



Del nostro meglio

Notiziario online di collegamento del MASCI Lazio

SII MESSAGGERO DI PACE IN OGNI MANIERA



È giunta a Roma il 16 dicembre la Luce della Pace da Betlemme attesa da circa 800 persone, scout del MASCI dell'AGESCI e dell'FSE, riuniti per portare la fiammella nella Basilica Papale di San Pietro in Vaticano, donandola come oramai da molti anni al Santo Padre Francesco. Tutti insieme in corteo hanno percorso Viale della Conciliazione per arrivare ai piedi del presepio di sabbia, il Sand Nativity, realizzato dagli artisti della città Veneta di Jesolo. È stato il Cardinale Angelo Comastri, arciprete della Basilica papale, a ricevere il prezioso dono dalle mani di due lupetti romani a rappresentanza di tutto il movimento scoutistico cattolico italiano. Una Santa Messa ha visto poi riuniti in preghiera tutta la delegazione, suggellando così con la preghiera comunitaria, l'evento. La Luce della Pace, che un bambino accoglie direttamente dalla lampada che illumina a Betlemme il luogo Santo della nascita di Gesù, era stata portata in aereo in Austria e da lì, attraverso una catena senza fine di lampade, trasportata per tutta l'Europa. In particolare, dove maggiore risulta la necessità di speranza, di amore, di condivisione, come nelle carceri, negli ospedali, nei luoghi di dolore e di sofferenza.

«La piccola fiamma che passa di candela in candela, di mano in mano è un piccolo segno che ha un significato profondo: che la pace sia luce per la nostra vita! La fiamma accesa alla Chiesa della Natività di Betlemme ci ricorda che Cristo è la pace, e che ognuno di noi, con piccoli gesti, può contribuire a costruire un mondo di pace».

ALL'INTERNO...

Pag.2

PACE SU TUTTE LE TERRE

di Antonella AMICO

Pag.3

AMATRICE NON TI ABBANDONIAMO 3.0

di Stefania MENECHIN

Pag.4

L'EDUCAZIONE NON FINISCE MAI

di Luisa VALLE

Pag.5

LE COMUNITA' SI PRESENTANO

Pag.6

ANGOLO CUCINA

di Daniela CAPORELLO

Ultima pagina

IL VALORE DELLA COMUNITA'

Il primo giorno di ogni anno il MASCI partecipa alla Marcia per la Pace organizzata dalla Comunità di Sant'Egidio a Roma. Anche martedì scorso, 1° gennaio, quindi, sotto il sole di una fredda giornata romana, alcuni di noi si sono incontrati come al solito all'inizio di Via della Conciliazione, con tanti giovani e anziani da tutto il mondo per dare una testimonianza di Pace. Il nostro gruppo si è mosso dietro la nostra bandiera blu con il giglio bianco e rosso del nostro Movimento. Intorno a noi bandie-



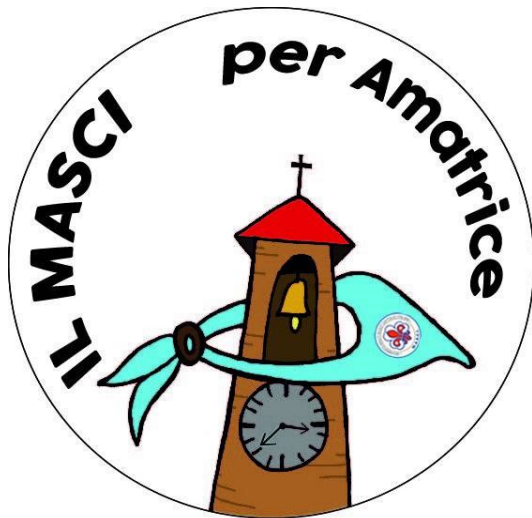
re multicolori di Pace, poster con messaggi contro tutte le guerre, segni di ogni tipo di paese. C'erano i colori della bandiera americana con i ragazzi e le ragazze di Shippensburg (Pennsylvania) con la loro band e le loro majorette; c'erano i volti delle donne dello Yemen; c'erano le allegre canzoni dei ragazzi africani; c'era Uxania, una ragazza ucraina che ci raccontò della guerra nel suo paese, una guerra di cui si parla poco ma che come tutte le guerre rapisce i bambini dalle loro famiglie e causa dolore e povertà.

Intorno a noi bandiere multicolori di Pace

Partiamo alle 11 del mattino. Lentamente, con gioia, scambiando sorrisi e alcune parole con persone che ci chiedono informazioni sul nostro fazzoletto da collo, sul nostro essere scout. Siamo arrivati in Piazza San Pietro, tra le braccia dello splendido colonnato del Bernini pochi minuti prima delle 12. Abbiamo ammirato la spettacolare Natività di sabbia di Jesolo fatta di fronte alla Basilica



con la sabbia del Veneto. Alle 12, papa Francesco, salutato da tutti, ha iniziato l'Angelus: abbiamo pregato insieme affidandoci all'incommensurabile amore di Maria Santissima Madre di Dio. Ha salutato tutti coloro che avevano marciato per la pace, sperando nell'interesse e nel servizio della politica contro tutte le guerre. Toccati come sempre, ci siamo salutati portando il messaggio del Papa nei nostri cuori, lungo le nostre strade.



Anche quest'anno si riprende con i campi di servizio per Amatrice; il periodo andrà da Pasqua a Settembre. Il motivo di questo lungo periodo è stato il frutto di una constatazione fatta lo scorso anno, quando le due squadre che hanno prestato servizio si sono avventurate andando a esplorare le frazioni. La popolazione ha molto bisogno di colloquiare e aprirsi a persone che come noi sanno ascoltare, ma soprattutto infondere in loro un senso di serenità, facendo capire che l'unione, il senso comunitario, sono valori a sostegno dei loro animi, in questo momento avvolti da un velo di depressione per la tardiva ricostruzione.

La nostra presenza, soprattutto in questo periodo, è determinante e altrettanto doverosa nei confronti di coloro cui abbiamo promesso di tornare.

abbiamo promesso di non abbandonarli.

Il progetto Amatrice, punta a questo e si articolerà con diverse modalità cercando di rispettare e considerare i vari impegni di tutte le comunità. Si lancia così la possibilità di gemelare comunità Masci logisticamente vicine, oppure già gemelate per attività già fatte in precedenza, in modo da poter "unire le forze" e rendere più capillare il servizio. Si offriranno campi di servizio con formula "week end di uscita di comunità" oppure "campi settimanali" o campi di fine anno di comunità, utilizzando per il pernottamento casette mobili messe a disposizione dalla Caritas (dotati di tutti i comfort)

La pattuglia, provvederà a progettare un servizio "pronto all'uso" delle comunità o dei singoli che desiderino partecipare.

Nell'attesa di definire l'organizzazione, che a causa del maltempo ha ritardato la realizzazione, si invitano le comunità a voler comunicare la loro adesione all'indirizzo: **progettoamatrice@masci-lazio.it**

Nel prossimo numero forniremo dati dettagliati circa il progetto campi. Confidiamo in una numerosa partecipazione.



Per informazioni riguardo ai campi o per comunicare la vostra eventuale adesione scrivere a

progettoamatrice@masci-lazio.it

EQUILIBRIO E ATTIVITA' MANUALI

Cari amici delle Comunità MASCI, cadere è una esperienza capitata a tutti noi, soprattutto se ancora conserviamo una buona autonomia nei lavori domestici e l'abitudine ad una regolare attività motoria o sportiva. Ma con il passare degli anni il rischio di una caduta si fa sempre più pericoloso, correlando alle difficoltà del mantenere l'equilibrio la progressiva deformazione delle ossa e la loro aumentata fragilità.



Non c'è manuale medico o divulgativo per la terza età che non metta in guardia contro il pericolo delle cadute accidentali e della sedentarietà, premurandosi di suggerire alcune pratiche di prevenzione, e non c'è Commissione ASL che non tremi al pensiero delle conseguenze in termini di assistenza e di impegno economico ad ogni anziano che diviene invalido. Come AS, la maggior parte di noi ricorda con nostalgia le uscite e i campi scout degli anni giovanili, durante i quali camminare, correre e saltare erano le attività più naturali, a contatto con un ambiente cir-

ostante che ci ossigenava i polmoni e ci incantava con le sue bellezze.

Le Comunità MASCI, purtroppo, faticano ad inserire le uscite tra le attività programmabili durante l'anno sociale, e solo poche tra loro riescono ad organizzare regolarmente campi invernali ed estivi in località a contatto con la natura. Complice l'avanzare dell'età, i problemi di salute, gli impegni familiari (i nipoti!), la pigrizia collettiva di fronte alle decisioni innovative, troppi AS si limitano alla partecipazione alle riunioni serali, ma non vogliono sentir parlare di attività all'aria aperta ... eppure cardine del metodo Scout, a differenza di tanti altri gruppi e movimenti, è proprio il contatto con l'ambiente circostante, per conservare l'orientamento, la mobilità e l'abilità manuale nella gestione delle piccole necessità all'aperto.

cardine del metodo Scout è il contatto con l'ambiente circostante!

Ma anche a prescindere dallo Scoutismo, proprio secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità è necessaria a tutti una quantità minima di attività fisica in base all'età. Per gli adulti (18 – 64 anni), ci vogliono almeno 150 minuti alla settimana di attività moderata o 75 di attività vigorosa, con esercizi di rafforzamento dei maggiori gruppi muscolari da svolgere almeno 2 volte alla settimana. Per gli anziani (dai 65 anni in poi) le indicazioni sono le stesse, con l'avvertenza di svolgere anche attività orientate all'equilibrio, per prevenire le cadute. Senza la pretesa di cambiare il vostro programma di attività MASCI, mi permetto alcuni semplici suggerimenti, che diano ai componenti AS di tutte le età la possibilità di uscire insieme sul territorio e migliorare le loro capacità fisiche e pratiche. Proponete un programma minimo di esercizi di attività aerobica e di allenamento allo sforzo da svolgere individualmente tutti i giorni (il "risveglio muscolare") come impegno comunitario: volantini esplicativi si possono trovare in internet o chiedere ad un medico di fiducia. Un paio di volte al mese, magari la domenica dopo la partecipazione alla Messa, organizzate un aperitivo di gruppo a casa di qualcuno a turno, recandovi là a piedi tutti insieme. Prendete l'abitudine di andare a fare la spesa con qualche amico o con un altro membro della vostra Comunità, aiutandovi vicendevolmente nel trasporto delle buste fino a casa. Provate a dedicare una mezz'ora delle vostre riunioni alle prove di canto: ritmo e respirazione miglioreranno in poco tempo. Sicuramente ciascuno di voi a livello individuale o comunitario ha altri e più numerosi suggerimenti da dare per attuare una attività fisica che approfitti in ogni momento della giornata di fare movimento, trasformando le normali attività quotidiane in un pretesto per fare un po' di esercizio e migliorare la qualità della vita. Attendiamo il vostro contributo per pubblicarlo in una prossima occasione.



LE COMUNITA' SI PRESENTANO



VS



COMUNITA' ROMA 15

CARLO GUARNIERI

Gabriele RUSSO. Da molti anni non possiamo contare su un Ass. ecclesiastico

Roma, quartiere Nomentano

Cadenza mensile per temi di confronto e riflessione e occasioni di servizio.

Riflessione su "Cosa è la Felicità e cosa è la Salvezza". La prospettiva è di arrivare ad una catechesi parrocchiale.

Coordinamento di un gruppo di volontariato parrocchiale nel settore Banco Alimentare. Donazione sangue. Sostegno operativo e professionale a Ass. Vol. Ainkarim. Sostegno operativo a Casa Famiglia "Villa Glori".

La situazione di salute di molti membri di comunità ormai ostacola un'attività all'aperto. La Comunità è attenta alle politiche ambientali a livello regionale e nazionale.

Alcuni anni fa, per avviare un'attività sul territorio, il municipio ci chiese di presentare un curriculum, cui nessuno si era mai dedicato prima. Dovemmo, anche con qualche fatica, ripercorrere tutte le iniziative nostre degli anni passati e fu sorprendente riscoprire quante cose avevamo prodotto e lasciato sul territorio.

Il MASCI, pur nella validità di quanto esprime col suo Patto Comunitario, non è un vero movimento e non è utile alla società. Il MASCI è di fatto un agglomerato di comunità in totale autonomia operativa e totalmente slegate fra loro. Le comunità condividono e interpretano gli stessi grandi valori, ma mai in una forma corale. Anche per questo il MASCI non attira ex-scout o persone che simpatizzano per lo scoutismo.

Una capillare, profonda riflessione di tutte le comunità su cosa significhi "essere movimento", attraverso un processo di elaborazione che culmini in momenti assembleari di sintesi.

Una riflessione metodologica che guardi alla valorizzazione dei tanti anziani o disabili che ormai affollano il MASCI.

Formare Gruppi di Lavoro regionali su aspetti di politica regionale in tema di Ambiente, Politiche Sociali, Legalità.

INTESTAZIONE COMUNITA

MAGISTER E MAGISTERO

TERRITORIO D'AZIONE

CADENZA DELLE RIUNIONI

ATTIVITA' DI SPIRITUALITA' (CUORE)

ATTIVITA' DI SERVIZIO (CITTA')

ATTIVITA' E CONOSCENZA DELL'AMBIENTE (CREATO)

UN ANEDDOTO BREVE

UN OPINIONE SUL MOVIMENTO

UN SUGGERIMENTO PER LA FORMAZIONE REGIONALE

COMUNITA' ROMA 5

PIERO BENVENUTI

Alessandro COSENZA

Roma, Parrocchia di San Michele Arcangelo - quartiere Pietralata

Incontri tre volte al mese in Parrocchia.

Cammino di fede su: Enciclica sulla cura della casa comune "Laudato Si" di Papa Francesco. Atti sintetici e conclusivi sul Convegno ecclesiale di Firenze. Messaggio del Santo Padre Francesco per la Quaresima 2018. Esortazione Apostolica sulla chiamata alla Santità "Gaudete et Exsultate" di Papa Francesco.

Servizio alla Caritas parrocchiale, gestione del magazzino delle derrate alimentari e delle mense. Coordinamento della donazione del Sangue con l'aiuto dell'Age-sci Rm 65.

A causa dello stato di salute di quasi tutti i membri della Comunità, ci limitiamo, a parlare e discutere in ordine ai principali elementi che costituiscono il "creato".

La Comunità si auspica che i "valori" espressi nel Patto Comunitario vengano vissuti con più coerenza, specialmente in ordine alle "scelte politiche" effettuate dal "nazionale" che in fatto di opportuna prudenza supera, a volte, quella di Papa Francesco specialmente se posta in relazione ai "tempi" che si stanno vivendo ed ai "fatti" che stanno accadendo.

Si dovrebbe insistere, maggiormente, sulla necessità che il vissuto quotidiano dell'adulto scout sia ispirato, costantemente, dai valori del Patto Comunitario.

Amici carissimi ad anno nuovo oramai iniziato, voglio proporvi due ricette. La prima che prevede l'utilizzo della carne lessa con cui viene fatto il brodo, che d'inverno viene consumato spesso, la seconda invece è un dolce.

POLPETTE CON IL LESSO DEL BRODO

Una volta fredda la carne cercate di togliere eventuali pezzi di grasso o nervi, se avete anche del pollo togliete le ossa e la pelle e unite il tutto e tritateli. Lessate le patate (1/3 della carne) e schiacciatele. Tritate un po' di prezzemolo con poco aglio (facoltativo). Unite quindi: la carne, le patate, il prezzemolo, qualche cucchiaino di parmigiano, sale e una grattata di noce moscata. Amalgamate il tutto con le uova, aggiungendone una per volta per valutare la consistenza che non deve essere troppo molle. A questo punto formate le polpette e passatele nel pangrattato, poi friggetele in olio caldo. Se volete potete cuocerle al forno con un poco di olio sopra.

Buon appetito e cercate di non esagerare nel mangiarle, perché una tira l'altra.

P.S. – Se la carne è troppa e non volete fare tutte polpette, una parte la potete tagliare in pezzi e unirla in padella a qualche cipolla a fettine e rosolata con un po' d'olio, aggiungete un spruzzatina di vino bianco e dopo qualche minuto versate un po' di passata di pomodoro aggiustate di sale e fate andare fino a quando avrà raggiunto la consistenza di un ragù.

COSA CI OCCORRE

Le dosi dipendono dalla carne lessa a disposizione.

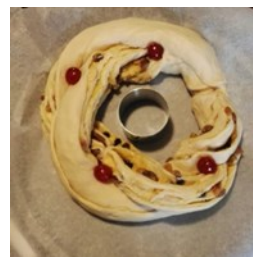
- LESSO (MANZO E POLLO)
- PATATE (1/3 DEL LESSO)
- PARMIGIANO GRATTUGIATO (QUALCHE CUCCHIAIO)
- UOVA Q.B.
- PREZZEMOLO E AGLIO Q.B.
- NOCE MOSCATA Q.B.
- PAN GRATTATO
- OLIO PER FRIGGERE

GHIRLANDA DI PAN BRIOCHE ALL'UVETTA

Cominciate l'impasto con la farina, lo zucchero, l'uovo, il lievito, la vanillina e il latte un poco alla volta. Potete usare l'impastatrice o lavorarlo a mano l'importante è che venga impastato a lungo (circa 20 minuti). Successivamente unite, un poco alla volta, il burro a pezzetti a temperatura ambiente e il sale continuando ad impastare per altri 15/20 minuti circa. La pasta dovrà risultare elastica ed omogenea e la potrete mettere a lievitare, coprendola con la pellicola, per circa 2 ore. Nel frattempo preparate la farcia: mettete l'uvetta in ammollo con il rum. In una terrina mettete il burro e lo zucchero con l'aroma che preferite (cannella o arancia) lavorate fino a creare una crema. Riprendete l'impasto dopo la lievitazione e delicatamente stendetelo con il mattarello ottenendo un rettangolo. Ora spalmate sopra la crema di burro ed infine l'uvetta strizzata, se volete potete aggiungere qualche mandorla. Arrotolate, ben stretto, dalla parte lunga



del rettangolo e tagliate il rotolo, sempre in lunghezza, a metà lasciando una estremità intatta. Quindi intrecciate i due impasti e chiudete a cerchio su una placca ricoperta di carta forno, mettendo al centro un coppa pasta o altro per mantenere il foro. Lasciate lievitare per ½ ora, guarnite con qualche ciliegina, se volete, e cuocete in forno a 180° per 45 minuti (fate sempre la prova stecchino).



COSA CI OCCORRE

PER L'IMPASTO

- 1 UOVO
- 50 GR. DI ZUCCHERO
- 100 GR. DI BURRO
- 230 ML. DI LATTE
- 500 G DI FARINA
- 1 BUSTINA DI VANILLINA
- 1 BUSTINA DI LIEVITO DI BIRRA DISIDRATATO
- 1 CUCCHIAINO DI SALE

PER LA FARCIA

- 100 GR. UVETTA AMMOLLATA NEL RUM
- 100 GR. DI BURRO
- 50 GR DI ZUCCHERO DI CANNA
- CANNELLA IL POLVERE O BUCCIA DI ARANCIA GRATTATA
- CILIEGINE CONDITE
- QUALCHE MANDORLA



MASCI
LAZIO

*Prof. Enrico Capo
già Segretario Nazionale del MASCI
ed esperto di ricerca sociologica*

Incontro, confronto, gioco, e... per riscoprire

Il valore della Comunità

Roma
Domenica
24 Febbraio 2019
Parrocchia
San Girolamo Emiliani
Via Bellico Calpurnio 90

9.30 Accoglienza
Inizio Attività
Pranzo
Santa Messa
Ripresa lavori
16.30 Conclusione

INFORMAZIONI Comunità MASCI Roma 20
Stefania 3384830818

ADESIONI E PRENOTAZIONI ENTRO IL 17 FEBBRAIO
PRIMO PIATTO € 5.00 (è gradita la prenotazione)

