



LIBRO RACCOLTA ATTIVITÀ CPM della DIOCESI di CUNEO

gennaio 2008

Che cos'è questo LIBRO:

È stato chiesto alle équipes CPM (corsi di preparazione al matrimonio) della nostra diocesi di preparare una scheda in cui descrivere un'attività del loro corso ritenuta efficace, con lo scopo di mettere in comune le esperienze e di creare una documentazione utile.

Tale raccolta, suscettibile di periodici aggiornamenti, è a disposizione di chiunque voglia prendere spunto per rinnovare i propri itinerari di preparazione al matrimonio, anche contattando direttamente le équipes parrocchiali autrici delle schede.

PER MAI DIMENTICARCI...

Gli obiettivi degli incontri di preparazione al matrimonio

La **pastorale prematrimoniale**, in ogni sua articolazione, costituisca uno dei capitoli più urgenti, importanti e delicati di tutta la pastorale familiare. Tale pastorale si trova di fronte a una svolta storica. Essa è chiamata a un confronto chiaro e puntuale con la realtà e a una scelta: o rinnovarsi profondamente o rendersi sempre più ininfluente e marginale.

(DIRETTORIO DI PASTORALE FAMILIARE, n° 40)

Sintetizzando il Direttorio di Pastorale Familiare e tenendo conto delle considerazioni generali sul contesto socio-culturale e sulla tipologia dei giovani che chiedono di sposarsi in chiesa, circa gli obiettivi possiamo individuare un doppio livello. C'è un livello degli obiettivi generali (connessi con la vita cristiana tout court) e quello degli obiettivi specifici della preparazione dei fidanzati a celebrare e vivere il sacramento nuziale.

■ Gli **obiettivi generali** nella preparazione al matrimonio sono tre; si tratta di realizzare:

1. un cammino integrato di formazione umana e cristiana verso il matrimonio alla luce della rivelazione (*rendere consapevoli i fidanzati che il matrimonio è una scelta di vita che Dio ha benedetto e voluto*);
2. un incontro con la Chiesa che accoglie e ama, animata dallo Spirito (*sperimentare che nella Chiesa ci si può trovare bene*);
3. e, infine, l'inserimento dei futuri sposi nella comunità cristiana per un'esperienza vera di fede e di carità (*capire che nella Chiesa si può rimanere per essere aiutati a vivere la fede e l'amore*).

■ Anche gli **obiettivi specifici** sono tre:

1. realizzare un incontro gioioso e avvincente della coppia, in quanto coppia, con la persona di Gesù e con il messaggio evangelico (*conoscere di più Gesù per imitarlo*);
2. comprendere il matrimonio come sacramento e abilitazione della coppia ad un servizio nella Chiesa per il mondo (*rendere consapevoli i fidanzati di ricevere da Dio un grande dono che può fortificare la propria vita coniugale e renderla a sua volta dono*);
3. offrire alcuni strumenti perché gli sposi, in quanto coppia, possano costantemente fare delle scelte cristiane nella loro vita futura (*ascolto della Parola di Dio, preghiera, dialogo e discernimento*).

In sintesi, potremmo dire che la preparazione al matrimonio cristiano dovrebbe rendere consapevoli gli sposi circa il dono sacramentale che ricevono, sul loro inserimento nella Chiesa e sulla loro testimonianza e missione in essa e nel mondo.

ELENCO ÉQUIPE CPM della DIOCESI DI CUNEO

ATTIVITÀ N°

CPM autori delle schede

ZONA CUNEO CITTÀ

	CITTÀ DEI RAGAZZI Centro Missionario P.de Foucauld, c.so Francia 129 – Cuneo – tel. 0171491263
14	PARROCCHIA CATTEDRALE via Seminario 3 – Cuneo – tel. 0171693630
2 – 17	PARROCCHIA SAN GIOVANNI BOSCO via S.Giovanni Bosco 15 – Cuneo – tel. 0171692788
10 – 16	PARROCCHIA CUORE IMMACOLATO via L.Bianco 1 – Cuneo – tel. 0171692915
7 – 18	GESUITI – ASSOCIAZIONE S.TOMASO via Bersezio 2 – Cuneo – tel. 0171695677
	PARROCCHIA SACRO CUORE via Mons. Peano 3 – Cuneo – tel. 0171692313
	PARROCCHIA SAN PAOLO via Fenoglio 47 – Cuneo – tel. 0171491827

ZONA OLTREGESSO

13	PARROCCHIA SAN GIUSEPPE via S.Cristoforo 20 – Borgo San Giuseppe – tel. 0171401715
----	---

ZONA OLTRESTURA

3 – 12	PARROCCHIA MADONNA DELL'OLMO via della Battaglia 3 – Madonna Dell'Olmo – tel. 0171412665
	PARROCCHIA CONFRERIA via Valle Maira 138 – Confreria – tel. 0171611115

ZONA VALLE COLLA

	PARROCCHIA BOVES piazza dell'Olmo 12 – Boves – tel. 0171380130
--	---

ZONA VALLI GESSO E VERMENAGNA

4 – 8 – 15	PARROCCHIA SAN DALMAZZO piazza XI Febbraio 4 – Borgo San Dalmazzo – tel. 0171266133 e PARROCCHIA GESÙ LAVORATORE via Giovanni XXIII 54 – Borgo San Dalmazzo – tel. 0171266611
	PARROCCHIA ROCCAVIONE piazza S.Magno 14 – Roccavione – tel. 0171767129
9	PARROCCHIA VERNANTE piazza La Mandoulera 1 – Vernante – tel. 0171920142

ZONA VALLE STURA

11	PARROCCHIA DEMONTE via Cavour 1 – Demonte – tel. 017195114
----	---

ZONA VALLE GRANA

1 – 5	PARROCCHIA CARAGLIO piazza Giolitti 9 – Caraglio – tel. 0171619131
	UFFICIO FAMIGLIA con ASSOCIAZ. LIRETTA borg. Liretta – Montemale di Cuneo – tel. 3805102568

ANNO: 2007	ÉQUIPE CPM: PARROCCHIA CARAGLIO	(ZONA VALLE GRANA)
ATTIVITÀ N° 1	AMBITO / ARGOMENTO: giochi di conoscenza	
	TITOLO: PROVIAMO A CONOSCERCI...	

- **Obiettivi dell'attività:**

1. Creare un clima di amicizia tra le coppie.
2. Favorire la conoscenza tra le coppie.
3. Prendere coscienza dell'importanza e della difficoltà di ascoltare l'altro.

- **Durata:**

30', in rapporto al numero delle coppie.

- **Partecipanti:**

Tutte le coppie dei fidanzati, al primo incontro.

- **Materiale occorrente:**

2 sacchetti non trasparenti e cartoncino per scrivere i numeri.

- **Svolgimento:**

Si scrive lo stesso numero su due cartoncini.

Si mettono i cartoncini con i numeri in un sacchetto.

Ogni coppia estrae un numero.

Al termine del giro la coppia 1 si siede vicino all'altra coppia 1 e così via.

Si danno 10' perché le coppie si conoscano tra loro (nome, da quanto si conoscono...)

Si estrae dal 2° sacchetto un numero che indica le coppie che devono presentarsi a vicenda. Es. se viene estratto il n° 5, le coppie con il n° 5 iniziano la presentazione reciproca; la 5A presenta la 5B raccontando tutto ciò che ricorda della 5B e così via per tutte le coppie.

- **Linee guida per l'analisi dell'attività:**

L'attività è stata proposta nella 1ª serata come "gioco" ed è stata vissuta positivamente da quasi tutte le coppie. Difficoltà per le coppie più chiuse. Per le coppie che non conoscevano gli altri fidanzati è stato un aiuto per creare legami di amicizia.

- **Allegati: (es. schede, documenti, ecc...)**

ANNO: 2007	ÉQUIPE CPM: PARROCCHIA SAN GIOVANNI BOSCO	(ZONA CUNEO CITTÀ)
ATTIVITÀ N° 2	AMBITO / ARGOMENTO: giochi di conoscenza	
	TITOLO: CREARE IL PROPRIO SITO INTERNET	

- **Obiettivi dell'attività:**

Farsi conoscere al gruppo, come singoli e come coppia

- **Durata:**

1 ora circa

- **Partecipanti:**

Tutte le coppie, durante il primo incontro.

- **Materiale occorrente:**

Giornali di tutti i tipi, forbici, pennarelli, colla, cartelloni bianchi.

- **Svolgimento:**

Ogni coppia (ed all'interno ogni singolo) sfogliando le riviste, cerca quelle immagini che lo/la/li rappresenti/no (in relazione ai propri hobbies, alla propria storia, al lavoro, alle relazioni significative...). Il tutto viene incollato su un cartellone, possibilmente con una logica, corredato da eventuali linee e con un nome (www.solosale.it per noi che abbiamo un forte legame con i salesiani. Il titolo dovrebbe essere scherzoso...). Ogni coppia si presenta attraverso il sito internet.

- **Linee guida per l'analisi dell'attività:**

Tutti gli anni abbiamo rilevato che questa attività crea subito un buon clima e favorisce anche i più timidi. Spesso, poi, attraverso le immagini, i ragazzi dicono delle cose che difficilmente direbbero in una presentazione di sé. Sarebbe importante che il cartellone con tutti i siti rimanesse in vista anche dopo la serata iniziale.

- **Allegati: (es. schede, documenti, ecc...)**

ANNO: 2007	ÉQUIPE CPM: PARROCCHIA MADONNA DELL'OLMO (ZONA OLTRESTURA)
ATTIVITÀ N° 3	AMBITO / ARGOMENTO: giochi di conoscenza
	TITOLO: SCAMBIO DI COPPIE!!!

- **Obiettivi dell'attività:**

Far conoscere le coppie tra loro.

- **Durata:**

Dipende dal n. delle coppie. Con un ventina di coppie circa 45 minuti.

- **Partecipanti:**

Tutte le coppie, durante il primo incontro.

- **Materiale occorrente:**

Nessuno. Serve un conduttore che conosca bene il gioco.

- **Svolgimento:**

Ciascuna coppia è invitata a dialogare con la vicina. Ciascun fidanzato con il vicino e viceversa. Dopo un decina di minuti la coppia si riunisce e ciascuno dei due descrive all'altro la persona che ha conosciuto. Si lasciano altri dieci minuti per questo tipo di descrizione. Nella presentazione finale di fronte a tutti i partecipanti ciascun componente presenta il partner dell'altra coppia così come gli è stata descritta o come ha colto dal proprio partner. Si procede così fino ad esaurimento per tutte le coppie.

- **Linee guida per l'analisi dell'attività:**

Il gioco deve essere guidato con attenzione soprattutto nella presentazione finale, in quanto si deve coordinare e seguire ciascuna esposizione con la giusta animazione. Il gioco apparentemente risulta complicato ma si presenta vivace e simpatico facilitando l'attenzione e la presentazione anche nelle persone timide e maggiormente riservate. Alle coppie di fidanzati è bene aggiungere le coppie guida, favorendo anche la loro presentazione.

- **Allegati: (es. schede, documenti, ecc...)**

ANNO: 2007	ÉQUIPE CPM: PARROCCHIA BORGO SAN DALMAZZO (ZONA VALLI GESSO E VERMENAGNA)
ATTIVITÀ N° 4	AMBITO / ARGOMENTO: giochi di conoscenza
	TITOLO: CARO, C'È POSTA PER TE...

- **Obiettivi dell'attività:**

1. Far ricordare alle coppie il perché si sono scelti e il perché hanno scelto di sposarsi in chiesa.
 2. Far conoscere le coppie tra loro condividendo il perché della loro scelta.
-

- **Durata:**

Dipende dal n° delle coppie. Con dieci coppie è di circa 60 minuti.

- **Partecipanti:**

Le coppie.

- **Materiale occorrente:**

Per ciascun partecipante un foglio/lettera con riportate le due domande scritte sotto e lo spazio per scriverne il seguito + una fotocopia con il testo “Il dono di nozze da parte di Dio”

- **Svolgimento:**

I fidanzati e le fidanzate vengono divisi in due ambienti diversi e devono scrivere una lettera (di cui sono riportate le domande) al loro compagno/a. Le domande sono:

1. *Caro/a ti ho scelto/a perché...*
2. *Caro/a ho scelto di sposarti e di sposarti in chiesa perché...*

Dopo 15-20 minuti le lettere vengono messe in un contenitore e i due gruppi si riuniscono. Il conduttore legge a voce alta la lettera, il mittente non deve dire niente, mentre il destinatario deve accorgersi che la lettera è indirizzata a lui. Si procede nella lettura di tutte le lettere fino alla fine. Questo permette al gruppo di conoscersi mettendo subito in gioco le scelte fondamentali di ciascuna coppia, ma permette anche alla coppia di ri-dirsi alcune cose.

- **Linee guida per l'analisi dell'attività:**

Se le coppie sono molte (più di 10) è opportuno suddividerle in due gruppi. Questo richiede di far precedere l'attività con un'altra attività di conoscenza più breve estesa a tutto il gruppo. Al termine a ciascuna coppia viene lasciata una copia del “Il dono di nozze da parte di Dio”.

- **Allegati: (es. schede, documenti, ecc...)**

ALLEGATO “A” – testo “Il dono di nozze da parte di Dio”.

ALLEGATO “A”

“Il dono di nozze da parte di Dio”

*“La creatura che hai al fianco è mia. lo l'ho creata.
lo le avevo voluto bene da sempre, prima di te e più di te.
Per lei non ho esitato a dare la mia vita. Te la affido.
La prendi dalle mie mani e ne diventi responsabile.
Quando l'hai incontrata l'hai trovata amabile e bella.
Sono le mie mani che hanno plasmato la sua bellezza,
è il mio cuore che ha messo in lei tenerezza ed amore,
è la mia sapienza che ha formato la sua sensibilità,
la sua intelligenza e tutte le qualità che hai trovato in lei.
Ma non puoi limitarti a godere del suo fascino.
Devi impegnarti a rispondere ai suoi bisogni, ai suoi desideri.
Ha bisogno di serenità e di gioia, di affetto e di tenerezza,
di piacere e di divertimento, di accoglienza e di dialogo,
di rapporti umani, di soddisfazione nel lavoro, e di tante altre cose.
Ma ricorda che ha bisogno soprattutto di Me.
Sono io, e non tu, il principio, il fine, il destino di tutta la sua vita.
Aiutala ad incontrarmi nella preghiera, nella Parola,
nel perdono, nella speranza. Abbi fiducia in Me.
La ameremo insieme. lo la amo da sempre.
Tu hai cominciato ad amarla da qualche anno,
da quando vi siete innamorati.
Sono io che ho messo nel tuo cuore l'amore per lei.
Era il modo più bello per dirti "Ecco te l'affido
gioisci della sua bellezza e delle sue qualità .
Con le parole prometto di esserti fedele, di amarti e
rispettarti per tutta la vitalità
è come se mi rispondessi che sei felice di accoglierla
nella tua vita e di prenderti cura di lei.
Da quel momento siamo in due ad amarla.
Anzi io ti rendo capace di amarla "da Dio"
regalandoti un supplemento d'amore
che trasforma il tuo amore di creatura e lo rende simile al mio.
È il mio dono di nozze: la grazia del sacramento del matrimonio.
lo sarò sempre con voi e farò di voi gli strumenti del mio amore
e della mia tenerezza.
continuerò ad amarvi attraverso i vostri gesti d'amore”.*

ANNO: 2008	ÉQUIPE CPM: PARROCCHIA CARAGLIO	(ZONA VALLE GRANA)
ATTIVITÀ N° 5	AMBITO / ARGOMENTO:	conoscenza
	TITOLO:	VENITE PER L'APERITIVO?



- **Obiettivi dell'attività:**

Creare empatia tra coppie animatrici e coppie di fidanzati.

- **Durata:**

Un'ora o poco più.

- **Partecipanti:**

Una coppia animatrice con una coppia di fidanzati.

- **Materiale occorrente:**

Foglio di presentazione degli incontri con qualche spunto introduttivo.

- **Svolgimento:**

Ogni coppia animatrice accoglie a casa, una alla volta, le singole coppie di fidanzati per una reciproca conoscenza ed una sintetica presentazione del "corso-percorso"

- **Linee guida per l'analisi dell'attività:**

Il sacerdote responsabile della Zona Pastorale indirizza le coppie di fidanzati che chiedono di seguire il percorso di preparazione al matrimonio alle coppie animatrici. (Attualmente nella nostra Zona sono cinque; nel corso precedente erano quattro, quindi una coppia animatrice ogni cinque coppie di fidanzati). L'incontro in casa (prendere un caffè, un tè, un aperitivo insieme...) consente di fare conoscenza in una atmosfera familiare e di parlare a ruota libera delle aspettative e dei propositi del percorso da fare insieme, cercando di stabilire una buona relazione da coltivare nel tempo anche finito il corso. La coppia animatrice cercherà quindi di accompagnare con particolare dedizione le coppie che ha accolto.

- **Allegati: (es. schede, documenti, ecc...)**

ANNO: 2007	ÉQUIPE CPM: ?
ATTIVITÀ N° 6	AMBITO / ARGOMENTO: matrimonio
	TITOLO: DISEGNA IL MATRIMONIO

- **Obiettivi dell'attività:**

Avere una visione, su cui lavorare, di com'è l'immaginario attuale della vita matrimoniale.

- **Durata:**

Dieci minuti (da farsi la prima serata).

- **Partecipanti:**

Da 4 a 6 persone coppie di fidanzati divisi, maschi e femmine in numero uguale).

- **Materiale occorrente:**

1 foglio bianco e penne colorate.

- **Svolgimento:**

Dopo una breve presentazione da parte dello psicologo sulla “coppia” e dopo avere discusso sulla domanda “Cos'è per voi la coppia e cos'è per voi il Matrimonio?” i partecipanti vengono invitati a disegnare ciò di cui hanno discusso in gruppo.

- **Linee guida per l'analisi dell'attività:**

Lo psicologo e le coppie-guida, in seguito, in base ai disegni prodotti, delineano e orientano gli interventi successivi.

- **Allegati: (es. schede, documenti, ecc...)**

ANNO: 2007	ÉQUIPE CPM: GESUITI – ASSOCIAZIONE S.TOMASO	(ZONA CUNEO CITTÀ)
ATTIVITÀ N° 7	AMBITO / ARGOMENTO: approccio al corso	
	TITOLO: PRIMA DI INCOMINCIARE...	

- **Obiettivi dell'attività:**

Far emergere le attese, le perplessità e i pregiudizi dei fidanzati nei confronti del corso che stanno per affrontare, prendendone atto insieme a loro per iniziarlo con reciproca consapevolezza.

Importante: lo scopo dell'attività è innanzitutto quello di ascoltare e raccogliere quanto emerge, e non già quello di dare risposte immediate e risolutive, tantomeno censorie o stroncanti.

- **Durata:**

Un'ora circa, come attività iniziale del primo weekend^(*)

^(*) *il nostro corso si svolge in una serata iniziale di conoscenza e presentazione del percorso più due weekend interi (entrambi dalle ore 15 di sabato alle ore 17 di domenica).*

- **Partecipanti:**

Tutti i presenti, incluse le coppie animatrici.

- **Materiale occorrente:**

Scheda allegata con penne per scrivere, Cartellone.

- **Svolgimento:**

Si distribuisce la scheda invitando le coppie in 5' a rispondere alle domande, con molta sincerità, dicendo ai fidanzati che la scheda rimarrà nelle loro mani e che possono, ad alta voce e a ruota libera, esprimere le loro convinzioni iniziali rispetto al corso che stanno per affrontare, sia positive che negative (il cartellone sarà per questo redatto su due colonne). Un animatore le annota man mano sul cartellone, cercando di suscitare il più possibile, anche e soprattutto quelle critiche o polemiche (e bisogna essere disposti ad accettarle, mettendosi davvero in discussione). Dopo aver dato tempo alle coppie di tirar fuori le "opinioni di partenza" avvia un sereno scambio e confronto tra ciò che è stato detto, invitandole a mettere in gioco delle risorse per la riuscita del corso.

- **Linee guida per l'analisi dell'attività:**

Partire dando voce alle loro attese e perplessità consente di chiarirsi esplicitamente e a vicenda limiti e potenzialità di un'esperienza come quella del corso fidanzati, di "smontare" a volte certi luoghi comuni e di "valorizzare" aspettative positive di chi è seriamente in ricerca. Crea un clima subito più disteso e permette alle coppie animatrici di farsi un quadro delle diverse sensibilità.

- **Allegati: (es. schede, documenti, ecc...)**

ALLEGATO "A": – scheda per le coppie.

ALLEGATO “A”

il corso per fidanzati:



qualche spunto per incominciare...

- Perché secondo voi a chi decide di sposarsi “in Chiesa” viene chiesto di partecipare ad un percorso di formazione?
- Se voi doveste spiegare ad un amico le ragioni della vostra partecipazione a questo corso, quali gli indichereste?
- *Paolo e Francesca dicono che a chi si sposa solo civilmente non viene chiesto alcun corso, e in fondo è giusto così: a costruire, impostare e gestire la loro relazione ci pensano loro.*
Voi cosa ne dite?

■ Un corso per fidanzati

- è assolutamente inutile, perché
- è tutto sommato inutile, perché
- è abbastanza utile, perché
- è molto utile, perché
- è necessario, perché

è inutile se

può essere utile se

■ Durante questi incontri

vorrei che

vorrei che non

■ Al termine di questo percorso

avrò

saprò

sarò

ANNO: 2007	ÉQUIPE CPM: PARROCCHIA BORGO SAN DALMAZZO (ZONA VALLI GESSO E VERMENAGNA)
ATTIVITÀ N° 8	AMBITO / ARGOMENTO: valori del matrimonio
	TITOLO: INGREDIENTI DELLA TORTA

- **Obiettivi dell'attività:**

1. Far confrontare le singole coppie sulle priorità di valori all'interno del loro matrimonio.
2. Sottolineare le differenze tra valori di una relazione a due e in particolare i valori di un matrimonio cristiano.

- **Durata:**

40 minuti.

- **Partecipanti:**

Suddivisi in gruppi con al massimo 5-6 coppie.

- **Materiale occorrente:**

Scheda allegata (con penne per scrivere) per ciascun partecipante.

- **Svolgimento:**

Le coppie del corso vengono divise in gruppi e ciascuna coppia a sua volta divisa. A tutti viene consegnato un foglio come da allegato. Si illustra che devono scegliere gli ingredienti fondamentali della torta "Matrimonio". Nella prima parte devono scegliere gli ingredienti fondamentali per loro, nella seconda parte gli ingredienti che pensano siano fondamentali per il loro fidanzato/a. Dopo 10-15 minuti in cui ciascuno risponde singolarmente, le coppie si ricompongono e vengono lasciati 10-15 minuti per confrontare a due le relative risposte. Al termine le coppie si ritrovano nel gruppo (di 5 o massimo 6 coppie) e si confrontano gli ingredienti e le varie ricette!!!!

- **Linee guida per l'analisi dell'attività:**

Nel lavoro di analisi la coppia conduttrice deve soprattutto sottolineare quali ingredienti sono presenti in una convivenza a due (di qualsiasi tipo) e quali sono invece specifici solo del matrimonio cristiano e in tal caso lo distinguono. Tale attività dovrebbe essere fatta prima di aver presentato il matrimonio come sacramento (se la si vuole utilizzare come innesco o come lavoro di conoscenza sull'argomento) oppure dopo se la si vuole utilizzare come attività di verifica.

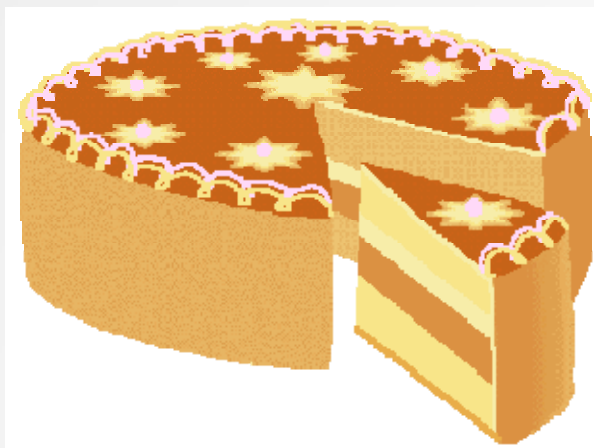
- **Allegati: (es. schede, documenti, ecc...)**

ALLEGATO "A" – foglio con le torte.

ALLEGATO “A”

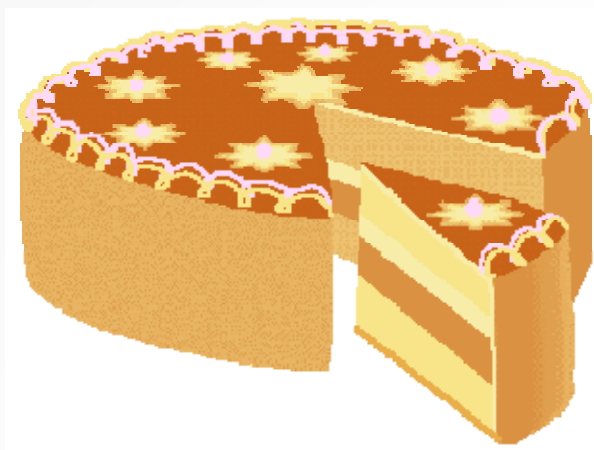
Se questa torta rappresentasse per ME il “NOSTRO MATRIMONIO SACRAMENTO”
gli ingredienti fondamentali sarebbero:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____



Se questa torta rappresentasse per LEI/LUI il “NOSTRO MATRIMONIO SACRAMENTO”
penso che gli ingredienti fondamentali sarebbero:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____



ANNO: 2007	ÉQUIPE CPM: PARROCCHIA VERNANTE	(ZONA VALLI GESSO E VERMENAGNA)
ATTIVITÀ N° 9	AMBITO / ARGOMENTO: sessualità	
	TITOLO: FARE L'AMORE... O VIVERE L'AMORE?	

- **Obiettivi dell'attività:**

Confronto della coppia e messa in gioco per dialogare sul tema trattato.
Portare le coppie ad una visione serena e giusta della sessualità, oltre ad una sana curiosità sui Metodi Naturali (che verranno trattati da una insegnante in altra serata).

- **Durata:**

Due ore circa, tra presentazione in Power Point e lavoro personale, di coppia e confronto fra tutti.

- **Partecipanti:**

Tutti i presenti ed una coppia animatrice (possibilmente).

- **Materiale occorrente:**

Scheda allegata con penne per scrivere per ciascuna coppia. Cartellone, pennarelli.
Attrezzatura multimediale per proiettare la presentazione in Power Point del relatore.

- **Svolgimento:**

Trattazione obbiettiva e positiva dell'argomento tra l'anatomia, la fisiologia, la contraccezione e i metodi naturali, a cura di un esperto (mediante presentazione in Power Point).
Poi ciascuna coppia si confronta dopo aver risposto individualmente alle domande della scheda.
Al termine le risposte vengono condivise liberamente con tutto il gruppo e riportate, a volte, sul cartellone dalle coppie animatrici.

- **Linee guida per l'analisi dell'attività:**

Tecnica del setaccio.

- **Allegati: (es. schede, documenti, ecc...)**

ALLEGATO "A" – scheda con le domande^(*) (su 2 pagine)

^(*) la scheda è tratta dal testo (libro + quaderno a schede) a cura di Romolo Taddei "Cammini di relazione", editrice ELLEDICI, 2006 – vedi in proposito capitoli 5 (scheda 4) e 8 (scheda 4).

ALLEGATO “A”

CHE COSA NON È LA SESSUALITÀ E CHE COSA È

- Essa non è soltanto genitalità (non è un fenomeno che riguarda soltanto l'apparato genitale).
- Non è una zona geografica del nostro corpo.
- Non si è maschio perché si possiede il pene, né si è femmina perché si possiede la vagina.
- Non è sessualmente riuscito chi conosce il meccanismo di avere rapporti sessuali.
- Non è soltanto istintività pur essendo anche un istinto.
- Non è ridurre l'altro ad una cosa.
- Non è trattarlo come un giocattolo.
- Non è ridurre l'altro ad una semplice chewing-gum da assaporare e poi buttare.
- Non è il piacere soltanto, perché l'energia che vi è insita non può ridursi a questo.

- La sessualità è un dono da vivere e da apprezzare.
- La sessualità è un incontro-relazione per amare, capace di dare un senso alla vita.
(Dimensione creativa della sessualità)
- La sessualità è un incontro-relazione fecondo, capace di trasmettere la vita.
(Dimensione procreativa della sessualità)
- La sessualità è un incontro-relazione ricreativo, capace di dare piacere e gioia.
(Dimensione ricreativa della sessualità)

-
- Proviamo a chiederci quale sia la nostra concezione della sessualità.

.....
.....
.....

- Che cosa fino ad ora abbiamo pensato di essa? Quali sono ora le nostre risonanze?

.....
.....
.....

SESSUALITÀ E PROCREAZIONE

La relazione sessuale manifesta la ricchezza di tutta la persona e, nello stesso tempo, l'anelito di entrambi i coniugi alla comunione d'amore. Ora, questo stesso atto, mentre coinvolge gli sposi in una comunione intima e profonda, li supera, facendo quasi «traboccare» la ricchezza del loro amore nella persona del figlio, che da questo atto può sgorgare. Non si comprenderebbe la vera natura dell'atto sessuale, se non si rispettasse questo inscindibile nesso tra il suo significato unitivo e il suo valore *procreativo*. Lo stesso atto sessuale, mentre manifesta ed alimenta la comunione d'amore fra i coniugi, è in grado anche di trasmettere la vita ad un altro essere umano. Non ci sono due modi distinti di compiere l'atto coniugale, uno per unirsi e l'altro per trasmettere la vita. Dio ha voluto che nell'unico e identico atto fossero contenuti entrambi questi significati: quello unitivo e quello procreativo. Lo stesso atto sessuale manifesta perciò il massimo di intimità ed il massimo di apertura: si può dire che *i due, una volta diventati uno, possono diventare tre!*

Possiamo dire che le relazioni qualificanti della sessualità umana sono essenzialmente tre: **sessualità e persona; sessualità e amore; sessualità e procreazione**. Proviamo a discutere un po' su di esse:

- Sessualità e persona: qualcuno dice che «fare sesso» (espressione alquanto cruda) è solo un fatto fisico, che non implica necessariamente la partecipazione totale della persona. Che ne pensiamo? È possibile intendere la sessualità come un atto meramente genitale?

.....
.....
.....

- Sessualità e amore: l'atto sessuale può essere sganciato dall'amore? Può essere vissuto senza un coinvolgimento affettivo dei due? Può essere sganciato dalla comunione totale di vita che impegna i due in un progetto d'amore? Qual è il nostro parere?

.....
.....
.....

- Sessualità e procreazione: si è consumata ormai nella nostra società una separazione tra l'atto sessuale e il suo naturale sbocco procreativo. Chi fa ricorso alla sterilizzazione o all'aborto di fatto vive la sessualità sganciandola dal suo significato procreativo. Chi fa ricorso alla fecondazione in vitro di fatto persegue la procreazione senza fare ricorso all'atto sessuale. In entrambi i casi ci si discosta dal valore naturale della sessualità, che viene vissuta nella sua piena verità solo quando mantiene il nesso fra il significato unitivo e quello procreativo. Qual è il nostro modo di vedere?

.....
.....
.....

ANNO: 2008	ÉQUIPE CPM: PARROCCHIA CUORE IMMACOLATO	(ZONA CUNEO CITTÀ)
ATTIVITÀ N° 10	AMBITO / ARGOMENTO: spiritualità	
	TITOLO: A CONFRONTO CON LA PAROLA DI DIO	



- **Obiettivi dell'attività:**

Rendere esplicito il legame profondo che esiste tra l'esperienza umana dell'amore e del matrimonio ed il progetto di Dio sull'uomo che si può rintracciare nella parola di Dio. Favorire la riscoperta (o la scoperta) personale della parola di Dio attraverso l'incontro diretto con il testo sacro.

- **Durata:**

15/20 minuti come momento conclusivo di ogni incontro.

- **Partecipanti:**

Le coppie di fidanzati e una coppia di animatori che guidi questa attività (nel nostro caso sempre la stessa per tutte le serate del corso).

- **Materiale occorrente:**

Una Bibbia aperta, da esporre di fronte al gruppo.

- **Svolgimento:**

Cosa è avvenuto prima di questa attività: *Lo svolgimento tipico delle serate del corso prevede la presentazione essenziale del tema della serata (10 minuti circa) a tutte le coppie, che poi si dividono in gruppi seguiti da una o due coppie di animatori. Al termine degli incontri di gruppo tutte le coppie si ritrovano insieme per il momento conclusivo, che si svolge così:*

una coppia di animatori propone – con una lettura dialogata (= a più voci) – alcune sottolineature e suggestioni, legate al tema specifico dell'incontro, ispirate dalla lettura di alcuni passaggi della parola di Dio (Antico e Nuovo Testamento) che illuminano l'esperienza umana alla luce del progetto divino. L'incontro si chiude con un breve momento spontaneo di preghiera comunitaria.

- **Linee guida per l'analisi dell'attività:**

La ricerca dei passi della parola di Dio che si ritengono più appropriati ai diversi temi avviene di concerto tra la coppia degli animatori ed il parroco, privilegiando (ove possibile) i passi in cui il linguaggio biblico appare più immediatamente comunicativo e comprensibile anche ad ascoltatori che non abbiano molta dimestichezza con il linguaggio religioso.

La speranza è quella di favorire l'incontro personale con la parola di Dio e con il suo significato vitale per ogni persona e situazione. Riteniamo sarebbe una buona cosa (se già non viene fatto in altra occasione) offrire una copia del Nuovo Testamento ad ogni coppia all'inizio del corso.

- **Allegati: (es. schede, documenti, ecc...)**

ALLEGATO "A": esempio di traccia per l'incontro sul tema della libertà. (su 2 pagine)

ALLEGATO “A”

Tema della LIBERTÀ (1ª parte)

L'UOMO NEL GIARDINO DELL'EDEN

Poi il Signore Dio piantò un giardino in Eden, a oriente, e vi collocò l'uomo che aveva plasmato. Il Signore Dio fece germogliare dal suolo ogni sorta di alberi graditi alla vista e buoni da mangiare, tra cui l'albero della vita in mezzo al giardino e l'albero della conoscenza del bene e del male. Il Signore Dio prese l'uomo e lo pose nel giardino di Eden, perché lo coltivasse e lo custodisse. Il Signore Dio diede questo comando all'uomo: «Tu potrai mangiare di tutti gli alberi del giardino, ma dell'albero della conoscenza del bene e del male non devi mangiare, perché, quando tu ne mangiassi, certamente moriresti».

Il serpente era la più astuta di tutte le bestie selvatiche fatte dal Signore Dio. Egli disse alla donna: «È vero che Dio ha detto: Non dovete mangiare di nessun albero del giardino?». Rispose la donna al serpente: «Dei frutti degli alberi del giardino noi possiamo mangiare, ma del frutto dell'albero che sta in mezzo al giardino Dio ha detto: Non ne dovete mangiare e non lo dovete toccare, altrimenti morirete». Ma il serpente disse alla donna: «Non morirete affatto! Anzi, Dio sa che quando voi ne mangiaste, si aprirebbero i vostri occhi e diventereste come Dio, conoscendo il bene e il male». Allora la donna vide che l'albero era buono da mangiare, gradito agli occhi e desiderabile per acquistare saggezza; prese del suo frutto e ne mangiò, poi ne diede anche al marito, che era con lei, e anch'egli ne mangiò. Allora si aprirono gli occhi di tutti e due e si accorsero di essere nudi; intrecciarono foglie di fico e se ne fecero cinture.

Poi udirono il Signore Dio che passeggiava nel giardino alla brezza del giorno e l'uomo con sua moglie si nascosero dal Signore Dio, in mezzo agli alberi del giardino. Ma il Signore Dio chiamò l'uomo e gli disse: «Dove sei?». Rispose: «Ho udito il tuo passo nel giardino: ho avuto paura, perché sono nudo, e mi sono nascosto».

Riprese: «Chi ti ha fatto sapere che eri nudo? Hai forse mangiato dell'albero di cui ti avevo comandato di non mangiare?». Rispose l'uomo: «La donna che tu mi hai posta accanto mi ha dato dell'albero e io ne ho mangiato». Il Signore Dio disse alla donna: «Che hai fatto?». Rispose la donna: «Il serpente mi ha ingannata e io ho mangiato». Poi il Signore Dio fece all'uomo e a sua moglie delle tuniche di pelle e li vestì. E il Signore Dio li mandò via dal giardino di Eden.

COMMENTO

Nel Paradiso terrestre c'è un albero: è la guida per le azioni dell'uomo, il suo limite, è il segno della parola di Dio.

Nel Paradiso terrestre c'è il serpente: è la voce profonda, interna all'uomo che decide di provare a sostituire Dio creatore con idoli più facili, meno esigenti che non pongono limiti.

Adamo ed Eva scelgono: decideranno loro, di volta in volta, chi sarà il loro dio. Forse sarà il potere, sarà il denaro, forse il lavoro, probabilmente il cibo o il sesso. Forse decideranno di fare a meno di Dio.

Nel Paradiso terrestre c'è Dio, dal passo leggero come un soffio, che ha bisogno di creature, simili a Lui, da amare.

C'è Dio che non può accettare il disordine, la disarmonia dei patti non rispettati. C'è Dio che guarda triste l'uomo indifeso che ha deciso di allontanarsi da Lui.

C'è Dio che non trattiene, non lega, non obbliga ma dice: Ecco i vestiti per coprirvi...

Tema della LIBERTÀ (2ª parte)

LE TENTAZIONI DI GESÙ E L'INIZIO DEL SUO MINISTERO

Gesù fu condotto dallo Spirito nel deserto per esser tentato dal diavolo. E dopo aver digiunato quaranta giorni e quaranta notti, ebbe fame.

Il diavolo allora gli si accostò e gli disse: «Se sei Figlio di Dio, di' che questi sassi diventino pane». Ma egli rispose: «Sta scritto: *Non di solo pane vivrà l'uomo, ma di ogni parola che esce dalla bocca di Dio*».

Allora il diavolo lo condusse con sé nella città santa, lo depose sul pinnacolo del tempio e gli disse: «Se sei Figlio di Dio, gettati giù, poiché sta scritto: *Ai suoi angeli darà ordini a tuo riguardo, ed essi ti sorreggeranno con le loro mani, perché non abbia a urtare contro un sasso il tuo piede*». Gesù gli rispose: «Sta scritto anche: *Non tentare il Signore Dio tuo*».

Di nuovo il diavolo lo condusse con sé sopra un monte altissimo e gli mostrò tutti i regni del mondo con la loro gloria e gli disse: «Tutte queste cose io ti darò, se, prostrandoti, mi adorerai». Gesù gli rispose: «Vattene, satana! Sta scritto: *Adora il Signore Dio tuo e a lui solo rendi culto*».

Allora il diavolo si allontanò da lui per ritornare al tempo fissato.

COMMENTO

Nella solitudine del deserto c'è Gesù: ha fame, pensa al suo rapporto con il Padre e alle difficoltà della missione che deve affrontare: in quel momento Gesù è figura dell'uomo fragile, vulnerabile di fronte alle scelte difficili.


Nella solitudine del deserto c'è il serpente, il diavolo: come a Adamo ed Eva propone a Gesù una scelta radicale: perché sottostare alle esigenze di Dio quando è così facile soddisfare le proprie necessità o ambizioni? Se hai fame puoi trasformare le pietre in pane, se vuoi la ricchezza ed il potere basta che ascolti me anziché Dio, se vuoi che tutti ti ammirino fai un gesto eclatante: buttati giù dalla cima del Tempio, tanto sai che Dio ti salverà. In fondo che male c'è?

Nella solitudine del deserto Gesù dà al tentatore la sua risposta definitiva: Sta scritto: non di solo pane vivrà l'uomo... sta scritto: adorerai il Signore tuo Dio, a lui solo rivolgerai la tua preghiera... È stato detto: non tenterai il Signore tuo Dio...

Anche a noi oggi, come ad ogni uomo di ogni tempo viene posta questa scelta decisiva.

Chi ascoltare?: la parola di Dio o la tentazione del serpente che ci vuoi persuadere che non esiste altro Dio all'infuori di noi?

Dobbiamo scegliere tra la risposta di Adamo e quella di Gesù...

ANNO: 2008	ÉQUIPE CPM: PARROCCHIA DEMONTE	(ZONA VALLE STURA)
ATTIVITÀ N° 11	AMBITO / ARGOMENTO: dialogo nella coppia	
	TITOLO: COS'È, COSA NON È	

- **Obiettivi dell'attività:**

Approfondire in modo costruttivo un tema apparentemente scontato quale il dialogo nella coppia.

- **Durata:**

1 ora se il gruppo non è numeroso.

- **Partecipanti:**

Tutte le coppie presenti. Funziona bene quando il gruppo non è troppo numeroso (5-8 coppie).

- **Materiale occorrente:**

Un cartellone, dei fogli bianchi e dei pennarelli.

- **Svolgimento:**


Ad ogni coppia vengono consegnati 2 fogli con scritto su uno "È" e sull'altro "NON È". Singolarmente dopo essersi spostati di posto i fidanzati devono indicare cosa il dialogo è e cosa non è a seconda del foglio scelto. Terminato il lavoro individuale ognuno appende al cartellone il proprio scritto e lo commenta.

- **Linee guida per l'analisi dell'attività:**

L'equipe che guida la serata ha scelto questa modalità un po' diversa dal solito, di dividere le coppie al fine di creare ulteriore dialogo di confronto tra fidanzati. Non bisogna farsi trarre in inganno dall'apparente semplicità del tema trattato, cercando di far emergere i contenuti essenziali dando all'argomento l'importanza che merita.

- **Allegati: (es. schede, documenti, ecc...)**

ANNO: 2008	ÉQUIPE CPM: PARROCCHIA MADONNA DELL'OLMO (ZONA OLTRESTURA)
ATTIVITÀ N° 12	AMBITO / ARGOMENTO: gioie e difficoltà della vita di coppia
	TITOLO: TAGLIA & INCOLLA



- **Obiettivi dell'attività:**

Far mettere in evidenza dai fidanzati ciò che ritengono bello, ma soprattutto ciò che ritengono difficile nella vita di coppia e perché.

- **Durata:**

½ ora – 40 minuti per una decina di coppie.

- **Partecipanti:**

Tutte le coppie presenti. Funziona bene quando il gruppo non è troppo numeroso (5-10 coppie).

- **Materiale occorrente:**

Ritagli di giornale, immagini e foto di qualunque tipo, di cui una parte dovrebbe avere un riferimento alla coppia.

- **Svolgimento:**

Si spargono su un tavolo, in posizione centrale rispetto alla stanza, tutte le immagini. Si lascia il tempo alle coppie di scegliere due immagini per ciascuno (quindi quattro ogni coppia): una immagine per l'aspetto positivo e una immagine per l'aspetto negativo della vita di coppia. Naturalmente la scelta deve essere soggettiva, ciascuno è libero di interpretare l'immagine scelta come meglio crede (in questa fase è meglio che le coppie siano inizialmente divise). Scelta la foto ciascuno prende posto alle coppie per il confronto: devono spiegarsi le scelte fatte e infine scegliere insieme un solo aspetto positivo e un solo aspetto negativo dei due che avevano scelto individualmente. L'animatore invita una coppia alla volta ad esprimere il bello e il brutto dell'essere coppia descrivendo le immagini scelte ed infine li esorta a spiegare perché hanno deciso di tenere una determinata gioia della coppia o una determinata difficoltà.

- **Linee guida per l'analisi dell'attività:**

- **Allegati: (es. schede, documenti, ecc...)**

ANNO: 2007	ÉQUIPE CPM: PARROCCHIA SAN GIUSEPPE	(ZONA OLTREGESSO)
ATTIVITÀ N° 13	AMBITO / ARGOMENTO: coinvolgimento comunità parrocchiale	
	TITOLO: PERCORSO IN RETE... DI PREGHIERA	

- **Obiettivi dell'attività:**

1. Creare unità tra la comunità parrocchiale e i fidanzati che vivono il corso.
2. Creare e far crescere l'unità tra le coppie di fidanzati.

- **Durata:**

In parrocchia inizia almeno una settimana prima dell'inizio del corso e termina con la sua chiusura. Con i fidanzati la durata coincide con il corso stesso.

- **Partecipanti:**

In parrocchia non c'è il limite. L'anno scorso sono state interessate una ottantina di famiglie. Per il gruppo di fidanzati sono coinvolte tutte le coppie.

- **Materiale occorrente:**

Cartoncini tipo biglietti da visita sui quali vengono scritti i nomi (solo i nomi) di una coppia di fidanzati.

- **Svolgimento:**

In chiesa si predispone un cestino con i cartoncini e le famiglie o persone singole scelgono: a esaurimento dei cartoncini si ripete l'operazione. Con il gruppo di fidanzati si predispone il cestino con un numero di cartoncini equivalente alle coppie stesse. Ogni coppia al primo incontro ne sceglie uno. All'incontro successivo arrivando lo rimettono insieme agli altri nel cestino e al termine al momento di ripartire ne scelgono un altro. Ad ogni incontro si ripete l'operazione.

- **Linee guida per l'analisi dell'attività:**

- **Allegati: (es. schede, documenti, ecc...)**

ANNO: 2007	ÉQUIPE CPM: PARROCCHIA CATTEDRALE	(ZONA CUNEO CITTÀ)
ATTIVITÀ N° 14	AMBITO / ARGOMENTO: verifica incontro	
	TITOLO: COSA MI PORTO A CASA STASERA?	

- **Obiettivi dell'attività:**

Per gli animatori: una verifica immediata dell'incontro.

Per il gruppo: un breve "riassunto" dei contenuti dell'incontro.

Per il singolo: la focalizzazione su un aspetto dell'incontro che lo ha particolarmente colpito.

- **Durata:**

L'attività si svolge per 10 minuti circa, al termine di ogni incontro.

- **Partecipanti:**

Ogni singolo partecipante, animatori e sacerdote compresi.

- **Materiale occorrente:**

Nessuno.

- **Svolgimento:**

Al termine della serata viene richiesto, sotto forma della domanda "cosa mi porto a casa stasera?", di fare una piccola verifica dell'incontro condividendo con tutto il gruppo quell'aspetto o quel sentimento, quella parola, quella sensazione... che in quel determinato incontro è stata particolarmente rilevante per la sua crescita personale e di coppia e che vorrebbe portare a casa e mettere sotto il cuscino per farne tesoro.

Questo è l'unico momento dell'incontro a cui è richiesto a tutti, animatori compresi, di mettersi in gioco e condividere con il gruppo. A seconda dell'affiatamento, si può fare un giro spontaneo di impressioni o, se il gruppo è un po' timido, si utilizzerà il metodo "a giro".


Importante: è un momento in cui una persona condivide con il gruppo impressioni ed emozioni: non è richiesto uno scambio, ma il "semplice" ascolto.

- **Linee guida per l'analisi dell'attività:**

Questa attività costituisce un buon "termometro" sull'andamento dei singoli incontri per gli animatori e per i partecipanti; è un indicatore dello svolgimento del corso, più in particolare dell'efficacia della serata specifica. Dalle singole riflessioni emerge ben chiaro a tutti cosa si è seminato.

- **Allegati: (es. schede, documenti, ecc...)**

ANNO: 2008	ÉQUIPE CPM: PARROCCHIA BORGO SAN DALMAZZO (ZONA VALLI GESSO E VERMENAGNA)
ATTIVITÀ N° 15	AMBITO / ARGOMENTO: <p style="text-align: center;">gioco di verifica</p> TITOLO: <p style="text-align: center;">L'ASTA DEI VALORI DI COPPIA</p>



- **Obiettivi dell'attività:**

1. Aiutare i fidanzati a visualizzare quali saranno, all'interno della loro coppia di sposi, gli obiettivi per cui varrà la pena di spendere energia.
2. Rendere consapevoli che per raggiungere un obiettivo è necessario passare tramite delle azioni concrete.

- **Durata:**

Da 1 a 2 ore (comprehensive di confronto di gruppo).

- **Partecipanti:**

Ogni singolo partecipante, animatori e sacerdote compresi.

- **Materiale occorrente:**

Una mazzetta di biglietti bianchi.

Tante buste quanti sono gli obiettivi da raggiungere.

Dei fogli colorati formato A4 con la scritta in grande degli obiettivi.

- **Svolgimento:**

Si invitano le coppie a riflettere sugli obiettivi che appena sposati vorranno raggiungere, facendo riferimento a quelli proposti dal conduttore, scritti in grande sui fogli A4 colorati e appesi al muro, in ordine sparso, visibili a tutti. Le copie devono individuare gli obiettivi, le politiche e le strategie di coppia per raggiungerli, la motivazione e l'impegno.

Si distribuiscono a ciascuna coppia un ugual numero di biglietti bianchi (10-15 circa) invitando ciascuna coppia a scrivervi sopra i rispettivi nomi.

I biglietti rappresentano la moneta per l'asta, tradotte come le azioni che ciascuna coppia intende svolgere per raggiungere un obiettivo.

Il conduttore a questo punto sottolinea che:

- Ogni coppia dovrà scegliere su quale o quali obiettivi fare la propria offerta utilizzando come moneta i biglietti con i propri nomi. Essendo i biglietti limitati più obiettivi si scelgono, più basse sono le offerte, meno possibilità di vittoria, mentre se si scelgono meno obiettivi, le puntate possono essere più alte, si ha più possibilità di vittoria, ma si raggiungeranno alla fine del gioco probabilmente meno obiettivi.
- Ogni biglietto dovrà riportare scritta un'azione che la coppia intende svolgere per raggiungere l'obiettivo.
- Si possono offrire più biglietti per un singolo obiettivo. Quindi tanti sono le monete puntate su un obiettivo tanti devono essere le diverse azioni che la coppia deve svolgere per raggiun-

gerlo. Le azioni devono essere il più concrete possibili, non astratte come “ti vorrò bene...”, “cercherò di capirti...”, e dovranno rispondere a una precisa strategia per il conseguimento della meta.

- Ciascuna coppia dopo ampia discussione deposita i propri biglietti nelle buste rispettive agli obiettivi scelti.
- Vince l’asta di ciascun obiettivo la coppia che ha offerto il maggior numero di biglietti.
- Quando tutti le coppie hanno fatto le loro offerte le buste vengono sigillate.

A questo punto si aprono le buste. Un obiettivo alla volta. Il conduttore dice a voce alta i nomi delle coppie che lanciano l’offerta e il numero di azioni offerte. Al termine dichiara la coppia vincitrice dell’obiettivo.

I vincitori dovranno illustrare alle altre coppie il perché hanno scelto di investire così tante “azioni” in quell’obiettivo e quali sono le azioni che intendono svolgere per perseguirlo.

-
- **Linee guida per l’analisi dell’attività:**

-
- **Allegati: (es. schede, documenti, ecc...)**
-

ANNO: 2007	ÉQUIPE CPM: PARROCCHIA CUORE IMMACOLATO	(ZONA CUNEO CITTÀ)
ATTIVITÀ N° 16	AMBITO / ARGOMENTO: incontro riassuntivo e conclusivo	
	TITOLO: SERATA A SORPRESA...	

• **Obiettivi dell'attività:**

1. Occasione di verifica complessiva sugli stimoli di riflessione e dialogo proposti dal corso.
2. Momento comune di preghiera per meglio comprendere il significato profondo del rito.

• **Durata:**

Una intera serata (indicativamente dalle 21 alle 22,45).

• **Partecipanti:**

Coppie di fidanzati (oltre agli animatori e al parroco nella seconda parte, da vivere in chiesa)

• **Materiale occorrente:**

Nei locali del corso: un cartellone a forma di cuore suddiviso in tante parti quanti sono i gruppi, riviste, giornali, forbici, pennarelli, colla, nastro adesivo.

In chiesa: lumini (uno per coppia), un riproduttore di musica ed un nastro di musica adatta come sottofondo alla celebrazione, fogli con la formula del rinnovo del patto coniugale (uno per ogni animatore), un supporto per fissare i vari pezzi del cartellone per ricomporli a forma di cuore, candela, cero pasquale.

• **Svolgimento:**

Prima parte.

- Riunione plenaria nella quale viene spiegato lo svolgimento della serata (a sorpresa):
- A ciascun gruppo di fidanzati viene consegnata una parte del cartellone e il materiale occorrente per ritagliare ed incollare, dopo di che ogni gruppo raggiunge la stanza assegnata per lo svolgimento del lavoro, che viene svolto senza la presenza di animatori. Le coppie scelgono in modo concordato frasi ed illustrazioni che ritengono adatte a rappresentare gli aspetti più significativi della vita di coppia che sono stati individuati nel corso dei vari incontri. Il tutto viene incollato sul cartellone ed infine si sceglie la persona che illustrerà brevemente il significato del lavoro fatto. Al termine tutti si trasferiscono in chiesa portando i cartelloni.
- Nel frattempo gli animatori preparano il momento della celebrazione. Vengono predisposti sui banchi i lumini, sistemato il supporto per fissare i pezzi del cartellone, il riproduttore di musica, il cero pasquale, i fogli del rinnovo del patto coniugale.

Seconda parte

- Tutti insieme si raggiunge il luogo della celebrazione. I fidanzati prendono posto nei banchi; gli animatori si dispongono di fronte ai banchi. In sottofondo accompagnamento musicale.

- I rappresentanti di ogni gruppo sono chiamati a fissare sul supporto la parte del cartellone da loro preparata e a illustrare brevemente le motivazioni della scelta delle frasi e delle immagini. Alla fine il cartellone a forma di cuore si ricompone formando appunto un cuore e riassumendo idealmente il percorso di riflessione fatto dai fidanzati.
- Successivamente, il celebrante attinge la luce dal cero pasquale e con essa passa tra i banchi accendendo i lumini delle coppie più vicine, le quali a loro volta passano il fuoco alle altre; nel frattempo viene letta a frasi alterne, da una coppia di animatori, una breve riflessione sul “rito della luce”, spiegando il significato del gesto che si sta svolgendo (vedi allegato A).
- Seguono alcune intenzioni di preghiera preparate dagli animatori e l’invito ai fidanzati di proseguire con eventuali loro preghiere spontanee.
- Alla fine della preghiera il celebrante chiama le coppie di animatori a rinnovare il loro patto coniugale con la formula del foglietto (vedi allegato B) letta prima dagli sposi (tutti insieme) e poi dalle spose. La celebrazione si conclude con la benedizione finale e la consegna degli attestati di partecipazione al corso.

• **Linee guida per l’analisi dell’attività:**

Ovviamente le modalità sono puramente indicative e riflettono l’esperienza concreta maturata, nel tentativo di fornire ai fidanzati occasioni e stimoli di dialogo, all’interno delle singole coppie e nei confronti delle altre coppie. Gli animatori tentano di porsi come fornitori di stimoli, sollecitatori di dialogo e ascoltatori, evitando di apparire come “portatori di verità” calate dall’alto.

• **Allegati: (es. schede, documenti, ecc...)**

ALLEGATO “A” – commento del “rito della luce”.

ALLEGATO “B” – formula di rinnovo del patto coniugale.

ALLEGATO “A”

Commento al rito della luce

Il celebrante accende ora la candela al cero pasquale che nella liturgia di Pasqua rappresenta Gesù Cristo, morto e risorto, che ha detto: «io sono la luce del mondo: chi segue me non cammina nelle tenebre, ma avrà la luce della vita».

Quello stesso Gesù che agli uomini che in tutti i tempi credono in lui (e quindi anche a noi) ha detto: voi siete la luce del mondo, che non deve restare nascosta, ma deve risplendere davanti agli uomini, perché vedano le nostre buone opere e rendano gloria a Dio Padre che le ha ispirate.

Così, accendendo i nostri lumi al fuoco del cero pasquale, noi riconosciamo che in questo mondo pieno di odio, guerre, violenza e paura, siamo chiamati con la nostra vita insieme a condividere la luce della speranza con coloro che vivono intorno a noi.

La luce dell’amore, della pazienza, del perdono, della comprensione e della gioia che il Signore ci comunica e che noi ci trasmettiamo ci impegniamo a mantenerla viva ed a rinnovarla ogni giorno.

ALLEGATO “B”

Rinnovo del patto coniugale

Carissimi coniugi, eravate venuti insieme nella casa del Padre perché il vostro amore ricevesse il suo sigillo e la sua consacrazione davanti al ministro della Chiesa e davanti alla comunità.

Voi siete già consacrati mediante il Battesimo: ora Cristo vi benedice e vi rafforza perché vi amiate l'un l'altro con amore fedele e inesauribile e continuate ad assumervi responsabilmente i doveri del matrimonio.

Pertanto vi chiedo di rinnovare davanti a Dio e alla Chiesa le vostre intenzioni.

- *Continuate a vivere il vostro matrimonio senza alcuna costrizione, in piena libertà e consapevoli del significato della decisione presa nel giorno delle vostre nozze?*

Sì.

- *Siete disposti, seguendo la via del matrimonio, a continuare ad amarvi e onorarvi l'un l'altro per tutta la vita?*

Sì.

- *Siete disposti a continuare ad accogliere responsabilmente e con amore i figli che Dio vi ha donato e a educarli secondo la legge di Cristo e della sua Chiesa?*

Sì.

Se dunque è vostra intenzione di rinnovare la promessa che vi siete scambiati nel giorno delle vostre nozze, datevi la mano destra e ripetete davanti a Dio e alla sua Chiesa il vostro consenso.

Gli sposi si danno la mano destra e lo sposo dice:

**Io, accolgo te, come mia sposa.
Con la grazia di Cristo
prometto di esserti fedele sempre,
nella gioia e nel dolore,
nella salute e nella malattia,
e di amarti e onorarti
tutti i giorni della mia vita.**

La sposa dice:

**Io, accolgo te, come mio sposo.
Con la grazia di Cristo
prometto di esserti fedele sempre,
nella gioia e nel dolore,
nella salute e nella malattia,
e di amarti e onorarti
tutti i giorni della mia vita.**

Il Signore onnipotente e misericordioso, confermi il consenso che oggi avete rinnovato davanti alla Chiesa, vi custodisca e vi ricolmi della sua benedizione. Non osi separare l'uomo ciò Dio unisce.

O Dio, che hai guidato questi coniugi in un'indissolubile comunità di vita attraverso gioie e dolori, purifica e accresci il loro amore con la forza del tuo Spirito, perché (insieme con i loro figli) godano sempre della tua amicizia.

Per il nostro Signore...

O Maria, che sei stata sposa e madre esemplare, accompagna con la tua intercessione queste famiglie e queste coppie di fidanzati che si uniranno in matrimonio nei prossimi mesi.

Ave Maria...

ANNO: 2008	ÉQUIPE CPM: PARROCCHIA SAN GIOVANNI BOSCO	(ZONA CUNEO CITTÀ)
ATTIVITÀ N° 17	AMBITO / ARGOMENTO: giornata dedicata (dialogo di coppia)	
	TITOLO: UNA DOMENICA INSIEME	



- **Obiettivi dell'attività:**

Creare gruppo e migliorare il dialogo nella coppia.

- **Durata:**

Una domenica, dalle 9.30 alle 17.00.

- **Partecipanti:**

Tutte le coppie iscritte al corso + l'équipe.

- **Materiale occorrente:**

Un ambiente al di fuori della parrocchia, schede di lavoro, presentazione power point, film.

- **Svolgimento:**

Orario della giornata:

9.30	ritrovo e preghiera
10.00	relazione "il dialogo nella coppia"
11.00	lavoro individuale con schede e scambio di coppia (ALLEGATI "A" e "B")
12.00	s. messa
13.00	pranzo e ricreazione
14.30	proiezione del film "Casomai"
16.30	dibattito e conclusione (ALLEGATO "C")

- **Linee guida per l'analisi dell'attività:**

- **Allegati: (es. schede, documenti, ecc...)**

ALLEGATO "A" – scheda "Il contenuto delle nostre conversazioni". (su 2 pagine)

ALLEGATO "B" – "Un metodo di comunicazione in coppia".

ALLEGATO "C" – scheda di "CASOMAI – pensieri del film".

ALLEGATO “A”

IL CONTENUTO DELLE NOSTRE CONVERSAZIONI

A. Quando siamo insieme, a me personalmente, di che cosa piace parlare?

⇒ - Mi sento ascoltato da? Valuto questo da 0 a 9, come io lo percepisco.

⇒ - Ci sono dei temi che non posso trattare? Quali? Perché?

Mi piace parlare di ...	Valuto il suo ascolto	esteriore	interiore

Temi che non posso trattare:

.....

.....

.....

B. A di che cosa ha piacere di parlare?

⇒ - Io l’ascolto? Valuto il mio ascolto da 0 a 9.

⇒ - Di che cosa mi piacerebbe sentirlo/a parlare?

A piace parlare di ...	Valuto il mio ascolto	esteriore	interiore

Mi piacerebbe sentirlo/a parlare di:

.....

.....

.....

C. Classifico le risposte precedenti nelle seguenti categorie: cose piuttosto esteriori o interiori e personali

- a) Io parlo molto di ciò che vivo nel mio intimo? Valuto da 0 a 9.
- b) parla molto di ciò che vive nel suo intimo? Valuto da 0 a 9.

D. Se ho difficoltà a parlare di ciò che vivo nel mio intimo, cerco di decifrarne il perché.

- a) - Che cosa mi trattiene?
- b) - Da dove viene questa difficoltà? È una cosa che risale lontano, nel mio passato?

.....

.....

.....

.....

.....

E. Se ho difficoltà ad ascoltare, cerco di scoprirne il perché.

- a) - Cosa e quando ho difficoltà ad ascoltare?
- b) - Da dove viene questa difficoltà? È una cosa che risale lontano, nel mio passato?

.....

.....

.....

.....

.....

F. Cosa posso fare per migliorare la mia capacità di comunicare?

Cosa posso fare per migliorare la mia capacità di ascolto?

Quali motivazioni trovo in me per crescere in questo aspetto del mio amore per?

.....

.....

.....

.....

.....

ALLEGATO “B”

UN METODO DI COMUNICAZIONE IN COPPIA

X...	Y...
1° tempo	
- X... legge il suo testo - Termina dicendo: “è tutto”, o “ho finito”, o qualcosa di analogo	- Y... tace - Ascolta - Cerca di capire il vissuto dell’altro. - Può porre domande di comprensione - Ma nessuna discussione su quello che è detto
2° tempo	
Chi ha ascoltato, comunica a sua volta ciò che desidera.	
- X... tace - Ascolta - Cerca di <u>capire</u> il vissuto dell’altro - Può porre domande di comprensione - Ma <u>nessuna discussione</u>	- Y... legge il suo testo - Termina dicendo: “è tutto”, o “ho finito”, o qualcosa di analogo
3° tempo	
<u>Scambi liberi</u> su quello che è stato comunicato e su quello che ha potuto risvegliarsi in sé ascoltando l’altro	

Poi, si passa alla risposta seguente utilizzando lo stesso metodo in tre tempi.

Ciascuno comunica ciò che desidera fino alla fine senza essere interrotto, salvo per eventuali domande di comprensione. Ma ogni discussione è rimandata alla fine.

Quindi l’altro ascolta e cerca di capire il vissuto del suo partner.

Ciascuno ascolta l’altro e cerca di raggiungerlo in quello che vive, al di là delle parole che utilizza per dirsi. Durante questo ascolto è bene stare in guardia contro quello che si pensa già:

- quello che si pensa dell’altro,
- quello che si pensa della relazione che vive con noi,
- quello che pensa di noi.

Staccandosi così dalle immagini che si hanno già, si può raggiungere l’altro nel vissuto che esprime oggi e si può sentire del nuovo. Per sperimentare l’importanza di questo principio, osservatevi. Constatere che non siete neutri su tutti questi punti. È normale.

Quello che l’altro dirà può anche scuotervi in quello che pensavate.

Il primo riflesso è allora quello di aggrapparsi all’immagine che ci si era fatta: dell’altro, della relazione, dell’immagine che aveva di voi.

Il rischio è allora quello di reagire e di non ascoltare più l’altro nel suo vissuto del momento.

Di qui l’importanza del tacere, cercando di capire e ponendo le domande suscettibili di chiarirvi nel suo vissuto reale. Non è ancora il momento di instaurare la discussione e di dare il vostro punto di vista.

La resistenza al cambiamento del punto di vista sull’altro, quando la viviamo, è pericolosa.

In effetti:

- fissiamo l’altro nell’immagine che abbiamo di lui,
- non lo incontriamo veramente nella sua novità sempre possibile,
- rischiamo di bloccare qualsiasi evoluzione della relazione.

Come noterete, si tratta di due monologhi alternati.

Nella vita corrente, non siamo abituati ad ascoltare a lungo, senza intervenire. A volte è un peccato.

Nello scambio così vissuto, lasciamo a ciascuno la possibilità di dirsi fino in fondo senza essere interrotto. È importante sapere, ancora prima di iniziare, che si potrà andare fino alla fine di quello che si desidera dire e che si sarà ascoltati senza essere interrotti. Potrete constatare che tali dialoghi, condotti con il rigore del metodo presentato, permettono di viverli nella verità.

Possono contribuire a far progredire la vostra unità di coppia.

ALLEGATO “C”

CASOMAI – Pensieri del film

Siete credenti (il prete a Tommaso e Stefania)? Battezzati... un po' come tutti...
 Come mai volete sposarvi in chiesa? Per i nostri parenti.
 La preparazione l'avete fatta? Con tutta la vita che facciamo noi... No.
 Come vi immaginate il matrimonio? Normale, volersi bene, avere dei figli...
 Avete un sogno sul vostro matrimonio? I pattinatori: l'intesa perfetta che si gioca con un equilibrio precario su una superficie pericolosa. Ci vuole grande fiducia ed allenamento quotidiano.
Prometto di esserti fedele sempre, di onorarti quasi tutti i giorni
casomai, c'è sempre una porta aperta
 la tentazione sarà il sale della vostra vita
 qualche piccola scappatella vi accompagnerà...
 Avete il 14% di possibilità di separarvi, il 58% di tradirvi, il 17% di essere infelici:
 faccio finta di niente?
 Avevo paura che andasse a finire come sempre: ti svegli e non sei più innamorato.
 Una cosa è l'amore ed una cosa è il dormire insieme...
 Attenzione alla dipendenza dai suoceri (la casa donata).
 Il pensiero "Non posso più vivere senza di te", mi fa paura.
 Convivenza e matrimonio sono la stessa cosa? Sposarsi è un impegno preciso per tutta la vita.
 Sbagliare non deve diventare una regola. Ognuno si assume le proprie responsabilità
 Nel matrimonio, l'importante è trovarsi o resistere?
 Gli amici: "Sono esagerati con il bambino. Non si può più fumare, ascoltare la musica...
 Pensano solo al bimbo... Ci credo che si isolano..."
 Tre campanelli di allarme per un matrimonio: non si esce più, non si fa più sesso, si guarda la TV.
 Baby-sister? No! Ma siamo pronti ad assumercene le conseguenze?
 Matrimonio più figlio: il rischio è che Tommaso sia sempre meno disponibile.
 Il figlio affidato ai nonni... Gli errori: latte con sale.
 Ora la situazione è cambiata: dobbiamo cercare una baby-sitter. Perché?
 È idiota fare figli per farli allevare da qualcuno che per fare questo deve lasciare i suoi figli.
Non ti conosco più, sei spento... O la famiglia o il lavoro.
 La cosa peggiore è che non parliamo più. Guardi la TV per non parlare più. Non parli perché non hai più niente da dirmi.
 È come se la parte migliore di te si fosse addormentata.
 Ci sarà un motivo per cui vi siete separati? Quando una storia è rotta, è rotta.
 Ho provato delle cose che con Carlo neanche lontanamente...
 Un uomo non avrà mai tutto quello che una donna si aspetta da lui. Così il matrimonio si rompe.
 I bambini costano. Asilo: agevolazioni per i figli di separati. Ma allora bisogna separare padre e madre per mandare un figlio al nido?
 Passa molto tempo col bambino? Abbastanza... La domenica e qualche volta il sabato...
 Se mi dedico alla famiglia, perdo il lavoro, se mi dedico al lavoro, perdo la famiglia.
 Sono nuovamente incinta. Cosa vuoi fare? Cosa vogliamo fare? I bambini si buttano mica via...
 La fedeltà gira a vuoto. La gente ha paura di sentirsi viva.
 Fino a ieri s'è reso ridicolo agli occhi di tutti per essere fedele. Lo vedi che alla fine ci cascano tutti?
 Ma come si fa a pensare che l'amore possa dissolversi, scomparire così all'improvviso...
 quest'amore, piuttosto, è stato sepolto, sotterrato da intrusioni, interferenze, tentazioni che nulla hanno a che vedere con il matrimonio.
 Non sarà che quando due persone si amano, fanno paura all'infelicità? (che è il motore del mondo)
 Non me ne faccio più nulla dei loro sì, a meno che a dire il sì non siate anche voi. Da soli non potrebbero farcela... Anche voi dovrete condividere questo matrimonio...
 Questa è una responsabilità che non posso prendermi. Il matrimonio è un fatto privato, non è una nostra scelta.

ANNO: 2008	ÉQUIPE CPM: GESUITI – ASSOCIAZIONE S.TOMASO	(ZONA CUNEO CITTÀ)
ATTIVITÀ N° 18	AMBITO / ARGOMENTO: gioco di ripasso	
	TITOLO: UN FORUM SUL GIORNO DELLE NOZZE	



- **Obiettivi dell'attività:**

Fare un ripasso e una sintesi di tutto ciò che comporta lo sposarsi, elencando sulla lavagna le cose con cui ogni coppia si dovrà misurare, evidenziando, alla fine, ciò che veramente conta e che, nel turbine dei preparativi e nello stress di quel giorno, rischia di non vivere in pienezza.

- **Durata:**

15'-20', da fare prima del questionario di verifica e della consegna degli attestati di frequenza.

- **Partecipanti:**

Tutte le coppie del corso e un animatore che introduce e guida (in modo anche spiritoso) l'attività, scrive sulla lavagna e tira poi le fila, suggerendone una lettura e dando alla fine qualche consiglio.

- **Materiale occorrente:**

Una lavagna (o un cartellone bianco 70x100 da appendere), un pennarello nero, 2 evidenziatori colorati per i cerchi, il fac-simile allegato (che vede solo lui, per assicurarsi di scrivere tutto).

- **Svolgimento:**

1. Attraverso il metodo del brainstorming l'animatore invita i fidanzati a dire, a ruota libera, cosa viene a loro in mente rispetto al giorno delle nozze, e scrive i termini che dicono in ordine cronologico dall'alto verso il basso (per tutti apparentemente in ordine casuale, non per lui, che segue l'impostazione del fac-simile, da cui ogni tanto sbircia per sollecitare le cose non ancora dette).

2. A questo punto espone una prima interpretazione dell'elenco, evidenziando come siano davvero tante le cose a cui gli sposi devono pensare, la maggior parte cose pratiche. Ne prende in esame un paio (es. bomboniere, foto) rilevando come ci siano modi e significati diversi nel realizzarle, e che rappresentano anche l'immagine o il ricordo che la coppia vuol dare o lascerà di sé ai presenti. Se c'è il tempo e un buon clima, può chiedere a qualcuno come ha pensato di agire in tal senso.

3. Dicendo che ciascuna di queste incombenze contempla attorno a sé un universo più ampio di scelte e decisioni (ad esempio cerchia la "casa", aggiungendo intorno altri termini come "mutuo", "muratori", ecc, che poi raggruppa con un cerchio più grande), passa al colpo di scena finale!

4. Includendo le relative parole scritte, esegue i tre cerchi concentrici, che rappresentano l'universo della Vita, della Festa e del Rito (con al centro il cuore). A questo punto richiama la necessità di percepire l'ordine di priorità delle cose, augurando alle coppie di saper vivere e gustare intensamente, in quel giorno, la cosa più importante (il sì reciproco), lasciando tutto il resto sullo sfondo.

- **Linee guida per l'analisi dell'attività:**

Dopo tanti contenuti “sodi” trasmessi, questa attività, se svolta in modo vivace e provocatorio, permette di fare una carrellata conclusiva e critica di tutti quegli aspetti, legati al giorno delle nozze, che per molti sposi costituiscono, ahimè, più importanza della promessa che si scambieranno.

- **Allegati: (es. schede, documenti, ecc...)**

ALLEGATO “A” – **Fac-simile del cartellone** (nel quadro tratteggiato), i quattro passaggi indicati nello svolgimento e alcuni consigli da “regalare” alle coppie. (su 2 pagine)

ALLEGATO “A”

FORUM su “il giorno delle nozze” = facciamo un elenco + scambio di idee e suggerimenti...

cioè: cosa prevede | cosa serve | cosa segue | ?

Sono davvero “tante” le cose... [ma hanno tutte la stessa importanza?]

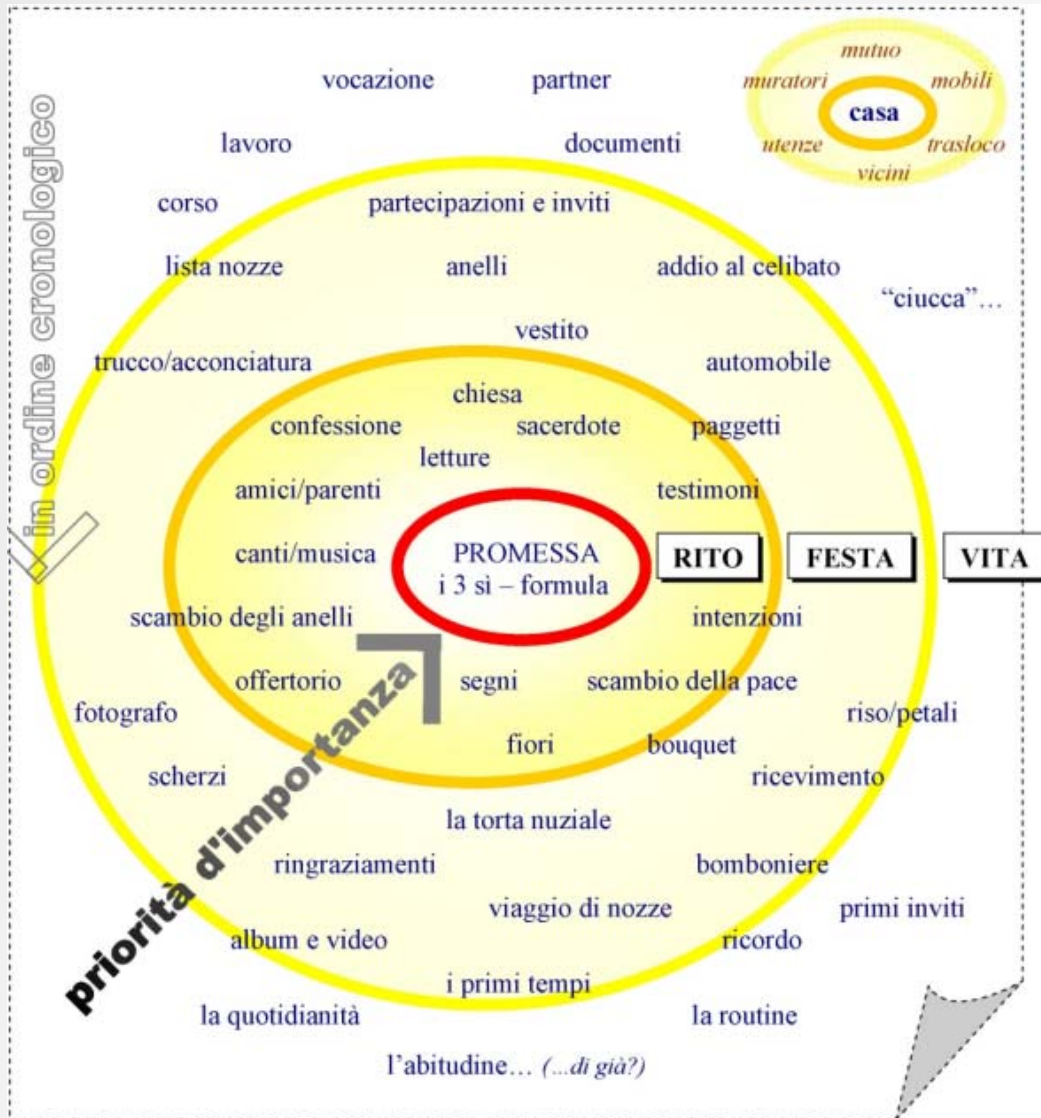
SVOLGIMENTO: 1 e 2



SVOLGIMENTO: 3



SVOLGIMENTO: 4



Una breve lettura di questo cartellone: **quel giorno lì sarete **voi** i PROTAGONISTI !!!**

(= atmosfera e stile...)

→ qualche consiglio:

- **saper rinunciare a qualcosa...** (= è un messaggio, quello che date...) solidarietà...
- **curare i particolari** (nella loro semplicità, che siano *ricchi di calore* e *capaci di coinvolgere*)
- **accettare le cose storte...** (*non possiamo avere tutto, prevedere tutto... e se poi piove?*)
- **quel giorno concentrarsi sul centro:** **il vostro sì** (tutto il resto è *secondario, accessorio...*)

INDICE

ATTIVITÀ N°	AMBITO / ARGOMENTO	TITOLO	a pagina	
		obiettivi degli incontri dei CPM	PER MAI DIMENTICARCI...	2
		ELENCO ÉQUIPE CPM della DIOCESI DI CUNEO		3
1	giochi di conoscenza	PROVIAMO A CONOSCERCI...	5	
2	giochi di conoscenza	CREARE IL PROPRIO SITO INTERNET	6	
3	giochi di conoscenza	SCAMBIO DI COPPIE!!!	7	
4	giochi di conoscenza	CARO, C'È POSTA PER TE...	8	
 5	conoscenza	VENITE PER L'APERITIVO?	10	
6	matrimonio	DISEGNA IL MATRIMONIO	11	
7	approccio al corso	PRIMA DI INCOMINCIARE...	12	
8	valori del matrimonio	INGREDIENTI DELLA TORTA	14	
9	sessualità	FARE L'AMORE... O VIVERE L'AMORE?	16	
 10	spiritualità	A CONFRONTO CON LA PAROLA DI DIO	19	
 11	dialogo nella coppia	COS'È, COSA NON È	22	
 12	gioie e difficoltà nella vita di coppia	TAGLIA & INCOLLA	23	
13	coinvolgimento comunità parrocchiale	PERCORSO IN RETE... DI PREGHIERA	24	
14	verifica incontro	COSA MI PORTO A CASA STASERA?	25	
 15	gioco di verifica	L'ASTA DEI VALORI DI COPPIA	26	
16	incontro riassuntivo e conclusivo	SERATA A SORPRESA	28	
 17	giornata dedicata (dialogo di coppia)	UNA DOMENICA INSIEME	31	
 18	gioco di ripasso	UN FORUM SUL GIORNO DELLE NOZZE	36	

 = nuova attività, inserita in quest'ultima edizione

I edizione – gennaio 2007
II edizione – gennaio 2008