDO

I ragazzi scoprono quali sono i cibi davvero necessari per un autentico benessere e riconoscono intorno a loro i segni dello spreco e della fame. Comprendono che, a partire dalle piccole scelte quotidiane, possono contribuire anche loro a innescare dinamiche di giustizia, generatrici di pace.



SULLE TRACCE DEI RAGAZZI

COSA METTO NEL CARRELLO?

All'inizio del Mese della Pace i ragazzi sono chiamati a distinguere cosa è superfluo da ciò che è necessario, partendo dalla propria vita. Nella loro città, a scuola e in famiglia, cominciano a riconoscere i molti segni dello spreco e della fame e, attraverso l'esperienza diretta, sperimentano la responsabilità di "riempire il carrello": facendo attenzione ad acquistare i prodotti realmente essenziali e nutrienti.



STOP

Quando ho fame cosa metto in pancia? I ragazzi sono portati a riflettere sui propri comportamenti di acquisto e consumo alimentare, mettendoli a confronto con le abitudini di

altre famiglie del mondo. Tante sono le occasioni in cui il cibo viene buttato via, perché la tentazione di avere più prodotti a poco prezzo fa riempire il frigorifero ma, spesso, anche la spazzatura. Imparando a "riempire il carrello" in modo intelligente ed equilibrato, ciascuno nel suo piccolo può contribuire a ridurre gli sprechi.



I ragazzi entrano nella sala dell'incontro, allestita come un minimarket. Suddivisi in piccoli gruppi, **ricevono un budget economico, volantini di diversi supermercati della città e compilano una lista della spesa per la settimana. Riempito il "carrello" sulla base dei loro gusti, necessità e priorità, si presentano in cassa per pagare il conto.**

Ogni gruppo è invitato a motivare ai compagni la propria spesa, mettendo in evidenza le tipologie di alimenti acquistati, i criteri adottati per la scelta dei prodotti e le difficoltà riscontrate.

Per stimolare il confronto, si suggerisce:

- La proiezione di alcuni scatti della mostra fotografica "*Hungry planet: What the World Eats*" di P. Menzel e F. D'Aluisio, che ritrae diverse famiglie nel mondo all'interno delle loro cucine, con il cibo necessario al loro sostentamento settimanale.
- La distribuzione di una tabella nutrizionale con la classificazione degli alimenti base e il loro apporto nutrizionale, come quella che segue.



A questo punto, osservando le immagini, avendo tra le mani la tabella informativa sulla classificazione degli alimenti e avendo analizzato con i genitori cosa c'è nella dispensa e nel frigorifero di casa, ciascun ragazzo si concentra sul proprio stile alimentare e risponde a queste domande:

IO E IL CIBO: UN RAPPORTO DI...			
DOMANDA	A	B	C
1. Mi siederei a una delle tavole "Hungry planet"?	<i>Sì, perché...</i>	<i>Probabilmente, perché...</i>	<i>No, perché...</i>
2. Ho notato nelle immagini gli stessi alimenti e cibi che consumiamo in famiglia?	<i>Sì, cioè...</i>	<i>Mi sembra di aver riconosciuto...</i>	<i>No, perché...</i>
3. Mi è necessario tutto ciò che mangio, chiedo di acquistare ai miei genitori o io stesso compro?	<i>Sì, perché...</i>	<i>A volte, perché...</i>	<i>No, perché...</i>
4. Quanti alimenti finiscono nella spazzatura, prima che nella mia pancia?	<i>Pochi, perché...</i>	<i>Qualcuno, soprattutto quando...</i>	<i>Molti, perché...</i>
5. I cibi che mangio hanno un giusto apporto nutrizionale?	<i>Non sempre, perché...</i>	<i>Spesso sì, perché...</i>	<i>Sempre, perché...</i>

Dopo aver risposto alle domande, i ragazzi si confrontano e, in base all'analisi delle risposte fornite, scoprono le tendenze e le diverse inclinazioni del loro rapporto con il cibo.

RISPOSTE PREVALENTI - A *Io e il cibo abbiamo un rapporto di... amore profondo!*

Apprezzo la buona cucina, mi piace gustare e sperimentare anche piatti di altre culture, ma talvolta esagero nel buttare giù tutto, anche il cibo "spazzatura"; non spreco, ma conservo il cibo in più nel mio corpo che non ringrazia.

RISPOSTE PREVALENTI – B *Io e il cibo abbiamo un rapporto di... amore equilibrato!*

Mi piace mangiare, ma cerco di mantenermi, provando ad avere un giusto equilibrio tra cibi che fanno bene alla mia salute e quelli consolatori, che gratificano più il mio umore e la gola che l'appetito.

RISPOSTE PREVALENTI – C *Io e il cibo abbiamo un rapporto di... amore al limite!*

Pur piacendomi molti cibi, cerco di evitare tutto ciò che mi fa male, non voglio perdere la forma fisica. Le rinunce non sono semplici e, talvolta, vorrei cedere alla tentazione, ma è più forte la mia volontà di non ingrassare, al massimo potrei dimagrire.



SUGGERIMENTI PER L'EDUCATORE

- Presta attenzione ad allestire con **cura la sala dell'incontro creando una sorta di minimarket.**
- Per avere una visione d'insieme del confronto, potresti realizzare un **grafico degli acquisti**, così da stimare le tendenze del gruppo (ad esempio, cibi: frutta, verdura, carne, pesce, bevande ecc.; motivo della scelta: energia, gusto ecc.).
- **Nella condivisione fai in modo che i ragazzi prendano maggiore consapevolezza di se stessi**, senza fornire opinioni personali di valore, giudizio o controllo sul loro rapporto con il cibo. Nel caso dovesse emergere qualche particolare realtà di disagio, gestisci la situazione con discrezione, non da solo.

Per saperne di più

Gli scatti della mostra "Hungry planet: What the World Eats", sono disponibili al link <https://www.focusjunior.it/ricette/che-cosa-mangia-il-mondo-viaggio-attraverso-il-cibo/>



IN ASCOLTO DELLA PAROLA

NON SI BUTTA VIA NIENTE

«Giustizia e pace si baceranno» (Sa/84,11), ecco come si prepara la pace e si costruisce la giustizia. **I ragazzi in questa fase comprendono che anche le loro scelte possono creare ingiustizie o contribuire a ristabilire gli equilibri del mondo.**

(Materiale disponibile sul sito www.acr.azionecattolica.it nella sezione *Il cammino dell'anno*).



STOP

La bilancia del mondo sembra non conoscere pace. Per via dello spreco alimentare, la disparità sociale tra chi consuma in modo sconsiderato e chi, invece, non ha nulla da mangiare appare sempre più marcata, al punto che, secondo i dati, nel giro di un anno, solo nel nostro paese si spreca tanto cibo quanto potrebbe soddisfare il fabbisogno alimentare di tre quarti della popolazione italiana. Dopo aver riflettuto, nell'incontro precedente, sulle proprie abitudini e stili alimentari, **i ragazzi prendono consapevolezza di questa situazione d'emergenza**, confrontandosi con alcuni documenti che riportano dati allarmanti in merito allo spreco alimentare.



GO

Ai ragazzi viene affidata la lettura di alcuni articoli di importanti testate giornalistiche e un estratto della *Laudato si'* di papa Francesco. Divisi in piccoli gruppi, i ragazzi si soffermano ad analizzare uno tra i temi proposti, evidenziano le informazioni raccolte e individuano cause ed effetti.

CAUSE	Motivazioni storiche, politiche ed economiche.
EFFETTI	Conseguenze che derivano dalle scelte degli Stati e dei cittadini.
ANALISI	Prova ad argomentare la tesi che il tuo gruppo sostiene in favore della pace.

La riflessione prende il via dalle loro sensazioni e considerazioni "a caldo"; cercando di far emergere i rimedi, tra cui quello di risvegliare la responsabilità delle persone, perché si impegnino a promuovere - attraverso iniziative di scambio, riciclo e idee innovative - un consumo attento e critico, che è un atto di responsabilità verso se stessi, gli altri e l'ambiente.

Per offrire ai ragazzi un'occasione di crescita, s'invitano **testimoni direttamente impegnati all'interno di cooperative equo-solidali, associazioni o gruppi che si occupano di provvedere alla raccolta e distribuzione degli alimenti** (Caritas italiana, Banco alimentare ecc.), che li mettono a conoscenza delle realtà e iniziative "antispreco" con lo scopo di evitare, in modo molto rapido ed efficace, un consumo irresponsabile del cibo (tra le esperienze: *Breeding app*, *My Foody*, *Scambiacibo*, *Tesori...* nei rifiuti, *Frigoriferi di quartiere* ecc.).

Sull'esempio dei testimoni, i ragazzi scelgono di cambiare prospettiva e, attraverso rinunce personali o facendosi promotori di iniziative di auto-finanziamento parrocchiali, **si impegnano a creare un "salvadanaio della solidarietà" da spendere per i poveri vicini e lontani che a tavola non possono stare.**



SUGGERIMENTI PER L'EDUCATORE

- Cerca di rendere interattivo l'incontro, invitando i ragazzi a cercare e scaricare delle App "antispreco" sul proprio smartphone (*Bring!* Lista della spesa, *FrigOK*, *Too Good to Go* ecc.).
- Per concludere l'incontro, si suggerisce la visione del video "Alimentazione: difendiamo la nostra salute" di B. Bozzetto: <http://www.raiscuola.rai.it/articoli/alimentazione-difendiamo-la-nostra-salute/6646/default.aspx>
- Suscita nei ragazzi la formazione di uno spirito critico sulle disuguaglianze economiche presenti nel mondo.



PER DIVENTARE ESPERIENZA E IMPEGNO

MI SPENDO PER TE

I ragazzi si mettono in gioco diffondendo sul territorio in cui vivono l'importanza di un consumo critico e consapevole, basato sui criteri di ciò che è sano, economico ed ecologico. Avvicinandosi, attraverso il servizio della Caritas e altre cooperative solidali, alle realtà delle mense presenti nella propria città, si rendono conto di quali siano le necessità primarie che garantiscono un giusto nutrimento, e **si fanno promotori di una prossimità missionaria basata su scelte semplici e alla portata di tutti.**



STOP

Per i ragazzi è giunto il momento di raccogliere i frutti del proprio impegno settimanale e di trasformare le "belle parole" dette e ascoltate in gesti concreti di solidarietà verso il prossimo.



GO

Suddivisi in piccole squadre, **i ragazzi si recano a fare la spesa nel supermercato di quartiere per farne dono.** Tenendo conto del budget a disposizione, attinto dal "salvadanaio della solidarietà"; si confrontano e scelgono i prodotti da acquistare, **prestando particolare attenzione alla data di scadenza e alle informazioni riportate sulle etichette di ogni confezione:** è fondamentale non solo scegliere alimenti a lunga conservazione e convenienti alla luce del rapporto qualità/prezzo, ma anche badare all'elenco degli ingredienti, principi nutrizionali, luogo di provenienza.

Essere un "buon consumatore" comporta la responsabilità, la pazienza e la cura di individuare e privilegiare i prodotti più genuini ed ecosostenibili: i ragazzi non solo scoprono l'importanza di "riempire il carrello" in modo equilibrato, ma hanno anche la possibilità di impegnarsi attivamente a favore del prossimo, diventando veri protagonisti di una piccola missione di pace e solidarietà:

- **11-12 anni:** mettono a disposizione la spesa per la Caritas e in una domenica di gennaio raccolgono viveri in tutto il quartiere, per aumentare le scorte da donare nel freddo inverno;
- **14enni:** guidati dagli adulti, scelgono come servire, portando personalmente le provviste nei luoghi della città in cui vengono allestite le mense, oppure distribuendo alimenti e bevande calde ai poveri del quartiere. Non è difficile trovarli, perché tutti sanno dove abitano.

Non c'è cosa più bella che "spendersi" per gli altri, guardarli negli occhi, per «far sentire loro il calore dell'amore, che spezza il cerchio della solitudine», perché **«la loro mano tesa verso di noi è anche un invito ad uscire dalle nostre certezze e comodità, e a riconoscere il valore che la povertà in se stessa costituisce»** (FRANCESCO).



SUGGERIMENTI PER L'EDUCATORE

- In questa iniziativa prova a coinvolgere l'intero quartiere, istituzioni e associazioni presenti, perché la spesa diventi un dono per la mensa dei poveri, per la Caritas parrocchiale o cittadina;
- Perché non condividere con le famiglie l'esperienza della spesa e della distribuzione dei viveri, così da estendere l'esperienza di uno stile consapevole anche ad altri genitori della comunità? (Vedi *In Famiglia*, Seconda fase, Tempo della Casa, 12/14).

Per saperne di più

- Si consiglia la lettura del messaggio che papa Francesco ha scritto in occasione della Prima Giornata Mondiale dei Poveri: «Non amiamo a parole, ma con i fatti», 19 novembre 2017.
- Si suggerisce di leggere e far riferimento alle proposte riportate negli *Emendamenti del Documento Assemblare dei ragazzi*, 28 aprile-t o maggio 2017.

SUSSIDIO NAZIONALE

Trovi altri approfondimenti e proposte di percorso per i ragazzi sul Sussidio nazionale per il Mese della Pace, soprattutto alle pp. 31-36.

Lo puoi trovare al link: <http://acr.azionecattolica.it/pace/la-pace-e-servita>

Aggiornamenti su:

www.montagnadipace.altervista.org.

Tra cui

Il cinema che costruisce la pace:

La visione e poi l'analisi del film d'animazione "La gang del Bosco" può portarci a comprendere cosa vuol dire l'espressione "Abbastanza non è mai abbastanza" per poi lavorare con spirito critico sui nostri consumi e il nostro rapporto col cibo.