



festa
diocesana
unitaria

All inclusive!

L'Ac per tutte le persone
tutta la persona

I giugno - Pomigliano d'Arco
dalle ore 15.30, parco pubblico "Giovanni Paolo II"

All inclusive! L'Ac per tutte le persone tutta la persona

Il “per tutti” è una delle formule che abbiamo sentito rivolgere spesso all'Ac da parte di papa Francesco. Ma si può esserlo davvero? O farlo significa dover scendere a compromessi e, quindi, la scelta è tra restare fedeli a chi si è o aprirsi agli altri?

Siamo convinti che l'Ac possa essere pienamente “per tutti” senza che ciò sminuisca il valore della sua proposta, anzi che porti a pieno compimento il nostro dovere missionario, che ci rende davvero popolari perché vogliamo portare a ogni persona la gioia dell'incontro con il Risorto.

Come ha detto il card. Matteo Maria Zuppi al convegno delle Presidenze diocesane del 2019

Il “per tutti” significa avere una forte e serena identità, essere una minoranza creativa, dove il creativo vuol dire pensarsi comunque per tutti, senza chiudersi mai, senza doversi sempre difendere, spesso senza saper distinguere più chi è il vero nemico. Inoltre, la scelta di papa Francesco è quella di parlare con tutti senza giustificarsi se si parla con uno che “non è dei nostri” e senza la paura di prendere chissà quali malattie. Anche questo atteggiamento non mi sembra nuovo; mi sembra di aver letto di “qualcuno” che si metteva a tavola con i pubblicani, suscitando le lamentele degli altri! Parlare con tutti, infatti, vuol dire parlare realmente con tutti, anche con quelli che non entrano nel nostro immaginario. L'ambizione, per certi versi, o la serena consapevolezza che siamo per tutti, ci restituisce il rapporto con gli altri, ci costringe a guardarli in maniera diversa e, quindi, a non creare filtri, a non scegliere prima, a non autolimitarci, a non usare degli itinerari sempre uguali, quelli più sicuri, come accade nella giungla, dove uno sa qual è il proprio sentiero e percorre sempre quello. Noi siamo “per tutti”! E ciò significa sapersi fermare con tutti, senza paura di prendere malattie o di contaminarsi. Così facendo ritroviamo mille motivi per ritornare ad essere attraenti, per avere nuove cose da sentire e da dire e, anche, da imparare.

Il “per tutti” rappresenta perciò la tensione continua verso chi ci attende fuori la saletta in cui facciamo la riunione settimanale, verso quelle persone che non riusciamo a raggiungere, ma anche verso chi è stato raggiunto da una proposta che ha percepito come importante e interessante, ma che non siamo riusciti a rendere pienamente significativa per la sua vita. Senza ansia da “numeri” (non ci interessano i numeri di per sé), ma con la voglia di incontrare ogni uomo e ogni donna per aiutarli a capire la parola di Bene presente nella loro vita.

“Per tutti” rappresenta anche l'impegno a essere sempre più inclusivi, facendo uno sforzo in più per rendere i nostri gruppi a misura di tutti, anche di chi ha fragilità specifiche. Durante il prossimo anno associativo vogliamo, infatti, impegnarci a continuare la riflessione avviata dal Consiglio diocesano nello scorso triennio e provare a sperimentare modalità affinché ogni persona si possa sentire accolta e pienamente corresponsabile dell'Azione cattolica.

Ma l'Ac non è solo per tutte le persone, ma anche per tutta la persona: è una proposta all inclusive perché guarda alla vita nella sua globalità, vogliamo accompagnare gli aderenti “a

All inclusive! L'Ac per **tutte le persone tutta la persona**

essere laici capaci di vivere in modo autentico e originale la propria esperienza cristiana nella storia e nel mondo” (Progetto formativo, cap. 5).

E' un progetto ambizioso che in realtà è solo un promemoria: è l'ordinarietà della proposta associativa che viviamo tutti i giorni e di cui dobbiamo solo prendere piena consapevolezza.

La festa unitaria, realizzata alla fine di un percorso di studio e riflessione sul tema dell'inclusione che ha visto impegnato il Consiglio diocesano negli anni precedenti, partiva da questi presupposti e ha provato a svilupparli attraverso una serie di stand fruibili liberamente per divertirsi e riflettere con il proprio gruppo parrocchiale e/o con gli amici delle altre parrocchie.

Gli stand sono stati pensati e raccolti in 4 tipologie diverse, identificate dal colore di riferimento:

L'AC è...: quelli indicati con il rosso sono gli stand che invitavano alla riflessione sul senso dell'Azione Cattolica

... inclusiva: quelli indicati con il blu sono gli stand legati ai temi dell'inclusione

... per tutti: quelli rosa sono gli stand legati al tema della missionarietà e della popolarità

... per tutta la persona: quelli arancione sono gli stand che invitavano a riflettere sulla globalità della proposta dell'Azione cattolica

Poiché non è nel nostro stile pensare per “eventi”, in precedenza era stato preparato del materiale per riflettere sul tema.

Su <https://www.azionecattolicanola.it/2024/05/all-inclusive-festa-unitaria-2024/> trovate la proposta per un consiglio parrocchiale (che faccia anche da consiglio di verifica e programmazione) e le proposte dei settori.

Di seguito riportiamo la descrizione degli stand realizzati e il materiale necessario per la loro realizzazione nella speranza che possano fornire un supporto utile e uno spunto per continuare la riflessione all'interno delle associazioni parrocchiali, magari organizzando una giornata di giochi/riflessioni sul tema.

STAND

1. CATCH AND RELEASE

L'Ac è relazione che come un filo rosso unisce tutte le nostre vite. Questo messaggio ne è la prova

Un messaggio lasciato in una bottiglia che viene poi affidata al mare. Un'immagine romantica, che sembra di altri tempi, ma che è portatrice di un senso profondo: i messaggi nella bottiglia li lascia chi ha speranza, chi sa che quelle parole raggiungeranno - prima o poi - qualcuno suscitando una reazione.

Chiediamo anche a voi di scrivere un "messaggio nella bottiglia" e di affidarlo al "mare" dei partecipanti alla festa! Scrivete quello che volete liberamente e attaccatelo alla parete. Prendete poi il messaggio che qualcun altro ha scritto prima di voi.

Uno scambio gratuito e alla pari (prendi un messaggio, lascia un messaggio!), che si autoalimenta trasmettendo parole di bene di persona in persona, dando il via ad una staffetta. E l'Ac è simile a questa staffetta di bene che si tramanda, un filo rosso che unisce tutte le nostre vite.

Materiali necessari:

- Alcune frasi già attaccate per fare in modo che anche i primi abbiano un messaggio da prendere
- Puntine o nastro per attaccare le frasi al pannello
- Cubo di foglietti
- Pennarelli e penne

2. ARMONIA DI COLORI

L'intreccio di vite trasforma e arricchisce

La nostra vita non è indifferente a quella degli altri: non siamo e non possiamo pensarci "soli" e isolati. E per quanto a volte l'intreccio della nostra vita con quella degli altri appaia come una complicazione a vite già complicate da sole, basterebbe provare guardare le cose sotto un'altra luce per capire quanta bellezza genera questo intreccio!

Traccia la sagoma delle mani di membri del tuo gruppo e poi colora solo le zone in cui le mani si sovrappongono: otterrai un affascinante ritratto di gruppo!

Tutto sta nel cambiare il nostro punto di vista e la prospettiva per capire che insieme agli altri la vita si arricchisce.

Materiali necessari:

- fogli A3 (Se il gruppo è grande)
- fogli A4 (gruppi più piccoli)
- Colori (pennarelli neri, tempere, pennelli)
- Scotch carta
- tavoli

3. E TI VENGO A CERCARE

Incontra l'altro, riscopri te stesso e... trova il tesoro

Chi trova un amico trova un tesoro. Può sembrare una banalità, ma noi siamo davvero convinti che sia così. Sei pronto per una caccia al tesoro speciale?

Raccogli la sfida, risolvi gli enigmi, non avere vergogna, incontra l'altro, riscopri te stesso e... trova il tesoro.

Con questa attività vogliamo provare a farci pienamente missionari, andando a cercare le persone, facendo attenzione a tutti quelli che il Signore pone accanto a noi.

Materiali necessari:

- schede per la caccia al tesoro (vedi allegato)

4. ATTIVIAMOCI

L' AC forma adulti, giovani e ragazzi ad essere cittadini attivi e responsabili, per costruire insieme un mondo che sia casa per tutti

Nell'ultimo mese, prendendo come spunto le domande: "Quale gesto concreto posso fare per salvaguardare l'ambiente nel mio piccolo? Faccio qualcosa di concreto per il mio paese?" I bambini e i ragazzi dell'Acr, coinvolgendo il settore giovani ed il settore adulti delle Ac parrocchiali, hanno realizzato un breve video, della durata massima di 30 secondi, mettendosi in gioco e in modo concreto mostrano le azioni che per loro contribuiscono alla salvaguardia dell'ambiente.

Materiali necessari:

- Corrente
- TV o PC per proiettare i video del contest
- Bustine di semi per intervista

5. MOSAICO

In AC sono sbocciate storie meravigliose, tessere di quel bel mosaico che è la nostra storia.

Se ti diciamo di pensare a qualcuno che si è formato in Ac, chi ti viene in mente?

Santi, beati, persone che non sono salite agli onori degli altari (almeno per ora!), ma che hanno fatto e fanno tanto bene.

Per ognuno di loro l'Azione cattolica ha rivestito un ruolo formativo importante, aiutandoli a capire cosa volessero "fare da grandi" e su quali valori fondare la loro vita.

MOSTRA Nella prima parte dello stand viene allestita una mostra di personaggi per i quali il percorso in AC si è reso determinante nel proprio processo di formazione, come nel raggiungimento dei loro traguardi, nella realizzazione dei propri sogni, nell'affermazione della propria identità, nella fruttificazione dei propri carismi. Ogni quadro presenterà un personaggio attraverso una foto, una citazione / una testimonianza, qualche cenno biografico.

➤ Personaggi 1. Clementino (cantante) 2. Veronica Mazza (attrice) 3. Davide Mazzanti (allenatore nazionale pallavolo femminile) 4. Sergio Mattarella (presidente della Repubblica) 5. Giulio Gianni (giovane compositore, autore dell'inno olimpadi invernali) 6. Tonino Bello 7. Valeria Frasca, Sofia Gentile, Elisa Palombo (tre giovanissime alfiere della Repubblica) 8. Michela Murgia 9. Monti Luisa (Pediatra, attivista in Croce Rossa, in missione in Iraq) 10. Domenica Visone 11. Tina Anselmi (Prima ministra donna per il Lavoro e le Politiche sociali) 12. Paolino Iorio 13. Rosario Livatino 14. Mimmo Beneventano (Medico) 15. Aldo Moro (Giurista, politico) 16. Gino Bartali (ciclista) 17. Rosa Velardo (Maestra) 18. Armida Barelli 19. Pier Giorgio Frassati 20. Willy Duarte Monteiro

L'ultimo riquadro sarà uno specchio. Sullo specchio verrà affissa la domanda "Oggi l'AC sta contribuendo allo sbocciare di quale storia?": il significato di questo ultimo riquadro sta nel fatto che ciascuno di noi, con la propria storia, è parte integrante di questo mosaico.

Anche per noi, oggi, l'AC può rappresentare il luogo in cui crescere e formarci come uomini e donne pienamente realizzate, capaci di discernere e inseguire un sogno, capaci di costruire il proprio futuro e, con esso, il futuro del mondo che ci circonda, un mondo più bello, più giusto, più accogliente.

MOSAICO DI SOGNI Alla fine del percorso si troverà un pannello vuoto, in alto sarà affissa la domanda "Quale sogno per la tua vita stai inseguendo, dopo averlo maturato in AC?". Su una tessera di carta ciascuno potrà rispondere alla domanda, per poi incollare al muro la propria tessera, congiunta alle altre. Ciò che verrà fuori sarà un grande mosaico colorato di sogni.

Materiali necessari:

- Mostra stampata in A2 (vedi allegato)

All inclusive! L'Ac per tutte le persone tutta la persona

- pannelli per l'affissione, uno specchio di cartone o che comunque non si rompa
- la domanda sullo specchio stampata
- un pannello vuoto
- la domanda sul pannello vuoto stampata
- ritagli di carta colorata per attività finale
- penne/pennarelli
- biadesivo

6. QUADRADO BASTAO

L'AC è un viaggio condiviso che dà forma alle nostre vite e ci accompagna per tutta la vita.

Siete pronti a mettere alla prova la vostra coordinazione?

Un quadrato, anche i muri lo sanno, ha quattro lati e quattro angoli. Ogni lato è fondamentale, altrimenti si rischia di trasformarsi in una figura geometrica diversa, e il quadrato non vuole perdere la sua identità!

E allora, prendete posto ai 4 angoli e mettetevi in gioco: fate volare i palloncini senza farli cadere e avanzate verso la meta. Perché l'AC è camminare insieme, un viaggio condiviso che dà forma alle nostre vite e ci accompagna per tutta la vita

Regole

I partecipanti formano 2 squadre composte da 4 elementi che si affronteranno in una gara di velocità e coordinazione. Impugnando 4 aste le squadre formano un quadrato. I membri della squadra aiutandosi con le aste devono palleggiare e spostarsi da un punto A ad un punto B di un percorso, facendo attenzione a non far cadere i 2 palloncini. Vince la squadra che per prima taglia il traguardo.

Materiali necessari:

- Palloncini colorati
- Bastoni/aste, almeno 8 pz
- Nastrino
- Carta gommata

7. MEMORY PLACES

αρμονία -αζ,η [armonia] è la bellezza che risuona quando le anime si incontrano nel luogo in cui vivono l'Azione cattolica"

L'Azione cattolica è luogo in cui nascono e si coltivano legami di vita vera e buona tra le persone. L'Ac non è una semplice aggregazione: associarsi parla di legami, di una rete di persone. Vogliamo accogliere tutti coloro che desiderano condividere un pezzo di cammino, nella storia della Chiesa di questo tempo, attraverso lo stile dell'Azione cattolica.

Ogni giocatore, al suo turno, gira due immagini: se trova due uguali le può tenere da parte e può girarne altre due, finché non sbaglia. Quando un giocatore sbaglia rimette sul tavolo la coppia sbagliata nella stessa posizione in cui l'ha trovata e passa il turno all'altro giocatore. Vince chi raccoglie più coppie.

Materiali necessari:

- 20 immagini (4 copie ad immagine) da stampare su un cartoncino/foglio A6 (vedi allegato)
- 2 cartelloni da 1x70cm
- immagine dei luoghi in formato piccolo da attaccare sul mega cartellone
- pennarelli

8. HULA OOOPLA'

Il cerchio che ci cambia la vita, che ci tiene uniti e ci fa riscoprire tutti fratelli, tutti parte di un'unica famiglia

Il gioco si svolgerà come un tradizionale gioco delle sedie ma, al posto delle sedie avremo gli hula hoops. verranno, quindi, disposti gli hula hoops a terra in modo da formare un cerchio e con dello scotch verrà creato un grande cerchio intorno delimitando l'area del gioco. Il numero di persone deve equivalere al numero di hula hoops più 1 (es. 10 hula hoop, 11 persone). Verrà avviata la musica e chiesto alle persone di girare intorno agli hula hoops, sempre nello stesso verso. Quando metteremo in pausa la musica, i partecipanti dovranno trovare rapidamente un hula hoop libero in cui entrare.

A differenza del gioco delle sedie però, chi non riesce ad entrare in un hula hoops non verrà eliminato, ma verrà solo tolto un hula hoops e di volta in volta le persone dovranno accorparsi (entrare negli hula hoops insieme ad altre persone in modo da non rimanere fuori). Il gioco continuerà finché non sarà più possibile accorparsi ad altri.

Per consentire anche alle persone in sedia a rotelle di giocare al posto degli hula hoop avremo tanti quadrati di cartone (incollati a terra con biadesivo o carta scotch) la modalità è la stessa ma consentirà alla rotelle di entrare nel quadrato e non spostare gli hula hop che impediscono alle rotelle di passarci su.

All inclusive! L'Ac per tutte le persone tutta la persona

(in caso di anziani) attenzione alla velocità! Non è tanto a chi fa prima ma a quante più persone alla fine riusciranno a stare in un unico cerchio, finché sarà impossibile e si renderanno conto di essere già in un unico cerchio che rappresenta l'AC.

Il senso del gioco: il senso del gioco verrà percepito alla fine; quando non sarà più possibile accorparsi le persone penseranno che saranno eliminate o verranno escluse dal gioco, ma non è così. Quando non sarà più possibile giocare si renderanno conto che, è vero che negli hula hoops non ci entrano più, ma saranno comunque TUTTI all'interno di un unico cerchio (lo scotch che delimita l'area di gioco).

Questo ci fa capire che in associazione NESSUNO viene mai escluso, nonostante le difficoltà e gli ostacoli che ci troviamo ad affrontare siamo e saremo sempre parte di un'unica grande famiglia che è pronta ad accoglierci.

Materiali necessari:

- hula hoop
- scotch carta per creare un cerchio
- cassa per la musica
- cartoni per fare i quadrati in alternativa agli hula hoop

9. SCATTARE IN META

Ogni passo è un scatto verso la realizzazione di sé, un'opportunità di crescita, un cammino verso la pienezza dell'anima

Quattro è un numero che ha molto a che fare con l'Ac. L'Azione Cattolica ha avuto tradizionalmente quattro pilastri o zampe: la Preghiera, la Formazione, il Sacrificio e l'Apostolato. E quattro sono anche le mete del progetto formativo: interiorità, fraternità, ecclesialità e responsabilità.

E quattro sono anche i posti liberi di questa sfida da vivere tutti insieme per formarsi a 360°

Il gioco è simile a quello dei 4 cantoni. Ci sono 4 cerchi disposti ai vertici di un quadrato dove si formeranno 4 file. Ogni cerchio rappresenta una delle mete del progetto formativo: interiorità, fraternità, ecclesialità e responsabilità. Il giocatore al centro del quadrato deve urlare il nome di uno dei 4 obiettivi e correre verso la postazione che vuole occupare mentre gli altri 4 giocatori dovranno scambiarsi di posto e impedire a chi sta al centro di prendere una postazione. Chi prende il posto in uno dei 4 cerchi, dà il cinque a chi lo segue nella fila e passa dietro, così da far spazio al prossimo giocatore nel round successivo. Chi non riesce ad occupare uno dei cerchi, resta al centro.

Materiali necessari:

- 5 hula hoop

10. METTI IN CAMPO LE EMOZIONI

"Senza emozioni il tempo è solo un orologio che fa TicTac." Dal film *Equilibrium*.

Istruzioni:

Dieci persone giocano contemporaneamente. Ad ogni persona è affidata un'emozione data dall'oggetto scelto. Questo oggetto deve essere del colore che caratterizza l'emozione.

- Gioia:** vestito/maglietta: giallo
- Disgusto** guanti e foulard: verde
- Tristezza:** fazzoletto e occhiali: blu
- Rabbia:** cravatta: rosso
- **Paura:** papillon:Lilla
- **Ansia:** arancione: valigia o zaino
- **Noia:** grigio: cellulare o cover, o cellulare stampato
- **Invidia:** verde acqua: binocolo, occhiali da sole
- Imbarazzo:** Camicia o felpa rosa
- * **Meraviglia:** arcobaleno: bracciale multicolore

Dopo aver scelto l'oggetto verrà girata la ruota e individuata una situazione da interpretare secondo il tipo di emozione.

(per i bambini) partecipano anche 5 per volta, gli viene consegnata una emoticon e vengono invitati ad imitarla, il più bravo vince (magari vincono tutti perché i bimbi sono tutti bravi e belli)

Paragrafo:

Sai che non si può vivere senza emozioni?

Le emozioni sono uno stato complesso di sentimenti, questi si traducono in cambiamenti fisici e psicologici che condizionano il nostro pensiero e il nostro comportamento; quindi influenzano le nostre scelte e di conseguenza la nostra vita.

Tutte le emozioni sono indispensabili, non si devono suddividere in positive e negative. Ad esempio: senza paura non ci fermeremo al semaforo rosso; senza rabbia non ci difenderemo dalle ingiustizie e dalle offese; senza la tristezza non riusciremo a elaborare i lutti e le perdite. È importante viverle.

Senso del gioco:

All inclusive significa per tutte le persone, per tutta la persona. L'associazione accompagna tutti anche in un percorso di consapevolezza e cura di sé stessi. Tutta la persona significa tutto quello che la attraversa. Le emozioni sono la nostra bussola interna, è importante proprio per questo saper riconoscere le proprie emozioni, saperle manifestare ma soprattutto viverle a pieno. Allenarci a riconoscerle e affrontarle ci fa stare meglio con noi stessi e ci permette di prenderci cura di noi e di chi abbiamo intorno.

Materiali necessari:

- stampa della ruota (vedi allegato)
- cartoni per fare la ruota

All inclusive! L'Ac per tutte le persone tutta la persona

- ferma campioni per le lancette
- situazione (vedi allegato)
- materiale delle emozioni di Inside out, Papillon viola (per paura), occhiali blu e fazzoletto (per tristezza), cravatta rossa (per rabbia), guanti e foulard verdi (per disgusto), vestito/maglietta gialla (per gioia), bracciale multicolore (per meraviglia)
- stampa di emoticon di tutti i tipi come su whatsapp (vedi allegato)

11. DOV'E' WALLY?

Il carisma dell'Ac è comunitario, si vive insieme, ma preservando l'attenzione per la persona nella singolarità della sua storia e del suo cammino: ci stanno davvero a cuore le persone che non diventano mai volti anonimi. Perché siamo un popolo, non una folla!

Maglietta a righe rosse e bianche, cappello di lana sormontato da un pompon, fisico allampanato e bastone da passeggio alla mano. Per essere uno difficile da individuare in mezzo a una folla, Wally ha un aspetto molto riconoscibile!

Riesci a trovarlo?

Materiali necessari:

- Stampe delle tavole (allegato)

12. 3 FOR TEAM

Il carisma dell'AC è associativo, ci si aiuta e si affrontano insieme tutte le difficoltà. Ognuno di noi è un tassello fondamentale della grande famiglia dell'Azione Cattolica.

Un team intraprendente, composto da tre membri, ognuno dei quali sarà privato rispettivamente di vista, udito e parola, dovrà cimentarsi in un percorso ad ostacoli, con l'obiettivo di portare a termine le sfide aiutandosi vicendevolmente. Riusciranno a completare il percorso?

Materiali necessari:

- Ostacoli vari per il percorso
- Bende
- Cuffie
- Scotch carta

13. IL GIARDINO DELLE DIVERSITA'

girasoli, tulipani, margherite, rose...
ma tutti siamo parte del giardino di Dio
Le nostre diversità diventano fonte di bellezza

Vale per i fiori, ma anche per altro.

Avete mai pensato a quanti tipi di pane esistano? Il cibo per eccellenza per tutti, ma non esiste nazione che non abbia il "suo" pane.

L'integrazione e tolleranza passa attraverso la conoscenza e l'accettazione delle diverse culture.

Siamo diversi, ma belli proprio per questo...come un campo di fiori o un cestino pieno di pane!

Allestimento stand

Ai lati dello stand saranno esposte stampe di vari parti del mondo e di diverse popolazioni, come segno della multietnicità.

Al centro dello stand sarà allestito un tavolo con vari oggetti dei paesi del mondo.

Attività

I pani del Mondo: lungo un tavolo, all'esterno dello stand saranno allestiti pani tipici di diverse nazionalità, le persone dovranno indovinare il Paese da cui proviene quel tipico pane.

Materiali necessari

- oggetti etnici
- pani

14. UNO, NESSUNO E ACMILA

Tanti volti, tante storie, un'unica famiglia. L'Ac: un abbraccio per tutti

Il gioco prevede la partecipazione contemporanea di tre coppie. I partecipanti pescano due carte, una che rappresenta il personaggio da imitare e l'altra l'evento da portare in scena. Inizia la scenetta, dopo un po' di tempo il responsabile dello stand introduce la carta imprevisto e i giocatori dovranno cercare di soddisfare la richiesta derivata dall'imprevisto. Esempio: mamma e bambino ad ora di pranzo che, come imprevisto, ricevono la chiamata della nonna che deve essere accompagnata in chiesa per recitare il rosario delle 18:00. Questa chiamata stravolge i piani della mamma lavoratrice ma alla fine dopo aver accompagnato la nonna in chiesa, attratta dalla preghiera resta anche lei in chiesa.

All inclusive! L'Ac per tutte le persone tutta la persona

Il senso del gioco: l'Ac si fa mentre si vive: partendo dalle sfide quotidiane impariamo a comprendere ed accettare che essere popolo significa alimentare la tensione a raggiungere ogni uomo ed ogni donna - di ogni età e condizione - là dove vive, cerca, crede, prega, lotta, spera ed ama.

Materiali necessari:

- cartoncini per le scenette (vedi allegato)
- materiali travestimento (esempio: grembiule da cucina, frontini, codini, bastoni, valigette, pittura)

15. PER UN PUGNO D'EMPATIA

Allenarci all'empatia ci consente di poterci meglio prendere cura delle persone che è carisma proprio dell'Ac.

Sai cosa c'è alla base dell'empatia? Ci sono i tuoi "neuroni specchio" che sparano energia consentendoti di immedesimarti nell'altro. Più siamo vicini più i nostri neuroni sparano favorendo l'immedesimazione. Più siamo lontani o ci sentiamo diversi e meno si attivano i nostri neuroni specchio.

Istruzioni: a coppie (fino a 5 coppie contemporaneamente) le persone una di fronte l'altra, a tre distanze diverse per volta, cercano di sparare la propria munizione (pallina da ping pong, una ad ogni distanza) nel cerchio posizionato sulla testa dell'avversario in duello. Vince chi su tre tiri fa centro più volte.

Inizia a lanciare chi vince il sorteggio a inizio duello, si lancia uno per volta e chi riceve il colpo deve restare immobile.

Materiali necessari:

- sei cerchietti per capelli con sei cerchi attaccati (tipo Teletubbies)
- palline da ping pong (almeno 15)
- sei paia di occhiali protettivi (da sole)
- scotch carta per delineare le tre distanze per ogni coppia.

16. IO COSI' SIMILE A TE

Un'AC che, pur avendo cura della nostra unicità, ci aiuta a riscoprire la meraviglia di essere simili

Chi gioca ha a disposizione una stampa in cui vengono rappresentate 2 immagini apparentemente diverse ma che condividono 7 similitudini: scopo del gioco è riuscire a trovarle tutte.

All inclusive! L'Ac per tutte le persone tutta la persona

L'attività serve per allenare lo sguardo a cogliere ciò che ci rende simili agli altri, a chi cammina quotidianamente fianco a fianco con noi condividendo gli stessi spazi e a chi semplicemente incrociamo lungo i nostri tragitti. Troppo spesso siamo portati a soffermarci su ciò che ci rende diversi e che ci allontana. Compito del laico di AC è ricordarsi e ricordare agli altri che "ciascuno di noi è una creatura voluta e amata da Dio, per la quale Egli ha avuto un pensiero unico e speciale, e questa scintilla divina, che abita il cuore di ogni uomo e di ogni donna, siamo chiamati a svilupparla nel corso della nostra vita, contribuendo a far crescere un'umanità animata dall'amore e dall'accoglienza reciproca". (Papa Francesco, Messaggio per la 59ª giornata mondiale di preghiera per le vocazioni)

Materiali necessari:

- stampe immagini (vedi allegato)

17. BOOMER VS REMOOB

Ciò che c'è di "diverso" rende ogni persona unica e arricchente per l'altro

L'Ac non rende tutti uguali, né crea un unico linguaggio o un unico modo di pensare o di fare, ma METTE IN RELAZIONE diversi linguaggi, diversi modi di dire, di pensare o di fare, quindi diverse generazioni, e dunque anche "Boomer e Remoob", in cui ciò che c'è di "diverso" rende ogni persona unica e spesso ciò arricchisce l'altro.

Attività: permettere agli adulti di conoscere meglio i giovani (E VICEVERSA), i loro modi di dire, di fare, le loro passioni, la musica che loro ascoltano, i linguaggi che loro usano, le citazioni che restano impresse alle loro generazioni.

Istruzioni: le squadre, divise per età o comunque tenendo conto delle diverse generazioni, si sfideranno nel classico gioco del tris.

Il tris che proponiamo però, è particolare: le 9 caselle non saranno, come capita normalmente, vuote.

Abbiamo selezionato 3 categorie: Canzoni, Citazioni famose e Terminologia, per ogni categoria abbiamo preparato 2 Tris (poi in base alle tempistiche chi curerà il gioco vedrà meglio come muoversi).

Per capire bene come si gioca, prendiamo ad esempio la categoria canzoni: le 9 caselle presenteranno 4 canzoni "vicine" alla generazione Boomer, e altre 4 canzoni "vicine" alle generazioni Remoob (termine inventato, sarebbe "Boomer" scritto al contrario, e che comprende dunque le generazioni non-boomer, per capirci, i nostri giovani ed i nostri giovanissimi (e magari anche qualche ragazzo più spigliato). Le canzoni saranno dunque sparse nelle caselle ed i partecipanti dovranno riuscire a fare Tris indovinando 3 canzoni (seguendo le regole del Tris). Le caselle sono predisposte in modo tale che per fare Tris, una squadra deve indovinare almeno 1 canzoni "vicina" all'altra generazione. Visto che le caselle sono dispari e quella al centro permette più combinazioni per vincere, quest'ultima contiene una canzone che entrambe le generazioni conoscono (o almeno dovrebbero!) Lo stesso

All inclusive! L'Ac per tutte le persone tutta la persona

discorso vale per le altre categorie, in particolare, la categoria Terminologie presenta un Tris con al centro "OK BOOMER", ed un altro Tris con al centro "OK REMOOB", cosicché sia facilitata la spiegazione del senso del gioco (che segue in fondo).

copo e risposte del gioco:

- Tris Canzoni: indovina il cantante

1

Non abbiamo età: *Luchè, 2018.*

Il ballo delle incertezze: *Ultimo, 2017*

Ma il cielo è sempre più blu: *Rino Gaetano, 1975.*

Gianna: *Rino Gaetano, 1978.*

Ragione e sentimento: *Maria Nazionale, 2005.*

Come un tuono: *Rose Villain ft. Gue, 2024.*

P' Secondigliano: *Geolier ft. Nicola Siciliano, 2018.*

E la luna bussò: *Loredana Bertè, 1979.*

Abbronzatissima: *Edoardo Vianello, 1963.*

2

Ragazza magica: *Jovanotti, 2016.*

Pastello bianco: *Pinguini Tattici Nucleari, 2020.*

Happy hour: *Ligabue, 2005.*

Anna e Marco: *Lucio Dalla, 1979.*

Un nuovo bacio: *Gigi D'Alessio ft. Anna Tatangelo, 2002.*

Brividi: *Mahmood, Blanco, 2022.*

Zitti e buoni: *Maneskin, 2021.*

Tutto il resto è noia: *Franco Califano, 1976.*

Se telefonando: *Mina, 1966.*

- Tris Citazioni Famose (indovina chi dice la citazione e indovina anche il film/serie/social/ambito da cui è divenuta famosa):

1

La vita è come una scatola di cioccolatini: *Tom Hanks/Forrest Gump, Forrest Gump.*

Al mio segnale scatenate l'inferno: *Russell Crowe/Massimo Decimo Meridio, Il Gladiatore*

La cosa più male che mi è stata...: *Giuseppe Ferrara, Temptation Island.*

Ed ecco ragazzi, come ho conosciuto la mamma: *Josh Radnor/Ted Mosby, How I Met Your Mother.*

Ma è del mestiere questa: *Checco Zalone, Quo Vado.*

Se io posso cambiare, e se voi potete...: *Silvester Stallone/Rocky, Rocky IV.*

Dai la cera, togli la cera: *Pat Morita/Maestro Miyagi, Per vincere domani – The Karate Kid.*

Entra? Non penso proprio: *Franco Macri/Il Mac 64, Tik Tok.*

Sta' senza pensier: *Marco D'Amore/Ciro Di Marzio, Gomorra – La Serie.*

2

Houston, abbiamo un problema: *Tom Hanks, Apollo 13. (visto che è un episodio realmente accaduto, se qualcuno si rifà all'evento principale possiamo darla buona, anche se ci sono*

All inclusive! L'Ac per tutte le persone tutta la persona

piccole differenze).

Rigore è quando arbitro fischia: *Vujadin Boskov, allenatore di calcio.*

Tarantè, pittamml nsiem' stu futur': *Carmine Di Salvo/Massimiliano Caiazzo, Mare Fuori.*

Godo come un riccio: *Matty il Biondo, Youtube.*

Annunziào, annunziào...: *Lello Arena, scenetta dell'Annunziata de La Smorfia.*

Non permettere mai a nessuno di dirti...: *Will Smith/Chris Gardner, La ricerca della felicità.*

Il mio nome è bond, james bond: *James Bond/Sean Connery, Agente 007 – Licenza di uccidere.*

Plata o plomo: *Pablo Escobar/Wagner Moura, Narcos.*

Bobo, gli 11 giocatori più forti...: *Antonio Cassano, Twitch.*

- Tris Terminologia (indovina il corretto significato dei termini):

1

Lapalissiano: *Di fatto si tratta di qualcosa di talmente ovvio ed evidente che la enunciazione o la constatazione ne risulta ridicola.*

Ammaliare: *Affascinare, sedurre.*

BUFU: è l'acronimo di "By Us Fuck You", in cui la parola you è sostituita all'abbreviazione U, tipica dello slang americano. In italiano significa "da parte nostra... vai a quel paese".

Cringe: significa "imbarazzante", ma in un'accezione particolare: è cringe ciò che suscita imbarazzo e al tempo stesso disagio in chi lo osserva.

Ok Boomer: un'espressione usata da adolescenti e giovani per zittire o prendere in giro cose percepite come lamentele paternalistiche della generazione dei cinquanta-sessanta-settantenni.

Procrastinare: *Rinviare a un altro momento, rimandare.*

Smargiasso: *Chi si vanta di qualità che non ha e di poter fare cose di cui non è capace; spaccone, fanfarone.*

Amio: *Uno dei termini simbolo del corsivo parlato che altro non è che una storpiatura di "amo", ossia "amore".*

Ghostare: *fa riferimento all'azione di ignorare una persona, un messaggio o altra forma di comunicazione.*

2

Bomber: *Un vero bomber può essere essenzialmente di due tipi: il primo è colui che ha un certo successo con le ragazze; il secondo è solitamente un personaggio bizzarro, che sfoggia un look particolare e che si rende spesso e volentieri protagonista di episodi assurdi, comici e talvolta controversi.*

Snitchato: *per indicare l'azione di spiare o riferire qualcosa di negativo su qualcuno.*

Abbabbare: *attirare qualcuno con promesse.*

'Nziria: *il capriccio, il piagnucolio fatto da un bambino.*

Ok Remoob: *(VEDI SENSO DEL GIOCO)*

Non Flexare: *Non vantarsi, non ostentare qualcosa.*

Chill: *Aggettivo usato per descrivere una persona, un'atmosfera o una situazione rilassata, tranquilla e priva di stress e in generale piacevole.*

Cresommola: *albicocca.*

Mentecatto: *Inferno di mente, pazzo.*

VERSIONE ACR

1

Il topo più famoso: Topolino

Porcellino rosa: Peppa Pig

Famiglia gialla: Simpson

Le sfere del drago: Dragon Ball

Se mi arrabbio divento verde: Hulk

4 pupazzi colorati: Teletubbies

Una scimmietta curiosa: Curioso come George

Una famiglia con la "barba": Barbapapà

Una bimba ed un orsetto: Masha e Orso

2

Pupazzo nero: Bing

Geco, Gufetta e Gattoboy: Superpigiamini/PJ Masks

Famiglia verde: Shrek

L'elefantino dalle orecchie grandi: Dumbo

Ti piacciono le mie ragnatele?: Spiderman

Il trenino più famoso: Il trenino Thomas

Una dottoressa "morbida": Dottoressa Peluche

Il cane pompiere e i suoi amici: Paw Patrol

L'uomo più "super": Superman

Materiali necessari:

- fogli per i Tris (vedi allegato)
- pedine (almeno di 2 tipi, per differenziare le squadre - qualsiasi cosa possa fungere da pedina, anche dei bicchieri colorati)

18. VIEN VIEN CU' MME

Imparare ad aspettare e a sincronizzarci con il fratello e la sorella, per poter procedere insieme, è lo stile della Chiesa e dunque carisma dell'AC.

«L'essere associazione impegna a camminare nell'unità e a fare famiglia: per la Chiesa, segno di comunione e di amore; per ogni persona, tirocinio di socialità, con la sua esigenza di concorrere a realizzare obiettivi comuni e con la disciplina che essa esige perché si possa camminare insieme, tenendo conto delle esigenze e del passo degli altri» (dal Progetto formativo AC, *Perché sia formato Cristo in voi*).

“Lo stile di vita dell'Azione Cattolica prevede il camminare insieme, tenendo conto delle esigenze e del passo degli altri”.

Camminare al passo con l'altro richiede certamente fatica ma anche tanta fantasia e voglia di mettersi in gioco. Camminare insieme è sincronizzare i cuori e i corpi, è decentrarsi e

All inclusive! L'Ac per tutte le persone tutta la persona

accogliere, è attesa e cura, è aperto rifiuto della solitudine e dell'indifferenza, è ridere insieme ...

Forse non saremo arrivati per primi ma, guardando indietro alla strada fatta insieme, la scopriremo percorsa dall'Amore.

Istruzioni: si gioca a coppie, tre o quattro contemporaneamente (regolarsi sulla base dello spazio).

Ogni coppia pescherà un bigliettino da una scatola su cui sarà indicato il modo in cui dovranno gareggiare:

Mano nella mano

Camminata all'indietro dando la mano

Schiena contro schiena senza far cadere la pallina

Caviglie legate

Spalla contro spalla braccia legate

Spalla contro spalla senza far cadere la pallina

Abbracciati

Sulle spalle del compagno/a

Testa e testa senza far cadere la pallina

A braccetto saltellando

A braccetto saltellando su una gamba

Tre giravolte prima di arrivare al traguardo senza lasciare le mani del compagno/a quando il responsabile stand dice "giro"!

Camminata laterale schiena contro schiena

Ai due lati di uno spaghetti senza farlo spezzare

Caviglie legate saltando

Caviglie legate saltando all'indietro

Con la mano saltando a rana

(Se arriva un amico/a in sedia a rotelle, ed è possibile, si può gareggiare facendo sedere il compagno/a in braccio).

Ps. Tutti i precedenti modi di gareggiare possono comunque essere adattati alla situazione.

Le coppie successivamente si posizioneranno sulla linea di partenza e al via dovranno completare il percorso. Vince chi completa prima il percorso.

(i percorsi devono essere fattibili per tutti!!!)

Materiali necessari:

- scatola
- foglietti con le modalità di gioco
- palline piccole, da tennis o di gomma; lacci, corde o simili;
- scotch carta colorato per delineare il percorso;
- bottiglie di plastica da riciclare per creare lo slalom.

19. "BUSY WAIT" / ATTESA OPEROSA

Cosa sogno per un'Ac ancor più aperta a tutta la persona e a tutte le persone? Mi metto all'opera per rendere realtà quel sogno!

Vorrei un'Ac che...

Come sarebbe bello se...

Ognuno di noi ha tante idee e sogni su come rendere l'Azione cattolica più bella.

Sognare è bello, fondamentale perchè ci spinge verso un qualcosa di più bello e grande non ancora realizzato, ma i sogni hanno bisogno di gambe e braccia per diventare realtà e non essere aleatorio.

Attività: Le persone scriveranno sul foglio cosa sognano per l'AC e soprattutto cosa sognano per un'AC ancora più inclusiva della persona e di tutte le persone. Il sogno però non dovrà essere qualcosa di aleatorio, ma richiederà impegno personale per realizzarlo. In AC si attende in modo operoso! Il foglio verrà attaccato al muro col nastro adesivo.

Materiali necessari:

- penne
- fogli colorati

20. IL SALTO DEL CANGURO

L'inclusione si costruisce tra imprevisti e possibilità, finchè tutti riescono ad arrivare alla meta

Un gioco dell'oca sul tema dell'inclusione

Regole del gioco:

1. Lancia il dado.
2. Avanza sul tabellone del numero di spazi corrispondente al risultato ottenuto dal lancio del dado.
3. Dove sei andato a finire? Segui le indicazioni corrispondenti a quella specifica casella.
4. A questo punto il tuo turno è finito e passa ad un altro giocatore della squadra.

Componenti:

Max 7 giocatori

20 caselle

1 dado

3 canguri

3 imprevisti

3 probabilità

Card con le indicazioni di gioco

All inclusive! L'Ac per tutte le persone tutta la persona

Casella CANGURO: chi arriva su questa casella può fare due “balzi” in avanti, a patto che prenda in braccio (o sulla schiena o sottobraccio) un compagno che è più indietro, che quindi guadagnerà posizioni e dividerà con lui la casella.

Casella PROBABILITÀ:

1. Raggiungi il CANGURO più vicino.
2. Ritira nuovamente i dadi: hai guadagnato un altro turno di gioco!
3. Annulla l'imprevisto di un compagno a tua scelta.

Casella IMPREVISTI:

1. Fino al prossimo turno rimani su una gamba sola.
2. Il prossimo turno devi tirare il dado senza usare le mani.
3. Esci dal tabellone, fatti bendare e prova a raggiungere una casella mentre gli altri ti danno indicazioni (potrebbero anche mentirti!); la prima casella a cui arrivi sarà la tua nuova posizione (potresti anche retrocedere).

Tabellone

- 1
- 2
- 3 (Probabilità 2)
- 4
- 5
- 6 (Imprevisto 1)
- 7
- 8 (Imprevisto 2)
- 9
- 10 (Canguro)
- 11
- 12
- 13 (Probabilità 1)
- 14 (Canguro)
- 15 (Imprevisto 3)
- 16
- 17 (Canguro)
- 18
- 19 (Probabilità 3)
- 20

Materiali necessari:

- 40 Quadrati di stoffa
- Numeri e canguri stampati
- Forbici e colla (vinilica o a caldo)
- Card con regole
- Dadi: 2 scatoloni, rotoli di carta (per imballaggi o per tovaglie) colorata, cartoncino per cerchi m(nero o bianco)
- Regole del gioco (cartellone)
- Cartelli INIZIO e FINE: stecchette, cartoncino, pennarelli