

accendi  
la PACE



## Laboratorio per famiglie con bambini 3-7 anni

ATTIVITÀ GRATUITA  
RICHIEDERE  
LA PRENOTAZIONE  
**ISCRIVITI QUI**



**Domenica  
30 novembre 2025  
dalle ore 16:00 alle ore 19:00  
CUNEO - Vescovado nuovo**

L'iniziativa è proposta dall'équipe di Pastorale Battesimale in sintonia con la proposta Diocesana in preparazione al Natale.  
Un invito a **custodire e diffondere la pace a partire dalle nostre famiglie.**  
Ci proveremo insieme. Non mancate!!  
**Conclusione con apericena offerto**



## ACCENDI LA PACE “BABY”

**Obiettivo:** trascorrere insieme un pomeriggio di giochi, laboratori e riflessioni per famiglie con bambini dai 3 ai 7 anni nel tempo di Avvento in preparazione al Natale in sintonia con il cammino diocesano.

Obiettivi inter-medi	Attività	Chi	Dove	Quando e per quanto tempo	Strumenti
<b>Accogliersi</b>	Musica di sottofondo Introduzione al tema e scaletta della giornata	Équipe ZeroSei Nives	Aula Magna	<b>10'</b> (16.00-16.10)	Portatile Canto “Accendi la pace” Gen Verde
<b>Partire alla vita</b>	Riflessione con adulti su: • significato della Corona di Avvento • struttura del percorso	d.Davide Nives	Aula Magna c/adulti	<b>15'</b> (16.10-16.25)	Ppt
	<b>Corona d’Avvento</b> realizzazione della base con i bambini	Équipe ZeroSei	Sala Aliprandi c/bimbi	<b>15'</b> (16.10-16.25)	Dischi di cartone, colori, carta di vario tipo, alluminio ...
	Ritrovo plenaria per divisione in gruppi e spiegazione spostamenti	Équipe ZeroSei	Sala Aliprandi	<b>5'</b> (16.25-16.30)	Badge e Kit braccialetti (al termine di ogni laboratorio sarà consegnato un braccialetto)
<b>Ritornare alla vita e incontrare la Parola</b> <i>Primo giro di laboratori a rotazione (due gruppi negli spazi sotto e due gruppi sopra. Dopo la pausa si invertiranno)</i>	<b>P: stai Pronto</b> ... e fai ciò che ti dico	Stefy Chiara Diego	Corridoio Catechistico	<b>15'</b> (16.30-17.00)	Foglio con traccia delle cose da fare <b>“Io sono il bue”</b>
	<b>A: Ascolta</b> Di chi si tratta?	Nives Sandra	Aula Magna	<b>15'</b> (16.30-17.00)	Cellulare con cassa/pc Foto e scotch di carta <b>“Io sono Giuseppe”</b>
	<b>C: abbi Coraggio</b> Che paura!!!	Fabry Lucia	Sala Ristoro	<b>15'</b> (16.30-17.00)	Cellulare con cassa/pc <b>“Io sono Maria”</b>
	<b>E: scegli di Esserci</b> Mi metto in gioco!	Davide Lory Giacomo	Sala Aliprandi	<b>15'</b> (16.30-17.00)	<b>“Io sono l’asino”</b>
<b>Sostare</b>	Coffee & succo break	Lory Isa		<b>15'</b> (17.00-17.30)	Caffè - biscotti - succhi (macchina del caffè)
<b>Ritornare alla vita - Secondo giro di laboratori a rotazione</b>	<b>P: stai Pronto</b> <b>A: Ascolta</b> <b>C: abbi Coraggio</b> <b>E: scegli di Esserci</b>	Équipe	Sale precedenti	<b>30'</b> (17.30-18.00)	Materiali precedenti
<b>Celebrare</b>	<b>Essere LUCE</b> dalla tavola di casa alla Tavola Eucaristica		Cappella	<b>30'</b> (18.00-18.30)	Cerini colorati c/piattini 4 candele, bandiera pace telo, preghiere, accendino, racconto “La candela davanti alla Casa Bianca”
<b>Concludere</b>	<b>Gesù Bambino</b>	Équipe	Saletta Catechis	<b>10'</b> (18.30-18.40)	Pigne, mollette di legno, tappi di sughero e garze
<b>Fare festa</b>	Apericena condiviso Saluti di commiato		Sala Aliprandi	<b>30'</b> (18.40-19.00)	Cibo, bevande ... Cassetta per le offerte

*Accompagnano i gruppi e fanno foto:* don Davide, Rebecca, Marco e Margherita

## Premessa

Ogni laboratorio consiste in un'attività che prende spunto dal relativo slogan.

Al termine dell'attività ci si riserva un paio di minuti per una ripresa del messaggio con i bimbi attraverso la lettura del personaggio del presepe che si presenta loro (*Io sono ...*)

Si conclude consegnando ai bimbi presenti il braccialetto.

## Laboratorio P: stai Pronto

(Corridoio del Catechistico: Stefy, Chiara e Diego)

Si vuole testare la capacità dei bambini e degli adulti nell'essere pronti ad attuare le richieste che vengono loro presentate in modo alternato, grandi e piccoli.

### Bambini:

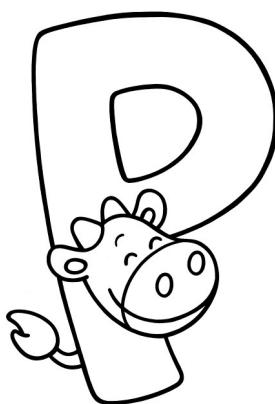
1. saltare come delle rane,
2. ripetere il loro nome saltando su un piede,
3. toccarsi il naso con la lingua,
4. fare un trenino a quattro zampe che va in retro,
5. fare cinque flessioni...



### Adulti:

1. cantare in cinese l'Inno d'Italia,
2. ripetere le seguenti parole solo con le consonanti: forchetta, ippopotamo, barchetta, cascata, cassetta ...
3. mimare le seguenti azioni:
  - andare in bicicletta,
  - cambiare una gomma della macchina,
  - arrivare al traguardo dopo una maratona,
  - rispondere ad una telefonata ...

## IO SONO IL BUE



In questa stalla due ore fa era tutto tranquillo. Poi dei passi, dei bisbigli e il cigolio della porta e sono comparsi un asino, un uomo e una donna.

Ho muggito, ho scalciato, ho fatto sentire che c'ero e ho cercato di far capire a quell'asino che non doveva buttarsi sulla mia mangiatoia. Loro, invece, non hanno badato a nulla; sembrava non mi avessero neppure visto. Tutti si sono sistemati e poi ... che meraviglia quando è nato!

L'uomo si è avvicinato e, accarezzandomi, mi ha sussurrato: "Scusa se ti abbiamo spaventato, ma ... abbiamo bisogno di te!". Ha preso la mia mangiatoia e mi ha avvicinato al piccolo. Ha deposto quel fagottino al suo interno e mi ha fatto capire che dovevo scaldarlo. Che sciocco sono stato! Ho agito con fretta ed egoismo. Non ero pronto a tutto questo. Il bimbo ha aperto gli occhi e ... ha aperto anche i miei. Questo mi ha insegnato ad essere pronto, a non essere indifferente a chi ci è vicino, alla vita e a quello che ci accade ogni giorno. Ho imparato a fermarmi, a guardare, riflettere e poi a fare rispettando tutto e tutti.



## Spunti per la riflessione: dalla Parola alla vita ...

«Anche voi tenetevi pronti perché, nell'ora che non immaginate, viene il Figlio dell'uomo» (Mt 24,44)

**P** di PRONTI ma ... pronti per cosa? L'avvento è il tempo che ci permette di cambiare per non rischiare che la nostra vita sia "DIVANATA", TRANQUILLA, INDIFFERENTE. Come fu invece per i contemporanei di Noè. Per loro l'importante era stare nel chill, ovvero prendere la vita con calma, senza cambiare, senza preoccuparsi, senza responsabilità. Tanto che non si accorsero neppure dell'arrivo del diluvio!

L'Avvento ci mette in guardia, ci esorta a tenerci PRONTI, ci invita a non rimanere indifferenti a ciò che succede attorno a noi, anche se non ci tocca direttamente. Desideriamo la pace? L'Avvento ci dice: inizia accendendo la pace con te stesso!

## Laboratorio A: Ascolta

(Aula Magna: Nives e Sandra)

Si vuole testare la capacità uditiva dei piccoli facendo loro ascoltare voci di personaggi, versi di animali e rumori della natura. Una volta ascoltate i bambini e gli adulti dovranno raggiungere le foto di chi ha emesso quel verso, quel suono o quel rumore con un andatura particolare già anticipata da chi guida l'attività prima di far sentire l'audio. Le foto sono posizionate dietro gli schienali delle sedie; i partecipanti devono avvicinarsi e mettersi in fila indiana.

(es: raggiungete la foto camminando come i granchi... ascolto audio e partenza)

**AUDIO:** versi animali, voce di un bambino, voce di un medico, voce di una maestra, voce del prete, rumori della natura,...



## IO SONO GIUSEPPE



Forse non capirò mai fino in fondo quello che veramente il Signore vuole da me. Ma di una cosa sono certo: questa notte è speciale! La giornata è stata lunga e faticosa: la lunga fila per il censimento; la tanta gente lungo le strade del paese; i tanti "no" ricevuti dalle locande; Maria sempre più stanca e sofferente. Alla fine però, quando le speranze stavano per abbandonarci, ecco che troviamo questo posto: una stalla calda! E tutto volge al meglio. La paura di non farcela lascia il posto al pianto del bimbo appena nato. Che meraviglia!! Così come è piccolo un uomo, altrettanto grande è un figlio. Non so se sarò mai capace di capire tutto, Signore, ma tu mi darai la forza e la capacità per riuscirti. Mi aiuterai ad ascoltare: prima me stesso, poi la tua Parola e infine gli altri, le persone che mi sono vicine. Mi insegherai ad ascoltare senza distrarmi, a mettermi nei panni degli altri. Mi farai comprendere come ascoltare senza per questo cambiare mente e cuore.



## Spunti per la riflessione: dalla Parola alla vita ...

«Preparate dal via del Signore, raddrizzate i suoi sentieri!» (Mt 3,3)

Giovanni Battista predicava la venuta di Gesù, e ancora oggi ci esorta a cambiare il nostro modo di vedere le cose e il nostro stile di vita. Preparare la via è possibile solo e soltanto se impariamo ad ascoltare. A metterci in ascolto di noi stessi, della Parola e degli altri.

La Pace è possibile solo e soltanto se sappiamo metterci **in ASCOLTO**, senza distrazioni e già con la risposta pronta. Ascoltare è sapersi mettere nei panni dell'altro. Ascoltare è non lasciarsi scivolare la Parola addosso, senza cambiare cuore e mente.

## Laboratorio C: abbi Coraggio

(Sala Ristoro: Fabrizio e Lucia)

Si vuole testare il coraggio dei bambini presenti attraverso una serie di sollecitazioni visive e uditive. Al termine i bambini troveranno rifugio tra le braccia dei genitori (potere dell'abbraccio).

### Serie delle sollecitazioni:

- boato provocato dall'esplosione di una bomba
- urlo di una sirena
- luce che si spegne improvvisamente
- ingresso di un pagliaccio che spaventa i bimbi e fugge
- sibilo di un serpente
- abbraccio dei genitori



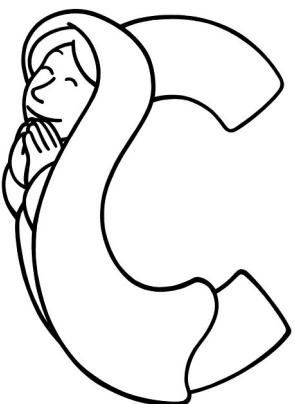
## IO SONO MARIA

Ho il cuore che batte a mille. Le fatiche e gli sforzi di queste ultime ore sono state ampiamente superate dalla dirompente emozione per la nascita di un figlio. Un piccolo bimbo nato in una umile stalla, venuto alla luce in mezzo agli animali grazie al prezioso aiuto di Giuseppe, sempre così paziente e tenero con me.



Gesù, sei nato figlio annunciato, dolce respiro, delicata carezza, morbido abbraccio e ora dormi in un riparo di fortuna dove ti trovi perfettamente a tuo agio. Con Giuseppe accanto il mio coraggio si è rafforzato sempre più. Insieme siamo riusciti a superare gli ostacoli che la vita ci ha posto davanti e ad adattarci alle situazioni che via via abbiamo dovuto affrontare. Insieme abbiamo imparato che il coraggio non è l'assenza di paura, ma la capacità di superarla. Il coraggio più grande sta nel fare, confrontarsi, e magari sbagliare, in particolare nei momenti più difficili, ma senza arrendersi.

Essere coraggiosi è vivere ogni giorno, ogni istante, senza perdere tempo, con la fiducia in ciò che verrà.



Breve riflessione sulla sensazione provata durante la duplice esperienza (paura —> abbraccio)  
**Quando siamo soli e sfiduciati, l'amore di Dio ci fa sentire amati!**

## Spunti per la riflessione: dalla Parola alla vita ...

**«Sei tu colui che deve venire o dobbiamo aspettare un altro?» (Mt 11,3)**

“Coraggio, non temete!” Abbiamo tanta paura di esporci, di fare il primo passo. Giovanni Battista ha il coraggio di chiedere. La pace comporta avere coraggio. Coraggio di uscire dalla propria cerchia, di portare la pace dove vai, in tutte le situazioni della vita, di confrontarti sapendo anche di sbagliare.

Coraggio non temere, non aver paura del confronto, continua nella tua vita ad essere un operatore di Pace, soprattutto dove si fa più fatica.

## Laboratorio E: scegli di Esserci

(Sala Aliprandi: Davide, Lory e Giacomo)

Si vuole far sperimentare ai bambini la bellezza di mettersi in gioco e sentirsi utili per il raggiungimento del bene comune. Si fa entrare il primo gruppo e gli si chiede di preparare i tavoli, le sedie, le tovaglie, i tappetini per i piccoli per il successivo apericena.

Al secondo gruppo il compito di preparare le bibite, i piatti, i bicchieri, i tovaglioli.

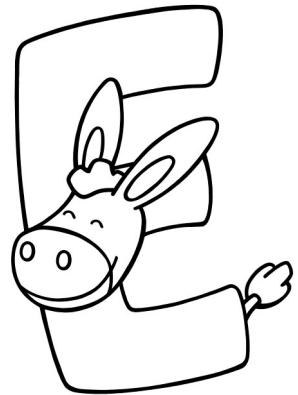


## IO SONO L'ASINO

Il viaggio è stato lungo e faticoso. Io ero carico di provviste ma soprattutto dovevo portare Lei, per non farla stancare. Ho sempre tenuto la testa bassa, per non incrociare gli sguardi degli altri cavalli, così forti e possenti. Chi sono io? Un povero asino spelacchiato, deriso da tutti, considerato ignorante e stupido dai miei simili e testardo dagli uomini. Quante volte avrei voluto scappare e far valere le mie ragioni.



Invece ogni volta mi ripeteva: forse è meglio restare, questa donna così gentile e quest'uomo così giusto potrebbero ancora avere bisogno di me. Poi una notte ogni cosa è cambiata. Ci siamo accampati in una stalla e lì il Bambino è nato! Il bue, che mi aveva guardato male quando ero arrivato, si è unito a me e insieme abbiamo riscaldato il piccolo infreddolito! L'unione dei nostri sforzi ha reso quella stalla calda e accogliente. Le mie fatiche sono state ampiamente ripagate. Ho compreso che l'armonia e la pace non dipendono dalla forza fisica o dalla bellezza del pelo, ma dalla mitezza d'animo e dall'umiltà di sapersi mettere al servizio di chi ha bisogno.



## Spunti per la riflessione: dalla Parola alla vita ...

«Giuseppe fece come gli aveva ordinato l'angelo del Signore e prese con sé la sua sposa» (Mt 1,24)

Giuseppe, in tutto il Vangelo, non parla mai. Fa solo una cosa: non scappa, rimane, c'è. In una situazione non semplice della sua vita, poteva andarsene, ma il suo rimanere, il suo **ECCOMI**, ha dato la possibilità di salvare Maria, il bambino e l'intera umanità. Senza scuse.

La pace è possibile solo se ci stiamo. Se diciamo il nostro eccomi, anche un piccolo aiuto può fare tanto. Senza scuse, senza scappare. Sentiamoci responsabili anche per quelle questioni apparentemente più grandi di noi: proviamo ad essere gocce di pace nel mondo!

## Celebrare

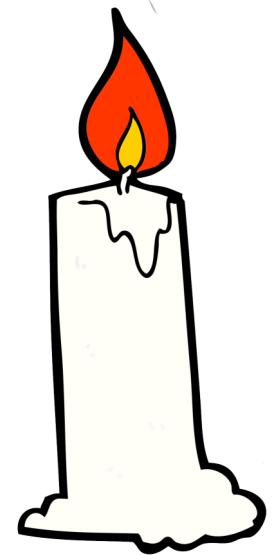
Ci si sposta tutti in Cappella.

I bambini si siedono in cerchio sul tappeto posto al centro; i genitori si accomodano sulle sedie, alle loro spalle, dove trovano dei fogli/libricini con stampate le quattro preghiere che verranno lette nel corso della celebrazione.

Una dolce musica di sottofondo viene avviata.

Ci si mette in ascolto della storia “**La candela davanti alla Casa Bianca**”. Nel frattempo un papà porta la candela della pace accesa e rimane in piedi davanti a tutti.

*Un uomo andava da solo con una piccola candela, ogni singolo giorno, fuori dalla Casa Bianca durante la guerra in Vietnam. Una notte un giornalista andò da lui e gli chiese: Signore crede davvero che la sua piccola protesta cambi qualcosa, crei qualcosa di diverso nella mente di chi ci governa? E lui disse: Ma io non sono qui per cambiare loro, Io sono qui affinché loro non cambino me, non permetterò a questa continua follia di logorare la mia umanità, continuerò a conoscere la verità e a pronunciarla. Farò la mia piccola parte ogni giorno per rimanere umano, sveglio e tenero così che il mondo non possa distruggere la mia umanità.*



### Breve commento da parte del celebrante (don Davide)

Messaggio centrale: noi siamo importanti ognuno di noi fa la differenza. La nostra piccola luce, come una singola candela, può accendere la luce di chi ci è vicino e insieme possiamo illuminare il mondo.

### Momento celebrativo

Il papà accende la candela della P. Nel frattempo i presenti (grandi e piccini) ricevono un lumino.

1. Attingendo alla fiamma della candela P, verranno accesi i lumini di alcune famiglie (due o tre) sparse per la stanza. Chi ha il lumino acceso legge con chi conduce la prima preghiera: **stai Pronto**
2. Viene accesa la seconda candela A e i lumini dei componenti di altre tre o quattro famiglie. Tutti quelli con il lumino acceso leggono la seconda preghiera: **Ascolta**
3. Poi si accende la terza candela C e altri lumini e si legge la preghiera: **abbi Coraggio**
4. Così la quarta. Tutti avranno il lumino acceso quindi tutti leggono la quarta preghiera: **scegli di Esserci**

Con l’augurio di tornare alle nostra case e comunità pronti ad accendere la pace nel nostro cuore, in famiglia, nel quotidiano, nel mondo, recitiamo insieme il Padre Nostro.

## Concludere

Ci si sposta tutti presso la saletta della Segreteria Pastorale dove i bambini possono scegliere gli elementi con i quali costruire il loro Gesù Bambino e ritirare il sacchettino con i materiali per ultimare, a casa, la corona d’Avvento con al centro la culla che ospiterà Gesù a Natale.

## Fare festa

Apericena in Sala Aliprandi