ROUTE ESTIVA 2015
LIGURIA

11-17 AGOSTO

E' GIUNTA L'ORA E' GIUNTO IL MOMENTO…

Consigli per l'uso della Route

Metti tutto te stesso nei giochi e nelle attività.
Mettiti pienamente in gioco e tira fuori quello che hai nel profondo.
Esprimi le tue vere opinioni, non di facciata e ascolta con animo positivo mettendoti sempre nei panni di chi ti sta di fronte.
Lo scopo di queste attività è un confronto vero e profondo, perché per rafforzare la nostra comunità c'è bisogno di aprire mente e cuore, anche sentendo cose difficili;.mMa vogliamo arrivare a trovare punti in comune; per continuare a camminare insieme; non vogliamo il litigio fine a se stesso ma il confronto che fa crescere: quello che viene discusso in route deve essere risolto in route, nella tua comunità. Con il tuo fratello.

CRITTOPROVERBI

a numero uguale corrisponde lettera uguale; a gioco risolto leggendo di seguito si otterranno due proverbi

1 L	2	3	4	5	4	8	4	2		7	8	2
	9	10	3	4	11	4		5	12	13		14
4		14	15	4	3	2	11	10		13		5
10	3	13		1	2		1	9	11	2		11
9	10	18	2		6	12	13		5	8	13	14
6	13		2		3 M	4 I	14 S	9 U	8 R	2 A		6
12 H	13		1	13		11	10	15	15	4		17
2	14	14	2	11	10						3 M	13
18	1	4	10		9	11	2		18	9	10	11
2		14	13	17	2	8	2	6	4	10	11	13
	5	12	13		9	11	2		7	2	1	14
2			2	3	4	5	4	6 Z	4	2		

CONTATTI

Martedì 11

Servizio a Ventimiglia: riferimento GIAMPAOLO 347 8941780

Mercoledì 12

Pernottamento: campo sportivo di Perinaldo

Giovedì 13

Pernottamento in parrocchia a Sanremo: riferimento: LICIA TAZZIOLI: 340 69 01 051 - Giorgio Scarella: 347 9098991

Venerdì 14

Servizio a Sanremo: riferimento: Paola Raffaglio : 335 53 00 288
indirizzo: salita S.Pietro 14 h.8:30 – Evelina (Akela)

Pernottamento in parrocchia a Sanremo: riferimento: LICIA TAZZIOLI

Sabato 15

Pernottamento parrocchia SS. GIUSEPPE E ANTONIO di ARMA DI TAGGIA: riferimento: PARROCO: 018443130

Domenica 16

Servizio a Imperia: riferimento: PAOLA DUSI 338 2686614 - CARLO AMORETTI: 338 4622277

Pernottamento parrocchia di Cristo Re a Imperia: riferimento: PAOLA DUSI

per raggiungere il luogo: Imperia, via TRENTO. Se giungete in autobus da S. Lorenzo vi fate fermare alla prima fermata dopo il comune di Imperia (viale MATTEOTTI), attraversate la strada e vi trovate davanti al palazzo del catasto, girate a destra in via Trento, passate avanti alla Croce Rossa dopo circa 100 metri alla vostra sinistra c'è la chiesa di Cristo Re, una costruzione in stile anni '30

Martedì 11\08

FEDE

PREGHIERA PRIMA DI VIAGGIARE

Signore Gesù, io credo che Tu sei il Buon Pastore e ti prendi cura del tuo gregge. Come Buon Pastore hai camminato molto sulle strade della Palestina alla ricerca della pecorella smarrita.

Ora ti offro questo viaggio (a piedi, in macchina, in treno, in aereo…).
Ti invito a viaggiare con me. Io credo che tutte le mie strade sono davanti a Te e la mia vita è fra le tue mani. Non ho paura del pericolo perché Tu mi proteggi. Tu che hai comandato ai venti contrari e al mare, allontana da me e dai miei cari ogni paura, ogni incidente o pericolo.

Mi affido a Te e sono sicuro che mi proteggi dal male.
Fammi ritornare nella pace e nella gioia come fanno i mietitori.
Lode e gloria a Te, Signore Gesù. Alleluia!
Amen

BUON VIAGGIO - Cesare Cremonini

Buon viaggio
Che sia un'andata o un ritorno
Che sia una vita o solo un giorno
Che sia per sempre o un secondo
L'incanto sarà godersi un po' la strada
Amore mio comunque vada
Fai le valigie
E chiudi le luci di casa

Coraggio lasciare tutto indietro e andare
Partire per ricominciare
Non c'è niente di più vero
Di un miraggio
E per quanta strada ancora c'è da fare
Amerai il finale
Share the love (x8)

Chi ha detto
Che tutto quello che cerchiamo
Non è sul palmo di una mano
E che le stelle puoi guardarle
Solo da lontano

Ti aspetto
Dove la mia città scompare
E l'orizzonte è verticale
Ma nelle foto hai gli occhi rossi
E vieni male

Coraggio lasciare tutto indietro e andare
Partire per ricominciare
Che sei ci pensi siamo solo di passaggio
E per quanta strada ancora c'è da fare
Amerai il finale
Share the love (x8)

In fondo è solo un mare di parole

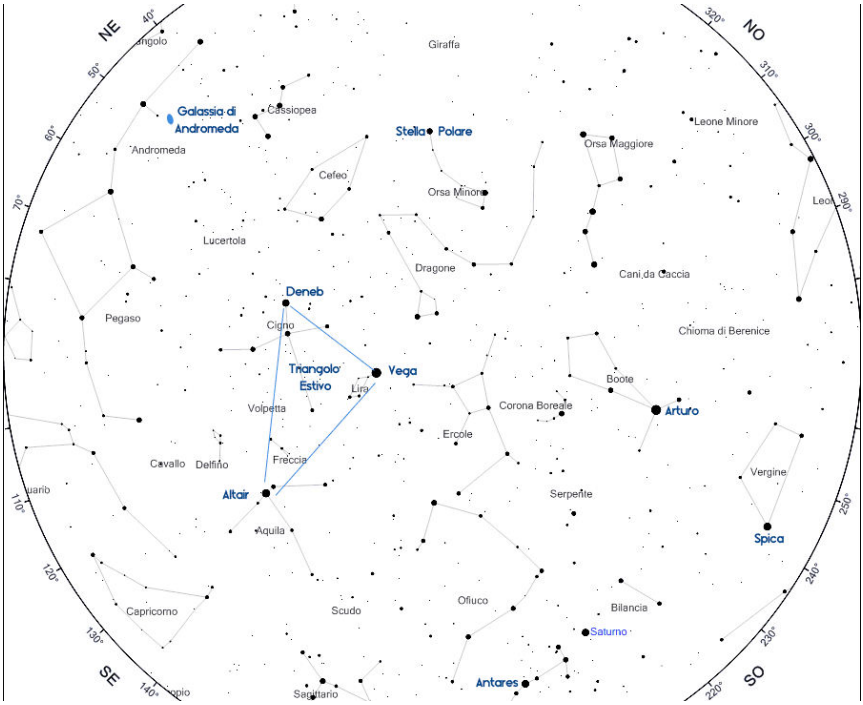
E come un pesce puoi nuotare solamente
Quando le onde sono buone
E per quanto sia difficile spiegare
Non è importante dove
Conta solamente andare
Comunque vada
Per quanta strada ancora c'è da fare
Share the love (x8)

Buon viaggio
Che sia un'andata o un ritorno
Che sia una vita o solo un giorno
E siamo solo di passaggio
Voglio godermi solo un po' la strada
Amore mio comunque vada
Buon viaggio
Share the love (x8)

CAPITOLO

☺ COSA TI RENDE FELICE?

Mercoledì 12\08



FEDE

TI ADORO

Ti adoro, mio Dio
e ti amo con tutto il cuore.
Ti ringrazio di avermi creato,
fatto cristiano e conservato in questa notte.
Ti offro le azioni della giornata
fa che siano tutte secondo la Tua santa volontà e per la maggior Tua gloria.
Preservami dal peccato e da ogni male.
La Tua grazia sia sempre con me
e con tutti i miei cari.
Amen

MI FIDO DI TE - Jovanotti

Case di pane, riunioni di rane
vecchie che ballano nelle cadillac
muscoli d'oro, corone d'alloro
canzoni d'amore per bimbi col frack
musica seria, luce che varia
pioggia che cade, vita che scorre
cani randagi, cammelli e re magi

RIT: Forse fa male eppure mi va
di stare collegato
di vivere di un fiato
di stendermi sopra al burrone
di guardare giù
la vertigine non è
paura di cadere
ma voglia di volare
Mi fido di te (x4), io mi fido di te, ehi mi fido di te
cosa sei disposto a perdere

Lampi di luce, al collo una croce
la dea dell'amore si muove nei jeans
culi e catene, assassini per bene
la radio si accende su un pezzo funky
teste fasciate, ferite curate
l'affitto del sole si paga in anticipo prego
arcobaleno, più per meno meno
RIT

Rabbia stupore la parte l'attore
dottore che sintomi ha la felicità
evoluzione il cielo in prigione
questa non é un'esercitazione
forza e coraggio
la sete il miraggio
la luna nell'altra metà
lupi in agguato il peggio é passato
RIT

SALMO 27

Il Signore è mia luce e mia salvezza,
di chi avrò paura?
Il Signore è difesa della mia vita,
di chi avrò timore?
2 Quando mi assalgono i malvagi
per straziarmi la carne,
sono essi, avversari e nemici,
a inciampare e cadere.
3 Se contro di me si accampa un esercito,
il mio cuore non teme;
se contro di me divampa la battaglia,
anche allora ho fiducia.
4 Una cosa ho chiesto al Signore,
questa sola io cerco:
abitare nella casa del Signore
tutti i giorni della mia vita,
per gustare la dolcezza del Signore
ed ammirare il suo santuario.
5 Egli mi offre un luogo di rifugio
nel giorno della sventura.
Mi nasconde nel segreto della sua dimora,
mi solleva sulla rupe.
6 E ora rialzo la testa
sui nemici che mi circondano;
immolerò nella sua casa sacrifici d'esultanza,
inni di gioia canterò al Signore.
7 Ascolta, Signore, la mia voce.
Io grido: abbi pietà di me! Rispondimi.
8 Di te ha detto il mio cuore: «Cercate il suo volto»;
il tuo volto, Signore, io cerco.
9 Non nascondermi il tuo volto,
non respingere con ira il tuo servo.
Sei tu il mio aiuto, non lasciarmi,
non abbandonarmi, Dio della mia salvezza.
10 Mio padre e mia madre mi hanno abbandonato,
ma il Signore mi ha raccolto.
11 Mostrami, Signore, la tua via,

guidami sul retto cammino,
a causa dei miei nemici.
12 Non espormi alla brama dei miei avversari;
contro di me sono insorti falsi testimoni
che spirano violenza.
13 Sono certo di contemplare la bontà del Signore
nella terra dei viventi.
14 Spera nel Signore, sii forte,
si rinfranchi il tuo cuore e spera nel Signore.

CAPITOLO

BRANO DI VANGELO

Non accumulate per voi tesori sulla terra, dove tarma e ruggine consumano e dove ladri scassìnano e rubano; accumulate invece per voi tesori in cielo, dove né tarma né ruggine consumano e dove ladri non scassìnano e non rubano. Perché, dov'è il tuo tesoro, là sarà anche il tuo cuore.

La lampada del corpo è l'occhio; perciò, se il tuo occhio è semplice, tutto il tuo corpo sarà luminoso; ma se il tuo occhio è cattivo, tutto il tuo corpo sarà tenebroso. Se dunque la luce che è in te è tenebra, quanto grande sarà la tenebra!

Nessuno può servire due padroni, perché o odierà l'uno e amerà l'altro, oppure si affezionerà all'uno e disprezzerà l'altro. Non potete servire Dio e la ricchezza.

Perciò io vi dico: non preoccupatevi per la vostra vita, di quello che mangerete o berrete, né per il vostro corpo, di quello che indosserete; la vita non vale forse più del cibo e il corpo più del vestito? Guardate gli uccelli del cielo: non séminano e non mietono, né raccolgono nei granai; eppure il Padre

vostro celeste li nutre. Non valete forse più di loro? E chi di voi, per quanto si preoccupi, può allungare anche di poco la propria vita? E per il vestito, perché vi preoccupate? Osservate come crescono i gigli del campo: non faticano e non filano. Eppure io vi dico che neanche Salomone, con tutta la sua gloria, vestiva come uno di loro. Ora, se Dio veste così l'erba del campo, che oggi c'è e domani si getta nel forno, non farà molto di più per voi, gente di poca fede? Non preoccupatevi dunque dicendo: «Che cosa mangeremo? Che cosa berremo? Che cosa indosseremo?». Di tutte queste cose vanno in cerca i pagani. Il Padre vostro celeste, infatti, sa che ne avete bisogno. Cercate invece, anzitutto, il regno di Dio e la sua giustizia, e tutte queste cose vi saranno date in aggiunta. Non preoccupatevi dunque del domani, perché il domani si preoccuperà di se stesso. A ciascun giorno basta la sua pena.

Mt 6, 19-34

Alla domanda "Chi è il tuo padrone?" già mi sento rispondere: "Nessuno! Io non ho padroni". Ognuno di noi vuol essere indipendente e autonomo, ma questo non è possibile. Esercitare la propria libertà è una cosa sacrosanta, ma l'autonomia non fa parte della nostra natura. Siamo legati alla società, alle persone che ci stanno attorno, gli affetti ci nutrono, la solitudine ci fa male. Tante volte pensiamo di essere indipendenti e distaccati da tutto, ma la verità è un'altra: nella nostra vita siamo tanto legati a cose e oggetti che possono

diventare i padroni delle nostre scelte. La qualità del vestito, il cibo che prendiamo, il costo della tecnologia possono diventare gli unici criteri nelle nostre scelte.

Partiamo invece da ciò che più vale: la nostra stessa vita.

- La società attuale, a cosa è vincolata oltre al denaro, da cosa dipendiamo?

_____
_____
_____
_____
_____

- Quali altre dipendenze conoscete?

_____
_____
_____
_____
_____

Giovedì 13\08

FEDE

L'UNICO MAESTRO

Le mie mani, con le tue possono fare meraviglie,
possono stringere, perdonare e costruire cattedrali.
Possono dare da mangiare e far fiorire una preghiera.

Perché tu, solo tu, solo Tu sei il mio Maestro e insegnami
ad amare come hai fatto Tu con me se lo vuoi
io lo grido a tutto il mondo che Tu sei,
l'unico Maestro sei per me.

I miei piedi, con i tuoi, possono fare strade nuove
possono correre, riposare, sentirsi a casa in questo modo.
Possono mettere radici e passo passo camminare.

Questi occhi, con i tuoi, potran vedere meraviglie,
potranno piangere, luccicare, guardare oltre ogni frontiera.
Potranno amare più di ieri, se sanno insieme a te sognare.

Tu sei il corpo, noi le membra, noi siamo un'unica preghiera,
Tu sei il Maestro, noi i testimoni, della parola del Vangelo.
Possiamo vivere felici, in questa chiesa che rinasce.

VANGELO: Lasciate che i bambini vengano a me

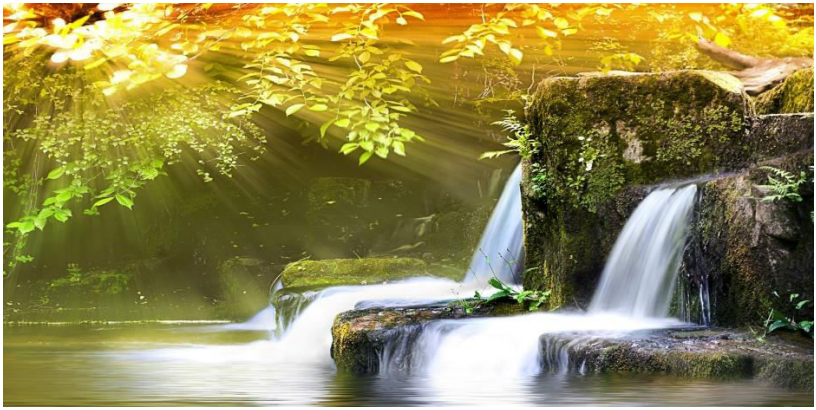
Gli presentavano anche i bambini perché li accarezzasse, ma i discepoli, vedendo ciò, li rimproveravano. Allora Gesù li fece venire avanti e disse: «Lasciate che i bambini vengano a me, non glielo impedite perché a chi è come loro appartiene il regno di Dio. In verità vi dico: Chi non accoglie il regno di Dio come lo accoglie un bambino, non entrerà in esso». E, prendendoli tra le braccia, li benediceva, imponendo le mani su di loro.

PREGHIERA PER I GIOVANI

Signore Gesù, ricordati che sei stato a Nazareth un adolescente,
un giovane, e poi un giovane operaio.
La tua vita allora si è svolta semplice e tranquilla tra i tuoi concittadini.
Oggi, Signore, per la maggioranza dei giovani la vita è più complicata.
La scuola è lunga. La scelta della professione è difficile. L'avvenire è incerto.
E soprattutto l'ambiente spesso è pesante, impuro, violento…
Signore, Ti prego per tutti i giovani del mondo.
Portano in sé tante ricchezze, tante speranze,
tanti desideri di una vita felice e utile.
Aiutali a sviluppare tutte queste loro risorse.
Non permettere che siano soffocate, sviate, calpestate.
Per questo ti chiedo di dare ai genitori un amore fedele e forte,
un senso vivo della responsabilità, una capacità di dialogo con i figli.
Ti chiedo di non lasciare questi giovani isolati e perduti:
manda loro degli amici e degli educatori numerosi, competenti, dedicati.
Trovino anche nella vita politica e sociale dei loro paesi gente che si preoccupi di loro
non per sfruttarli, ma per difenderli e servirli.
Manda loro degli evangelizzatori: possano incontrarti come loro Signore e Salvatore.
Trovino in Te il senso della loro vita, la forza di camminare nella verità,
la dolcezza del tuo Amore e di quello di tua Madre.
Preservali da ogni male e guidali sulla strada che conduce
alla pace su questa terra e alla Salvezza Eterna.

CAPITOLO

☺ LA FELICITA' E LA NATURA



Gli Interventi assistiti da animali (Pet-Therapy)

Fin dall'antichità gli animali da compagnia hanno sempre rivestito un importante ruolo affettivo, non di rado terapeutico. Questo rapporto complesso e delicato si sta di recente rivalutando, ovvero sta trovando una strutturazione metodologica e impieghi terapeutici mirati a specifiche patologie. Il ruolo che giocano questi animali sulla qualità della vita e sullo stato di salute ha portato alla nascita di alcune nuove forme terapeutiche e ludiche, che prendono il nome di *Pet-Therapy,* ovvero l'utilizzo terapeuticodianimalidacompagnia.

Si tratta, comunque, di tecniche curative o di sostegno psicologico, in cui l'animale risulta il veicolo di maggior benessere, stimolatore di reazioni positive, o svolge il ruolo attivo di assistente per portatori di handicap fisici.
L'impiego terapeutico è stabilito di volta in volta, in base alle necessità del singolo paziente prefiggendosi un preciso obiettivo da raggiungere.
Per un'efficace realizzazione del progetto di Pet-Therapy è necessario un lavoro di equipe, che è composta da diverse figure di professionisti: istruttori e conduttori cinofili (operatori di pet-therapy), medici, psicologi, operatori sanitari, fisioterapisti, veterinari, etologi ed anche volontari.
Questa terapia assistita da animali può essere praticata nelle scuole e asili, in case di cura, in ricoveri per anziani, in centri diurni e strutture per ragazzi diversamente abili, per risolvere situazioni di disagio e migliorare le condizioni di salute psico-fisica di un paziente.

l termine “pet therapy” è un neologismo di origine anglosassone, per definire una nuova tecnica di intervento terapeutico basato sull'utilizzo degli animali come co-terapeuti nei processi di guarigione, rivestendo il ruolo di “mediatori emozionali e catalizzatori”; indica quindi una serie complessa di utilizzi del rapporto uomo-animale in campo medico, psicologico ed educativo.Il “pet” non è semplicemente un animale che tollera passivamente l'evento relazionale, bensì un animale che desidera e sa interagire attivamente con l'uomo.Alla luce di queste considerazioni, a partire dagli anni '80, il programma di pet therapy è stato suddiviso in: AAA, AAE, AAT.

- Le **AAA** sono le “attività assistite dagli animali” e hanno come obiettivo primario il miglioramento della qualità della vita di alcune categorie di persone (soggetti anziani, non vedenti, malati terminali, ecc.). Sono interventi di tipo ricreativo che possono essere erogati in vari ambienti (centri socio-terapeutici, comunità alloggio, scuole, residenze per anziani, centri cinofili, ecc.) da professionisti opportunamente formati, para-professionisti e volontari, insieme con animali che rispondono a precisi requisiti.
- Le **AAE** sono le “attività educative assistite da animali” e consistono in progetti diretti da professionisti nel campo dell'educazione (insegnanti, educatori, ecc.) con finalità più specifiche riguardanti la sfera educativa, cognitiva e dell'apprendimento.
- Le **AAT** sono le “terapie assistite dagli animali” e hanno obiettivi specifici predefiniti, in cui gli animali rispondenti a determinati requisiti sono parte integrante dei trattamenti volti a favorire il miglioramento delle funzioni fisiche, sociali, emotive e cognitive nonché della salute del paziente. Si tratta di co-terapie dolci che integrano, rafforzano e coadiuvano le terapie normalmente effettuate per la patologia considerata, e hanno notevole potenzialità d'applicazione in campo medico-ospedaliero, nel settore psichiatrico e dell'handicap.

Gli animali che si possono impiegare nelle AAA, AAE e AAT sono molteplici (cani, cavalli, asini, gatti, conigli, pappagalli, ecc.) e la scelta dell'animale più idoneo è determinata dalle esigenze psicologiche, fisiche e relazionali dell'utente.

I benefici della pet therapy

Ricerche scientifiche hanno dimostrato che, il lavoro con l'animale d'assistenza provoca i seguenti fattori:

- **la diminuzione della pressione arteriosa e rallentamento del battito**

cardiaco attraverso il solo contatto con l'animale;
- **l'incremento di motivazione e l'accrescimento della propria autostima** e del proprio benessere psicologico, in quanto l'elemento ludico, cioè il gioco e il divertimento, porta benefici psicosomatici e le persone, tramite esso, possono liberare le loro energie e ricavare sensazioni di benessere e di calma;
- **l'integrazione nella società** perchè la presenza di un animale, spesso, costituisce un'occasione di interazione con altre persone;
- **la stimolazione mentale** che avviene grazie alla comunicazione con l'altro, alla rievocazione di ricordi, all'intrattenimento, al gioco, che riducono il senso di alienazione e isolamento;
- **una maggior autosufficienza grazie** al tatto perché il contatto corporeo e il piacere tattile permettono la formazione di un confine psicologico, della propria identità, del proprio Sé e della propria esistenza;
- **una moderazione dello stress** perchè la comunicazione uomo-animale, che si basa su una forma di linguaggio molto semplice, cadenzata, con ripetizioni frequenti, tono crescente e interrogativo, produce un effetto rassicurante, sia in chi parla, sia in chi ascolta;
- **la responsabilità**, che è proporzionale alla propria età e alle proprie possibilità, nella cura di un eventuale animale di proprietà;
- **l'attaccamento** perché il legame che si viene a creare tra uomo e animale può, almeno in parte, compensare la mancanza eventuale di quello inter-umano, e, comunque, favorire lo sviluppo di legami di attaccamento basati sulla fiducia, che potranno, in seguito, essere anche trasferiti ad altri individui;
- **l'empatia**, e la capacità di identificarsi con l'animale, nel tempo, viene trasferita anche alle relazioni con gli altri esseri umani;
- **l'antropomorfismo** perchè l'attribuzione di alcune caratteristiche umane all'animale, può rappresentare un valido meccanismo per superare un eventuale egocentrismo e focalizzare la propria attenzione sul mondo esterno;
- **il senso di comunione con la natura.**

In generale si è riscontrato un miglioramento nell'attenzione ed un incremento nella capacità del controllo del proprio corpo nei soggetti che compiono movimenti improvvisi o violenti che non riescono a controllare; per quanto attiene al linguaggio, i pazienti si abituano a parlare con l'animale e ad esprimere le proprie emozioni, cosa che, ad esempio, per un paziente autistico è davvero difficile.

L'animale da pet therapy

Gli animali che si possono impiegare nelle AAA, AAE e AAT sono molteplici (cani, cavalli, asini, gatti, conigli, pappagalli, ecc.) e la scelta dell'animale più idoneo è determinata dalle esigenze psicologiche, fisiche e relazionali dell'utente.
Per esempio, si è notato che il prendersi cura di un **pappagallo** ha effetti benefici sull'umore degli anziani, perché sono animali molto socievoli, con un notevole bisogno d'interazione per cui stimolano il lato ludico ed infantile dell'essere umano.
Oppure, prendersi cura di un coniglio, di un criceto o di un altro **piccolo animale domestico** porta beneficio soprattutto ai bambini con problemi di tipo comportamentali o con difficoltà a superare il periodo adolescenziale.
Inoltre, i bambini che vivono con **cani** sono più bravi, rispetto ai loro coetanei, a capire la mimica facciale degli adulti e quindi hanno più facilità nei rapporti con gli altri; questo avviene perché il cane è un animale che guarda molto le persone in faccia, per capirne lo stato d'animo e le loro richieste, e se una persona si sente osservato di solito, osserva a sua volta.
Il solo stare a **cavallo** dona alla persona disabile una nuova prospettiva di sé, benessere, coraggio, equilibrio, con i conseguenti influssi che questi hanno sull'autostima.
La stessa cosa avviene in groppa ad un **asino**, con in più l'avere a che fare con un animale dalla taglia più ridotta, morbido al tatto e da andature monotone e lente.

Il cane

Il cane è il miglior ausiliario per le terapie assistite per il suo profilo etologico di specie sociale, esattamente come l'uomo. E, infatti, ci uniscono il vivere in branco (monospecifico o misto), il rispetto per la gerarchia e lo sviluppo di ritualizzazioni per la soluzione dei conflitti.
Le caratteristiche del cane da pet therapy non sono di tipo fisico (qualsiasi razza, taglia, colore va bene!) ma piuttosto di tipo caratteriale.
In particolare i requisiti sono:

1. **affidabilità**: il comportamento deve essere pressoché lo stesso in situazioni analoghe;
2. **prevedibilità**: il comportamento può essere previsto;
3. **controllabilità**: il comportamento può essere limitato, guidato o gestito;
4. **idoneità**: l'animale deve essere adeguato o qualificato per gli obiettivi specifici dell'intervento;

5. **capacità di ispirare sicurezza**.

Inoltre l'animale deve essere **sano, pulito e ben socializzato con gli uomini.**

Il conduttore

Il conduttore ha un ruolo fondamentale perché la pet therapy si basa sulla corretta interazione sia tra conduttore e animale, sia tra animale e utente; infatti, deve essere in grado di:

- veicolare in modo ottimale le naturali capacità di dare affetto degli animali;
- creare interazione tra animale ed utente;
- saper seguire con l'animale un percorso educativo, riabilitativo e terapeutico con obiettivi ben specifici;
- saper collaborare e rispettare le competenze di tutte le figure coinvolti nei programmi di AAA, AAE e AAT.

Inoltre il suo dovere principale è quello di saper scegliere l'animale più adatto al tipo d'intervento prestabilito e tutelare costantemente ed al massimo la salute ed il livello di stress dell'animale stesso.

I fruitori

Chiunque può essere coinvolto in un progetto di pet therapy, non ci sono limiti imposti da età, caratteristiche comportamentali o malattie.
Coloro a cui la pet therapy può arrecare dei benefici, in affiancamento ad altre forme di terapia, sono:

1. -**persone difficoltà relazionali**;
2. -**persone in stato confusionale**, ad esempio, affette da morbo di Alzheimer, sclerosi multipla, demenza, schizofrenia, ictus;
3. -**persone con disordini dello sviluppo**, ad esempio: sindrome di Down, sindrome fetale da alcool, paralisi cerebrale, autismo, iperattività, deficit da attenzione;
4. -**persone con disabilità fisiche**, ad esempio: morbo di Parkinson, paralisi cerebrale, sclerosi multipla, distrofia muscolare, ictus, spina bifida;
5. -**persone con difficoltà di parola** legate, ad esempio a: sclerosi multipla, disordini dello sviluppo, ictus, problemi di udito, depressione, paralisi cerebrale;
6. **-persone con problemi di udito**, che può indurre un forte senso di isolamento;

7. -**persone con problemi di vista**, nelle quali alcune modalità sensoriali, quali udito e tatto, risultano maggiormente sviluppati, per compensazione;
8. -**persone con disturbi psichiatrici**, quali: depressione reattiva e/o endogena, schizofrenia, disordini alimentari, disturbi di personalità;
9. -**individui che hanno subito deprivazioni sensoriali**;
10. -**persone dopindenti da farmaci, alcool, droga, ecc.**;
11. -**malati terminali**;
12. -**bambini**;
13. -**anziani**.

CURIOSITÀ :
SIMBOLI DELLA FELICITÀ:

La Maggiorana

Questa pianta originaria del medio oriente, cresce spontaneamente e con facilità nei terreni sciolti e calcarei, meglio se bene esposti al sole. Il nome attribuitole dai liguri, “erba persa o persia” , starebbe a sottolineare, oltre l’origine, anche la perdita della pianta tutte le volte che la si lascia senza cure. Nota fin dai tempi classici, era considerata una dei simboli della felicità. Nota fin dall'antichità fu subito considerata un simbolo di felicità. Ampiamente in uso ai tempi degli Egizi e dei Romani, tuttora utilizzata dagli abitanti del Nord Africa contro la dissenteria.
Un tempo, con la Maggiorana si intrecciavano le corone poste sul capo degli sposi durante le cerimonie nuziali, come augurio di felicità gli antichi Greci ne facevano uso sia per curare le malattie che per preparare profumi e cosmetici.

Artemisia Significato:Serenità, felicità, salute. Da regalare per ringraziare di quello che ci viene donato ogni giorno

Mughetto Significato: La leggenda narra l'amore di un fiore di mughetto e un usignolo che non torna nel bosco fino a quando il fiore sboccia a maggio, attribuendo al fiore il significato diritorno della felicità.

Simbolo della felicità cinese

Felicità - "fu"

Confucio disse: mi basta una ciotola di riso, un bicchiere d’acqua ed il mio braccio come cuscino e sarò un uomo felice. L’essenza della felicità

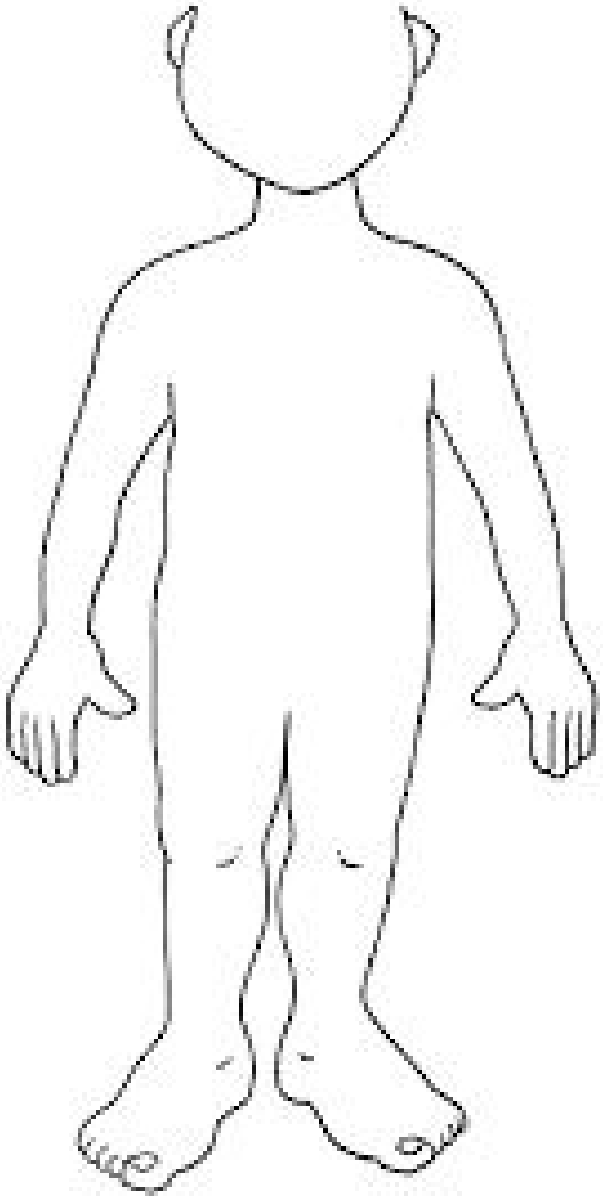
assoluta non proviene dalle cose materiali ma dal benessere interiore e spirituale. Nonostante questo Confucio comprese comunque che il concetto di felicità poteva rappresentare cose diverse per diverti tipi di persona, soprattutto per i contadini cinesi che associavano la felicità al non dovere soffrire la fame. Ecco quindi la composizione del carattere "fu" che è basato sull'idea dell'avere lo stomaco sazio con una bocca racchiusa dal simbolo del campo coltivato e con a sinistra un'immagine del grano che raggiunge con le sue foglie la volta celeste.

:

Il colibrì

La gioia di vivere e la felicità delle piccole cose è ciò che caratterizza innanzi tutto questo animale. Piccolo e delicato, non ha interesse per le vicende della vita, preferisce superarle con un sorriso e voltando pagina. Tutto ciò che avverte come negativo e in disarmonia con la natura, lo impaurisce e lo mette in fuga. Non sa cosa sia bruttezza e cattivo umore, l'armonia e la gioia sono il centro di tutta la sua esistenza.

☺ LA FELICITA': APPREZZARSI ED ESSERE APPREZZATI



😐 LA SOLITUDINE

“Ogni cosa è un colore. Ogni emozione è un colore. Il silenzio è bianco. Il bianco infatti è un colore che non sopporto: non ha confini. Passare una notte in bianco, andare in bianco, alzare bandiera bianca, lasciare il foglio bianco, avere un capello bianco... Anzi, il bianco non è neanche un colore. Non è niente, come il silenzio. Un niente senza parole e senza musica. In silenzio: in bianco. Non so rimanere in silenzio o da solo, che è lo stesso. Mi viene un dolore poco sopra la pancia o dentro la pancia, non l'ho mai capito, da costringermi a inforcare il mio bat-cinquantino, ormai a pezzi e senza freni (quando mi deciderò a farlo riparare?), e girare a caso fissando negli occhi le ragazze che incontro per sapere che non sono solo. Se qualcuna mi guarda io esisto. Ma perché sono così? Perdo il controllo. Non so stare solo. Ho bisogno di... manco io so di cosa. Che rabbia! Ho un iPod in compenso. Eh sì, perché quando esci e sai che ti aspetta una giornata al sapore di asfalto polveroso a scuola e poi un tunnel di noia tra compiti, genitori e cane e poi di nuovo, fino a che morte non vi separi, solo la colonna sonora giusta può salvarti. Ti sbatti due auricolari nelle orecchie ed entri in un'altra dimensione. Entri nell'emozione dal colore giusto.”
Alessandro D’Avenia

- Hai mai sperimentato questo senso di desolazione, di solitudine nel tuo cuore? In che occasione? Questa inquietudine di vivere si presenta dopo qualche avvenimento o anche senza motivo?
- Se sì… cosa fai per sopprimere questo dolore che ti opprime come un macigno sullo stomaco? Riesci a spegnere questo stato d’animo completamente?
- Anche tu come il narratore ritieni di “non saper stare da solo”?

Vari punti di vista sulla solitudine…

È soprattutto nella solitudine che si sente il vantaggio di vivere con qualcuno che sappia pensare.

Jean Jacques Rousseau

La solitudine non è consigliabile a tutti, perché bisogna essere forti per sopportarla e per agire da soli.
Paul Gauguin

La solitudine può essere una tremenda condanna o una meravigliosa conquista.
Bernardo Bertolucci

La solitudine ci dà il piacere d'una grande compagnia: la nostra.
Roberto Gervaso

La solitudine è fonte di felicità e di tranquillità dell'animo.
Arthur Schopenhauer

La solitudine è per lo spirito ciò che il cibo è per il corpo.
Lucio Anneo Seneca

Ciò che rende socievoli gli uomini è la loro incapacità di sopportare la solitudine e, in questa, se stessi.
Arthur Schopenhauer

Venerdì 14\08

FEDE

GRANDI COSE

Grandi cose ha fatto il Signore per noi
ha fatto germogliare fiori fra le rocce.
Grandi cose ha fatto il Signore per noi,
ci ha riportati liberi alla nostra terra.
Ed ora possiamo cantare, possiamo gridare
l'amore che Dio ha versato su noi.
Tu che sai strappare dalla morte,
hai sollevato il nostro viso dalla polvere.
Tu che hai sentito il nostro pianto,
nel nostro cuore hai messo
un seme di felicità.
Grandi cose ha fatto il Signore per noi
ha fatto germogliare fiori fra le rocce.
Grandi cose ha fatto il Signore per noi,
ci ha riportati liberi alla nostra terra.
Ed ora possiamo cantare, possiamo gridare
l'amore che Dio ha versato su noi.

VANGELO: Matteo 14,24-33

La barca intanto distava già molte miglia da terra ed era agitata dalle onde: il
vento infatti era contrario. 25Sul finire della notte egli andò verso di loro
camminando sul mare. 26Vedendolo camminare sul mare, i discepoli furono
sconvolti e dissero: «È un fantasma!» e gridarono dalla paura. 27Ma subito
Gesù parlò loro dicendo: «Coraggio, sono io, non abbiate paura!». 28Pietro
allora gli rispose: «Signore, se sei tu, comandami di venire verso di te sulle
acque». 29Ed egli disse: «Vieni!». Pietro scese dalla barca, si mise a
camminare sulle acque e andò verso Gesù. 30Ma, vedendo che il vento era
forte, s'impaurì e, cominciando ad affondare, gridò: «Signore, salvami!». 31E
subito Gesù tese la mano, lo afferrò e gli disse: «Uomo di poca fede, perché
hai dubitato?». 32Appena saliti sulla barca, il vento cessò. 33Quelli che erano

sulla barca si prostrarono davanti a lui, dicendo: «Davvero tu sei Figlio di Dio!».

STORIA DI SADAKO SASAKI

Sadako nacque a Hiroshima nel 1943, esattamente due anni prima dello sgancio della bomba atomica che fece tremare il Giappone. Dopo l'esplosione riuscì a salvarsi e a vivere i primi tempi della sua infanzia in maniera apparentemente normale.
Sadako amava correre e per i primi undici anni della sua vita non ha fatto altro. Correva, giocava, inseguiva la libertà.
Eppure Sadako, pur avendo gambe agili per correre veloce, scoprì ben presto -troppo presto - la sua fragilità. Proprio come una gru di carta, fin troppo delicata nonostante le ampie ali per volare.
Nel 1954, a soli undici anni, le fu diagnosticata una grave forma di leucemia dovuta alle radiazioni della bomba atomica. Da allora le furono tarpate le ali. Da allora Sadako divenne una gru in gabbia.
Eppure non si arrese. Un'amica aveva raccontato a Sadako un'antica leggenda secondo cui gli dei avrebbero esaudito il desiderio della persona capace di costruire ben mille gru di carta.
Sadako aveva un desiderio impellente: liberare le ali e tornare a correre. Ma non solo.
Sadako, consapevole della sofferenza della popolazione giapponese, aveva un sogno ancora più grande: portare pace e felicità.
E così iniziò a costruire le sue gru, simbolo di lunga vita, utilizzando qualsiasi tipo di carta: quella dei giornali, quella delle caramelle, quella dei quaderni, quella dei medicinali della sua terapia.
Non si sa con esattezza quante gru Sadako riuscì a realizzare, ma è certo che, con l'aiuto dei suoi amici, furono costruite più di mille gru.
E tutte queste gru furono seppellite con lei dopo la sua morte.
"Io scriverò pace sulle vostre ali e voi volerete in tutto il mondo"

CAPITOLO

☺ Sono le persone che amiamo a renderci felici?

Amore di coppia

- Un uomo single può essere ugualmente felice grazie al successo, alla carriera o alla realizzazione del propri sogni
- L'amore è ciò che mi da la forza di arrivare a fine giornata
- Spesso le persone stanno insieme per abitudine
- L'amore è ciò che muove il mondo
- Nella vita reale non ci sono molti esempi di "vero amore", s i tratta principalmente di un idea strumentalizzata dalla letteratura e dalla cinematografia.
- Non riesco ad immaginare la mia vita futura senza una "persona significativa" al mio fianco.

Esprimere i propri sentimenti e contatto fisico

- A volte sento di aver bisogno di un abbraccio
- Quando ci tengo ad una persona glielo dimostro
- Il contatto fisico mi mette a disagio, anche con le persone con cui sono in confidenza
- Le manifestazioni "fisiche" (baci, abbracci, carezze ecc) dell'affetto sono spesso ostentazioni
- Spesso sono incapace di manifestare i miei sentimenti
- Penso che un abbraccio sia il modo migliore per dimostrare il proprio affetto

Amici e famiglia.

- L'appoggio e l'approvazione dei miei familiari è molto importante nelle mie scelte
- Una vita senza amici è sprecata
- La solitudine è fonte di felicità e di tranquillità dell'animo
- Spesso penso che non ce la farei senza i miei amici
- Non vedo/vedevo l'ora di essere maggiorenne solo per andarmene via di casa e non dover chiedere il permesso ai miei genitori
- Nella mia vita gli amici vanno e vengono: non lo ritengo un problema ma il normale corso degli eventi

Sabato 15\08

FEDE

TU SEI

Tu sei la prima stella del mattino, Tu sei la nostra grande nostalgia,
Tu sei il cielo chiaro dopo la paura,
dopo la paura d'esserci perduti
e tornerà la vita in questo mare. (bis)

Soffierà, soffierà, il vento forte della vita,
soffierà sulle vele e le gonfierà di te.
Soffierà, soffierà, il vento forte della vita,
soffierà sulle vele e le gonfierà di te. (bis)

Tu sei l'unico volto della pace,
Tu sei speranza nelle nostre mani,
Tu sei il vento nuovo sulle nostre ali,
sulle nostre ali soffierà la vita
e gonfierà le vele per questo mare. (bis)

VANGELO: I primi quattro discepoli (Marco 1,16-20)

16Passando lungo il mare di Galilea, vide Simone e Andrea, fratello di Simone,
mentre gettavano le reti in mare; erano infatti pescatori. 17Gesù disse loro:
«Venite dietro a me, vi farò diventare pescatori di uomini». 18E subito
lasciarono le reti e lo seguirono. 19Andando un poco oltre, vide Giacomo,
figlio di Zebedeo, e Giovanni suo fratello, mentre anch'essi nella barca
riparavano le reti. 20E subito li chiamò. Ed essi lasciarono il loro padre
Zebedeo nella barca con i garzoni e andarono dietro a lui.

VEGLIA ALLE STELLE

FRANCESCO VAI

Quello che io vivo non mi basta più
tutto quel che avevo non mi serve più
io cercherò quello che davvero vale
e non più il servo, ma il padrone servirò.

Rit.: Francesco vai, ripara la mia casa!
Francesco vai, non vedi che è in rovina?
E non temere: io sarò con te dovunque andrai
Francesco vai! Francesco vai!

Nel buio e nel silenzio ti ho cercato o Dio
Dal fondo della notte ho alzato il grido mio
e griderò finché non avrò risposta
per conoscere la tua volontà.
Rit.

Altissimo Signore, cosa vuoi da me?
Tutto quel che avevo l'ho donato a te.
Ti seguirò, nella gioia e nel dolore,
e dalla vita mia una lode a te farò.
Rit.

Quello che cercavo l'ho trovato qui
Ora ho riscoperto nel mio dirti "Si"
la libertà di essere figlio tuo,
fratello e sposo di madonna povertà.
Rit

Lettura dagli Atti degli Apostoli: 7, 54-60; 8,1a

Stefano viene lapidato
54Nel sentirlo parlare, quelli del tribunale ebraico si infuriarono e si agitarono
contro Stefano. 55Ma egli, pieno di Spirito Santo, fissando gli occhi al cielo,
vide lo splendore di Dio e Gesù che stava alla sua destra. 56Disse: 'Ecco, io
vedo i cieli aperti e il Figlio dell'uomo che sta in piedi alla destra di Dio'.

57Allora si turarono le orecchie e gridarono a gran voce; poi si scagliarono tutti insieme contro Stefano 58e lo trascinarono fuori città per ucciderlo a sassate. I testimoni deposero i loro mantelli presso un giovane, un certo Saulo, perché li custodisse. 59Mentre gli scagliavano addosso le pietre, Stefano pregava così: 'Signore Gesù, accogli il mio spirito'. 60E cadendo in ginocchio, gridò forte: 'Signore, non tener conto di questo loro peccato'. Poi morì.

Una pietra nella mia mano.
Aggregato minerale di forma non definibile.
Massa di un vago colore, che non sa di niente.
Inodore.
Immobile.
Scheggia tagliente staccata da una parete di montagna o ciottolo levigato dall'acqua.
Sasso sul sentiero su cui inciampa il viandante.
È fredda nella mia mano.
È pesante.
È morta realtà.
Dura materia.
La mia vita.
A volte può diventare pietra.

È pesante anche a me stesso.
Mi attrae verso il basso.
Sono io!
Sono duro, a volte, giudico il fratello.
Il mio cuore rinuncia ad amare.
È freddo.
Mi trovo solo, isolato, nella convinzione di essere migliore degli altri.
Nella mia pesantezza mi ritrovo vuoto.
Io!
Il giudice di mio fratello!
Pesante sasso, ciottolo senza vita, senza cuore.
Io!
Chi è senza peccato scagli la prima pietra!
Ma…È vero, sono una pietra.
E voglio lanciare il sasso contro l'Altro, colpire il fratello…
Io, con le mie miserie, l'incapacità di amare…
«Chi mi libererà da questo corpo di morte?».

Lettura dagli Atti degli Apostoli: 9,1-2

1 Saulo frattanto, sempre fremente minaccia e strage contro i discepoli del Signore, si presentò al sommo sacerdote 2 e gli chiese lettere per le sinagoghe di Damasco al fine di essere autorizzato a condurre in catene a Gerusalemme uomini e donne, seguaci della dottrina di Cristo, che avesse trovati.

LA MIA STRADA

È la mia strada che porta a Te (3 volte)
È la mia strada Signor, che porta a Te.

E mio fratello viene con me. (3 volte)
Per la mia strada Signor, che porta a Te.

E mia sorella viene con me. (3 volte)
Per la mia strada Signor, che porta a Te.

E la mia gente viene con me. (3 volte)
Per la mia strada Signor, che porta a Te.

E batte le mani chi viene con me (3 volte)
Per la mia strada Signor, che porta a Te.

Lettura dagli Atti degli Apostoli: 9, 3-9

3 E avvenne che, mentre era in viaggio e stava per avvicinarsi a Damasco, all'improvviso lo avvolse una luce dal cielo
4 e cadendo a terra udì una voce che gli diceva: « Saulo, Saulo, perché mi perseguiti? ».
5 Rispose: « Chi sei, o Signore? ». E la voce: « Io sono Gesù, che tu perseguiti!
6 Orsù, alzati ed entra nella città e ti sarà detto ciò che devi fare »
7 Gli uomini che facevano il cammino con lui si erano fermati ammutoliti, sentendo la voce ma non vedendo nessuno.
8 Saulo si alzò da terra ma, aperti gli occhi, non vedeva nulla. Così, guidandolo per mano, lo condussero a Damasco,
9 dove rimase tre giorni senza vedere e senza prendere né cibo né bevanda.

La vita è una strada.
Partire.
La strada davanti a noi.
Invito a vivere intensamente l’esistenza.

Da quando si nasce bisogna sempre partire, uscire dal presente, protendersi verso l'avvenire.
Camminare.
Non ci si può fermare, perché l'esistenza prosegue.
L'importante è camminare sulla strada.
Verso la meta. La vita invoca una meta.
Partire. Appello incessante della vita.
Vocazione di ogni uomo.
Uscire dal chiuso mondo di noi stessi, del già fatto, del già conosciuto.
Brancolare nel buio in cerca di luce.
Buio. Non si distinguono le forme. Non si vedono i colori.
Brancoliamo incerti.
Pericolo di inciampare, di urtare contro cose o persone.
Non si sa dove andare: si è perduto ogni punto di riferimento.
Paura. Buio. Invocazione accorata di un chiarore, anche piccolo, per vedere e ritrovare la propria identità.
Siamo noi, a volte, buio.
Attorno a noi l'oscurità. Incapaci di vedere le persone, di riconoscere noi stessi.
Per la nostra cecità imploriamo una luce.
Luce e tenebra: una scelta!
Una scelta per dare senso alla nostra vita!
Io, davanti allo specchio.
Guardo i miei capelli, il volto, il naso, gli occhi, le ciglia…
Mi guardo.
Davanti a me, riflesso, il mio volto.
Osservo la capigliatura, la fronte, gli occhi, il naso, le guance, le labbra, il mento… sono io.
Mi osservo di nuovo: ho un volto davanti, mi racconta chi sono. La mia storia.
Vedo oltre i lineamenti: oltre il dettaglio, oltre lo sguardo. Rifletto. Il passato, il presente, attese deluse, speranze… le doti…
Io e la mia esistenza: quello che so, quello che ho, quello che faccio, quello che sono…
Quello che vorrei essere.
Pregi e difetti…
Desiderio di essere diverso…
Di vedere il progetto, la mia realizzazione.
La mano mi trema: ho forse paura di guardarmi più a fondo?
Davanti allo specchio, nel confronto di me con me stesso.
Smarrimento.

Blocco.
Invoco un confronto con altri diversi da me.
Ho bisogno di uno specchio diverso. Uno specchio che vive. Uno specchio che sa. Uno specchio che capisce.
Uno specchio che ama.

Lettura dagli atti degli Apostoli: 9, 10-19

10 Ora c'era a Damasco un discepolo di nome Ananìa e il Signore in una visione gli disse: « Ananìa! ». Rispose: « Eccomi, Signore! ».
11 E il Signore a lui: « Su, va' sulla strada chiamata Diritta, e cerca nella casa di Giuda un tale che ha nome Saulo, di Tarso; ecco sta pregando, 12 e ha visto in visione un uomo, di nome Ananìa, venire e imporgli le mani perché ricuperi la vista ».
13 Rispose Ananìa: « Signore, riguardo a quest'uomo ho udito da molti tutto il male che ha fatto ai tuoi fedeli in Gerusalemme.
14 Inoltre ha l'autorizzazione dai sommi sacerdoti di arrestare tutti quelli che invocano il tuo nome ».
15 Ma il Signore disse: « Va', perché egli è per me uno strumento eletto per portare il mio nome dinanzi ai popoli, ai re e ai figli di Israele;16 e io gli mostrerò quanto dovrà soffrire per il mio nome ».
17 Allora Ananìa andò, entrò nella casa, gli impose le mani e disse: « Saulo, fratello mio, mi ha mandato a te il Signore Gesù, che ti è apparso sulla via per la quale venivi, perché tu riacquisti la vista e sia colmo di Spirito Santo ».
18 E improvvisamente gli caddero dagli occhi come delle squame e ricuperò la vista; fu subito battezzato, 19 poi prese cibo e le forze gli ritornarono.

LAUDATO SII

Laudato sii, o mio Signor (x4)

E per tutte le tue creature (Laudato sii, o mio Signor, laudato sii)
per il sole e per la luna (O mio Signor, laudato sii)
per le stelle e per il vento (O mio Signor, laudato sii)
e per l'acqua e per il fuoco. (O mio Signor, laudato sii)

Per sorella madre terra (Laudato sii, o mio Signor, laudato sii)
che ci alimenta e ci sostiene (O mio Signor, laudato sii)
per i frutti, i fior e l'erba (O mio Signor, laudato sii)
per i monti e per il mare. (O mio Signor, laudato sii)

Perché il senso della vita (Laudato sii, o mio Signor, laudato sii)
è cantare e lodarti (O mio Signor, laudato sii)
e perché la nostra vita (O mio Signor, laudato sii)
sia sempre una canzone. (O mio Signor, laudato sii)

E per quelli che ora piangono (Laudato sii, o mio Signor, laudato sii)
e per quelli che ora soffrono (O mio Signor, laudato sii)
e per quelli che ora nascono (O mio Signor, laudato sii)
e per quelli che ora muoiono. (O mio Signor, laudato sii)

E per quelli che camminano (Laudato sii, o mio Signor, laudato sii)
e per quelli che ti lodano (O mio Signor, laudato sii)
e per quelli che ti aspettano (O mio Signor, laudato sii)
e per quelli che ora cantano. (O mio Signor, laudato sii)

La strada. Invito ad andare verso…

Scoprire che l'amore sempre avanza, mai si ripete, è sempre nuovo da percorrere, da inventare ogni giorno.
L'amore è attenzione alle piccole cose, incontro, scambio, contemplazione.
La strada dell'amore è fatica, gioia, rinuncia, promessa di vita piena.
È la strada che hai preparato per noi, padre, buono, itinerario d'impegno per la gioia nostra e dei fratelli.
Camminare. In questo mondo. Insieme. Accompagnati da una presenza amica che ci sostiene nella fatica.
Ci spiega la Parola. Ci svela la nostra vita.
Ci indica il sentiero della gioia, anche se stretto. Ci rende coraggiosi testimoni, responsabili guide dei fratelli per le strade della vita.
Cristo Gesù, tu sei la Via, la Verità, la Vita.

Preghiera comunitaria

Ecco finalmente la luce, il calore sul mio quotidiano.
Facendoti uno di noi, Signore, hai scelto di incontrarci nella vita.
Tutto ci parla di te, tutto è incontro con te.
Non più fuga dalle cose.
Tutta la mia vita, studio, lavoro, vita in famiglia, incontri, impegni, preghiera…
tutto ti ospita, Dio della vita.
Tu, Dio, ci doni la santità.

È il tuo progetto di vita per ognuno di noi: una santità fatta di amore.
Una santità per tutti, una santità quotidiana.
La gioia di essere santi nelle piccole cose.
Donaci, Signore, di comprendere che tu ci chiami ad essere e ad essere per l'amore,
e che l'amore non è solo voler bene ai nostri genitori e fratelli, ai nostri amici.
Amore è anche impegno per la giustizia,
è azione, condivisione, rispetto dell'uomo, dono di sé stessi…
Donaci, Signore, di divenire gioiosi servitori di ogni fratello.
Per le strade del mondo, nelle case dell'uomo, in ogni famiglia, nei problemi sociali, nelle carenze delle nostre città, facci essere semi di una nuova primavera di pace e speranza.
E sarà danza gioiosa la festa della vita.
Amen.

RESTA QUI CON NOI

Le ombre si distendono scende ormai la sera e si allontanano dietro i monti
i riflessi di un giorno che non finirà, di un giorno che ora correrà sempre
perché sappiamo che una nuova vita da qui è partita e mai più si fermerà.

Resta qui con noi il sole scende già, resta qui con noi Signore è sera ormai.
Resta qui con noi il sole scende già,se tu sei fra noi la notte non verrà.

S'allarga verso il mare il tuo cerchio d'onda che il vento spingerà fino a quando
giungerà ai confini di ogni cuore, alle porte dell'amore vero;
come una fiamma che dove passa brucia, così il Tuo amore tutto il mondo invaderà.

Resta qui con noi ...

Davanti a noi l'umanità lotta, soffre e spera
come una terra che nell'arsura
chiede l'acqua da un cielo senza nuvole,
ma che sempre le può dare vita.
Con Te saremo sorgente d'acqua pura,
con Te fra noi il deserto fiorirà.
Resta qui con noi...

Domenica 16\08

FEDE

TI RINGRAZIO MIO SIGNORE

Rit. Ti ringrazio mio Signore non ho più paura,
perché con la mia mano nella mano degli amici miei,
cammino tra la gente della mia città e non mi sento più solo,
non sento la stanchezza e guardo dritto avanti a me,
perché sulla mia strada ci sei Tu.

1. Amatevi l'un l'altro come Lui ha amato noi:
e siate per sempre suoi amici,
e quello che farete al più piccolo tra voi,
credete, l'avete fatto a Lui. Rit.

2. Se amate veramente, perdonatevi tra voi:
nel cuore di ognuno ci sia pace,
il Padre che nei cieli vede tutti i figli suoi
con gioia a voi perdonerà. Rit.

3. Sarete suoi amici se vi amate tra di voi,
e questo è tutto il suo Vangelo;
l'amore non ha prezzo, non misura ciò che dà:
l'amore confini non ne ha. Rit.

Vangelo: Il regno dei cieli (Mt 13,44-45)

Il regno dei cieli è simile a un tesoro nascosto in un campo; un uomo lo trova
e lo nasconde di nuovo, poi va, pieno di gioia, e vende tutti i suoi averi e
compra quel campo.
45Il regno dei cieli è simile a un mercante che va in cerca di perle preziose;
46trovata una perla di grande valore, va, vende tutti i suoi averi e la compra.

PREGHIERA ALLE STELLE

Quando il sole è inghiottito all'orizzonte
e par che ogni luce venga meno,
s'accendono le tue stelle ad una ad una,
sempre più frettolose
come per taciti richiami
quasi per non lasciar tempo e spazio alle tenebre
di vincere quell'ultima chiarità vespertina.

Così per noi c'è sempre luce,
una luce che veglia e sorride
nel cielo immenso di velluto cupo,
segno indelebile della tua presenza.

Sei tu, Signore,
quella luce che mai è vinta
e brilla perpetua nelle nostre notti,
stella viva,
richiamo d'eternità,
invito di pace
riposo d'infinito.

Fa' che sempre ci affidiamo alla tua luce
e quando si fa buio dentro di noi
sappiamo scoprire la stella tua,
unica,
inconfondibile,
che sola diventa sole
inonda di luce le nostre tenebre,
fa ritornare il sereno,
esplodere la gioia
e perpetuare il canto.

TE AL CENTRO DEL MIO CUORE

Ho bisogno d'incontrarti nel mio cuore,
di trovare Te, di stare insieme a Te:
unico riferimento del mio andare,
unica ragione Tu, unico sostegno Tu.
Al centro del mio cuore ci sei solo Tu.

Anche il cielo gira intorno e non ha pace,
ma c'è un punto fermo, è quella stella là.
La stella polare è fissa ed è la sola,
la stella polare Tu, la stella sicura Tu.
Al centro del mio cuore ci sei solo Tu.

Tutto ruota attorno a Te, in funzione di Te
e poi non importa il "come", il "dove" e il "se".

Che Tu splenda sempre al centro del mio cuore,
il significato allora sarai Tu,
quello che farò sarà soltanto amore.
Unico sostegno Tu, la stella polare Tu.
Al centro del mio cuore ci sei solo Tu.

Lunedì 17\08

FEDE

DALL'AURORA AL TRAMONTO

Dall’aurora io cerco te,
fino al tramonto ti chiamo;
ha sete solo di te l’anima mia
come terra deserta (2v.)

Non mi fermerò un solo istante
sempre canterò la tua lode,
perché sei il mio Dio, il mio riparo
mi proteggerai all’ombra delle tue ali.

Non mi fermerò un solo istante
io racconterò le tue opere
e ti seguirò, Dio, unico bene,
nulla mai potrà la notte contro di me.

VANGELO: Gesù sceglie i Dodici (Mc 3,13-19)

13Salì poi sul monte, chiamò a sé quelli che voleva ed essi andarono da lui.
14Ne costituì Dodici - che chiamò apostoli -, perché stessero con lui e per
mandarli a predicare 15con il potere di scacciare i demòni. 16Costituì dunque
i Dodici: Simone, al quale impose il nome di Pietro, 17poi Giacomo, figlio di
Zebedeo, e Giovanni fratello di Giacomo, ai quali diede il nome di Boanèrghes,
cioè «figli del tuono»; 18e Andrea, Filippo, Bartolomeo, Matteo, Tommaso,
Giacomo, figlio di Alfeo, Taddeo, Simone il Cananeo 19e Giuda Iscariota, il
quale poi lo tradì.

SI CANTA!!

INDICE

♪♪♪ BUON VIAGGIO - Cesare Cremonini
♪♪♪ MI FIDO DI TE - Jovanotti
♪♪♪L'UNICO MAESTRO
♪♪♪GRANDI COSE
♪♪♪ TU SEI
♪♪♪ FRANCESCO VAI
♪♪♪LA MIA STRADA
♪♪♪LAUDATO SII
♪♪♪ RESTA QUI CON NOI
♪♪♪TI RINGRAZIO MIO SIGNORE
♪♪♪TE AL CENTRO DEL MIO CUORE
♪♪♪ DALL'AURORA AL TRAMONTO
♪♪♪ CHE RUMORE FA LA FELICITÀ – Negrita
♪♪♪ GIOIA INFINITA - Negrita
♪♪♪ HAPPY
♪♪♪ SHINY HAPPY PEOPLE
♪♪♪LA GIOIA
♪♪♪ DON’T WORRY, BE HAPPY

CHE RUMORE FA LA FELICITÀ - Negrita

Che rumore fa la felicità.
Come opposti che si attraggono,
come amanti che si abbracciano.
Camminiamo ancora insieme,
sopra il male sopra il bene,
Ma i fiumi si attraversano e le vette si conquistano.
Corri fino a sentir male
con la gola secca sotto il sole.
Che rumore fa la felicità
Mentre i sogni si dissolvono
e gli inverni si accavallano
quanti spilli sulla pelle
dentro il petto sulle spalle,
MA AMO IL SOLE DEI TUOI OCCHI NERI PIù DEL NERO OPACO DEI MIEI PENSIERI
e vivo fino a sentir male
con la gola secca sotto il sole.
Corri amore, corri amore.
Che rumore fa la felicità
Insieme, la vita lo sai bene
ti viene come viene, ma brucia nelle vene e viverla insieme
è un brivido è una cura
serenità e paura
coraggio ed avventura,
da vivere insieme, insieme, insieme, insieme … a te.
Che rumore fa la felicità.
Due molecole che sbattono
come mosche in un barattolo
con le ali ferme senza vento
bestemmiando al firmamento.
Mentre il senso delle cose muta
e ogni sicurezza è ormai scaduta
appassisce lentamente
la coscienza della gente.
Che rumore fa la felicità.
Che sapore ha, quando arriverà sopra i cieli grigi delle città
che fingono di essere rifugio per le anime.

Corri fino a sentir male
con la gola secca sotto al sole.
Corri amore, corri amore.
Che rumore fa la felicità
Insieme, la vita lo sai bene
ti viene come viene, ma brucia nelle vene e viverla insieme
è un brivido è una cura
serenità e paura
coraggio ed avventura,
da vivere insieme, insieme, insieme, insieme … a te.
Dove sei ora?
Come stai ora?
Cosa sei ora?
Cosa sei?
Dove sei ora?
Come sei ora?
Cosa sei ora?
Cosa sei… cosa sei? ma…
Insieme, la vita lo sai bene
ti viene come viene, ma è fuoco nelle vene e viverla insieme
è un brivido è una cura
serenità e paura
coraggio ed avventura,
da vivere insieme, insieme, insieme a te … a te.

GIOIA INFINITA - Negrita

L'onda lunga dell'asfalto schiaccia le parole,
sguardi persi oltre i vetri, oltre di noi
il ritorno porta addosso mal di testa e mal d'anima,
nei silenzi ognuno piano fruga dentro di se..

Dal koma proverò a riemergere,
nelle nebbie mie lisergiche,
o madonna che ora era,
era oggi o ieri sera?
20 notti e poco giorno
me le sento ora che torno

ora che la fiesta è andata,
pace amore e GIOIA INFINITA
(Como un rio, como el mar, como el sol)
GOIA INFINITA
(Luz de luz mata mi dolor)
GIOIA INFINITA
(Como un rio, como el mar, como el sol)
INFINITA
(Luz de luz mata mi dolor)
Pagherei per questa vibra buona,
per averla sempre quando uno suona,
porto dentro quei sorrisi, le parole, gli sguardi, i visi.
E qualcuno ancora si stupisce del fuoco sacro che ci unisce,
scosse forti dell'anima che nessuno scorderò più!
E questo il Bardo lo sa, lui illumina le città,
cantando si dimena, un viva alla strada e un viva all'amicizia vera,
che è una cosa rara, che un oceano ci separa,
brindo a voi e a questa vita,
pace amore e GIOIA INFINITA...
(Como un rio, como el mar, como el sol)...
GOIA INFINITA
(Luz de luz mata mi dolor)
GIOIA INFINITA
(Como un rio, como el mar, como el sol)
GIOIA INFINITA
(Luz de luz mata mi dolor)

(senti Roy come spacca con la tromba
questa è la ricetta della buena onda
senti la tromba,piega la bomba,piega la bomba)

brindo a voi e a questa vita,
pace amore e GIOIA INFINITA
(Como un rio, como el mar, como el sol)
GOIA INFINITA
(Luz de luz mata mi dolor)
GIOIA INFINITA
(Como un rio, como el mar, como el sol)
GIOIA INFINITA
(Luz de luz mata mi dolor)

Dal koma proverò a riemergere,
nelle nebbie mie lisergiche,
o madonna che ora era,
era oggi o ieri sera?
20 notti e poco giorno
me le sento ora che torno
ora che la fiesta è andata,
pace amore e GIOIA INFINITA
GIOIA INFINITA
GIOIA INFINITA
GIOIA INFINITA

HAPPY

It might seem crazy what I'm about to say
Sunshine she's here, you can take away
I'm a hot air balloon that could go to space
With the air, like I don't care baby by the way

RIT: Because I'm happy
Clap along if you feel like a room without a roof
Because I'm happy
Clap along if you feel like happiness is the truth
Because I'm happy
Clap along if you know what happiness is to you
Because I'm happy
Clap along if you feel like that's what you wanna do

Here come bad news talking this and that
Yeah, give me all you got, don't hold back
Yeah, well I should probably warn you I'll be just fine
Yeah, no offense to you don't waste your time
Here's why
RIT

Happy, come on, bring me down
Happy, come on, bring me down
Love is too happy to bring me down
Come on, bring me down

I said bring me down
Come on, bring me down
Love is too happy to bring me down
Come on, bring me down
I said

RIT (X2)
Happy, come on, bring me down
Happy, come on, bring me down
Love is too happy to bring me down
Come on, bring me down
I said bring me down
Come on, bring me down
Love is too happy to bring me down
Come on, bring me down
I said
RIT X2

TRADUZIONE

Potrebbe sembrare da pazzi ciò che sto per dire
I raggi del sole sono qui, puoi portarli via
Sono una mongolfiera che potrebbe arrivare nello spazio
con l'aria come se comunque non mi interessasse
Perchè sono felice
Batti le mani se ti sembra di essere una stanza senza un tetto
Perchè sono felice
Batti le mani se ti senti che la felicità sia la verità
Perchè sono felice
Batti le mani se sai cosa è per te la felicità
Perchè sono felice
Batti le mani se senti che è quello che vuoi fare
Ed ecco le cattive notizie
Yeah, dammi tutto ciò che hai non fermarti
Yeah, probabilmente dovrei metterti in guardia che starò bene
Yeah, senza offesa non perdere il tuo tempo
ecco perchè
Perchè sono felice
RIT
sono felice, dai, buttami giù
sono felice, dai, buttami giù

L’amore è troppo felice per buttarmi giù
dai, buttami giù
ho detto buttami giù
dai, buttami giù
L’amore è troppo felice per buttarmi giù
dai, buttami giù
ho detto

SHINY HAPPY PEOPLE

Shiny happy people laughing
Meet me in the crowd
People, people
Throw your love around
Love me, love me
Take it into town
Happy, happy
Put it in the ground
Where the flowers grow
Gold and silver shine

(chorus)
Shiny happy people holding hands
Shiny happy people holding hands
Shiny happy people laughing

Everyone around, love them, love them
Put it in your hands
Take it, take it
There’s no time to cry
Happy, happy
Put it in your heart
Where tomorrow shines
Gold and silver shine
(repeat chorus)

Hey, here we go!
(repeat chorus x4)

TRADUZIONE

Gente felice e lucente che ride
M'incontra nella folla
Gente gente
Gettate in giro il vostro amore
Amatemi, amami
Portatelo nella città
Felice, felice
Mettetelo a terra
Dove crescono i fiori
E l'oro e l'argento brillano
Gente felice, lucente che si da' la mano
Gente felice, lucente che ride

Tutti in giro li ama, li ama
Mettetelo nelle vostre mani
Prendetelo, prendetelo
Non c'è il tempo per piangere
Felici, felici
Mettetelo nel vostro cuore
Dove brilla il domani
E l'oro e l'argento

Gente felice, lucente che si da' la mano
Gente felice, lucente che ride

♪♪♪ LA GIOIA

Ascolta, il rumore delle onde del mare
ed il canto notturno di mille pensieri dell' umanità
che riposa dopo il traffico di questo giorno
che di sera si incanta davanti
al tramonto che il sole le dà.
Respira, e da un soffio di vento raccogli
il profumo dei fiori che non hanno chiesto che un po' di umiltà
e se vuoi puoi gridare
e cantare che hai voglia di dare
cantare che ancora nascosta può esistere la...
Felicità, perché la vuoi, perché tu puoi
riconquistare un sorriso e puoi giocare
e puoi gridare, perché ti han detto bugie
se han raccontato che l'hanno uccisa,
che han calpestato la gioia, perché la gioia
perché la gioia, perché la gioia è con te.

RIT: E magari fosse un attimo, vivila ti prego
e magari a denti stretti non farla morire
anche immerso nel frastuono
tu falla sentire, hai bisogno di gioia, come me.
la, la, la, la, lalla, la, la...

Ancora, è già tardi ma rimani ancora
a gustar ancora un poco quest' aria scoperta stasera
e domani ritorna,
tra la gente che soffre e che spera
tu saprai che ancora nascosta può esistere la...
Felicità, perché la vuoi, perché tu puoi
riconquistare un sorriso e puoi giocare
e puoi gridare, perché ti han detto bugie
se han raccontato che l'hanno uccisa,
che han calpestato la gioia, perché la gioia
perché la gioia, perché la gioia è con te.
RIT

DON’T WORRY, BE HAPPY

Here's a little song i wrote,
you might want to sing it note for note,
don't worry, be happy

in every life we have some trouble,
when you worry you make it double
don't worry, be happy
dont worry be happy now
dont worry be happy (x4)
aint got no place to lay your head,
somebody came and took your bed,
don't worry, be happy

the landlord say your rent is late,
he may have to litagate,
dont worry (small laugh) be happy,

look at me im happy,
don't worry, be happy

i give you my phone number,
when your worried, call me,
i make you happy
don't worry, be happy

aint got no cash, aint got no style,
aint got no gal to make you smile
but don't worry, be happy

cos when you worry, your face will frown,
and that will bring everybody down,
so don't worry, be happy
don't worry, be happy now...
don't worry, be happy (x4)

now there this song i wrote
i hope you you learned it note for note

like good little children
dont worry be happy

listen to what i say
in your life expect some trouble
when you worry you make it double
dont worry be happy
be happy now
dont worry, be happy (x4)
dont worry
dont worry be happy
don't worry, don't worry, don't do it,
be happy,put a smile on your face,
don't bring everybody down like this

don't worry, it will soon pass whatever it is,
don't worry, be happy,
i'm not worried

non preoccuparti, sii felice

TRADUZIONE

Ecco una canzoncina che ho scritto
forse ti andrà di cantarla nota per nota

ognuno di noi nella vita ha dei problemi
ma se ti preoccupi i problemi si raddoppiano

non preoccuparti, sii felice
non preoccuparti, sii felice ora
non preoccuparti, sii felice (x4)

non c'è posto dove poggiare la testa
qualcuno è arrivato e si è preso il tuo letto
non preoccuparti, sii felice

il proprietario della casa
ha detto che sei in ritardo con l'affitto
potrebbe farti causa
non preoccuparti, sii felice
perchè quando sei preoccupato
il tuo volto si incupisce
e questo porterà tutto giù
quindi non preoccuparti, sii felice
non preoccuparti, sii felice ora
non preoccuparti, sii felice (x4)

adesso c'è la canzone che ho scritto
spero che l'hai imparata nota per nota
come fanno i bravi bambini
non preoccuparti, sii felice

ascolta quel che dico
nella tua vita, aspettati dei problemi
.

guardami, sono felice
non preoccuparti, sii felice

ti do il mio numero di telefono
quando sei preoccupata chiamami
ti renderò felice
non preoccuparti, sii felice

non hai contanti, non hai stile
non hai nessuna ragazza
che ti faccia sorridere
ma non preoccuparti, sii felice

ma se ti preoccupi i problemi si raddoppiano
non preoccuparti, sii felice, sii felice ora
non preoccuparti, sii felice (x4)

no no non preoccuparti, non farlo
sii felice, metti un sorriso sul tuo viso
non abbattere tutti così

non preoccuparti, presto passerà,
qualsiasi cosa sia,
non preoccuparti, sii felice
io non sono preoccupato

SI GIOCA!!

Sudoku facili

	1					5	9	4
	8					1		
			1	6	2			8
						7	1	
			5	8	3			
	6	4						
3			7	9	8			
		7					2	
1	4	5					8	

			4			8	7	
	4	7		9	2		5	
2			6				3	
9	7		5			2		3
5		8		2	4	7		6
6		4			7		8	5
	9		3		8			7
		3	2	4		1	6	
	1	2					9	

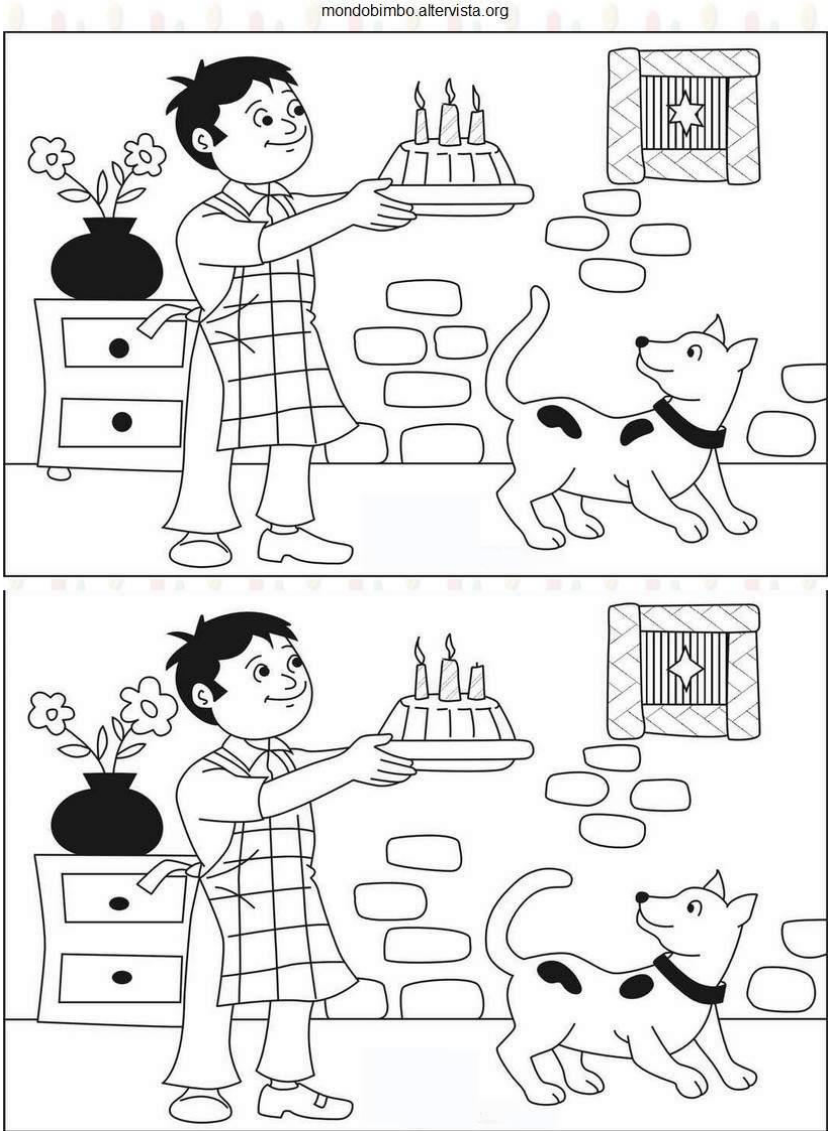
								6
		9	7		5		8	
2						4		
	7			9				
	3						5	
				8			1	
		8						2
	5		3		1	6		
6								

8	7	2			9			
				3		4		
					1	2		8
		9					8	
3		7				6		5
	2					1		
1		8	2					
		5		9				
			1			9	5	3

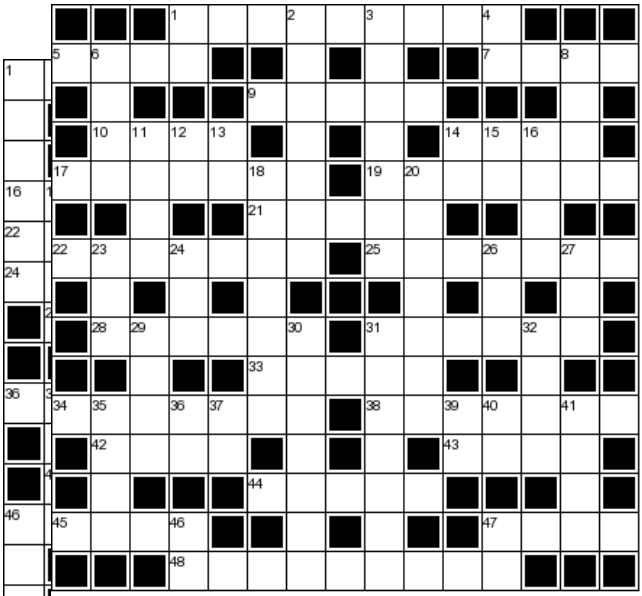
Sudoku difficili

		5	3					
8							2	
	7			1		5		
4					5	3		
	1			7				6
		3	2				8	
	6		5					9
		4					3	
					9	7		

rova le 11 differenze



1. Cruciverba



ORIZZONTALI

[1] hertziane ··· brevi [5] si ricorda con cric [7] citta' dell'-
ucraina [9] dell'arte orafa,dell'oro [10] direzione generale n [-
14] composti organici volatili [17] angel, scrittore spagnolo [
19] un eroe di walter scott [21] le aste dei timoni [22] l'inven-
tore della carabina ad aria compressa [25] pietro, poeta dalmata
[28] dipinse "il palco" [31] localita' sciistica della valtellin-
a [33] premio per cineasti francesi [34] rancidi, andati a male
[38] un gioco ··· ingegnoso [42] tipica altura etiopica [43] dio-
di hermopolis [44] un amico di aramis [45] pesi per muli [47]
uccello simile al pinquino, oggi estinto [48] cosi' e' famoso pas-
quale zagaria

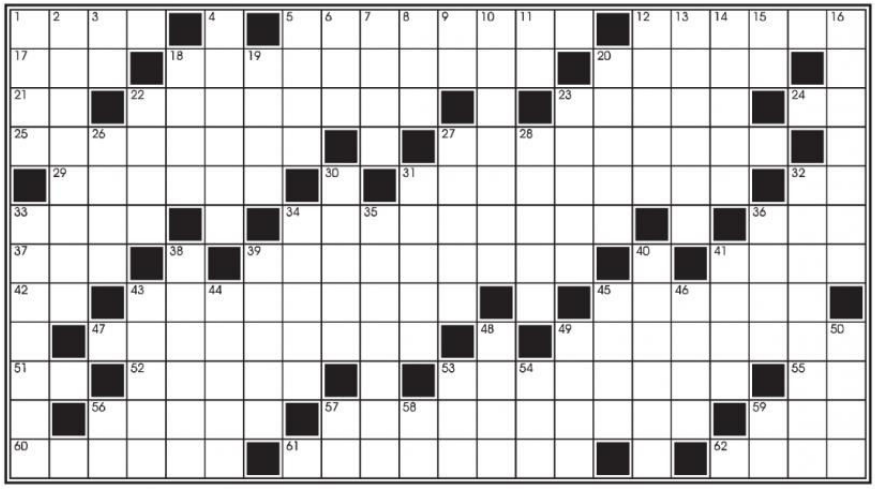
VERTICALI

[1] antico 'si'' provenzale [2] stazione balneare della francia
[3] concedere,esporre [4] le ultime di sobek [6] un fiume europ-
eo [8] morsicato dai topi [11] il pompeo che fu sconfitto a fars-
alo [12] il penultimo papa pio [13] l'enrico di luigi pirandello-
[14] fondo di riserva [15] preposizione inglese [16] ha vinto
l'oscar interpretando "stregata dalla luna" [18] israelitici [20
] in matematica, grandezza definita da intensitdirezione e verso [-
23] ledere senza pari [24] il nome di affleck [26] unita di mis-
ura della resistenza [27] umberto scrittore italiano [29] citta
e formaggio olandesi [30] derelitto,emarginato [31] fantoccio di-
aspetto femminile [32] inibitore della monoaminossidasi [35] ba-
gna anche fornovo [36] nota bene in breve [37] i confini della t-
unisia [39] conto terzi [40] la svizzera [41] standard tv a col-
ori analogico usa [46] articolo usato dagli spagnoli [47] la fin-
e dei guai

imitate da vialetti [20] domani senza pari [21] su datario prima-
di sab [26] commozione,emozione [28] sono pietre ornamentali [
30] il protagonista maschile della venexiana [32] societa' botani-
ca italiana [34] ultimo nato di una nidiata o di una cucciolata [-
35] scorre in sardegna [37] cubetti in cucina [40] balcone [41
] l'argento in chimica [43] oca ··· senza coda [44] la moneta del-
l'india [45] una e' la scultura [46] cosa ··· indeterminata [47]-
wide area network [49] alti cappelli a cilindro [50] societa' d-
i linguistica italiana [51] unione di conto europea [52] l'attor-
e steiger [53] la cintura del kimono [54] foto senza uguali [56
] i confini della bolivia

GIOCANDO

CRUCIVERBA A SCHEMA FISSO

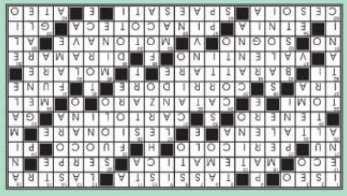


ORIZZONTALI

1. Un lago lombardo.
5. Chiede di essere pagato per ogni corsa che fa.
12. Può essere di vetro o di ghiaccio.
17. Chi la fa... non tace.
18. La scienza esatta per antonomasia.
20. Animale strisciante.
21. Nuovo per due quinti.
22. Non lo valuta il temerario.
23. Si può accendere con un cerino.
24. Non del tutto... pio.
25. Chi vi sale si lascia dondolare.
27. Rendere pericolante.
29. Delicato... come l'amore.
31. Si spedisce con su scritte poche parole.
32. Nella grappa e nel cognac.
33. Volumi di un'opera.
34. La provincia calabrese con Lamezia Terme.
36. Il noto attore Gibson.
37. Omero cantò quella "funesta" di Achille.
39. Partecipante a una gara di velocità.
41. Robusta corda.
42. In tutto ce ne sono tre.
43. Scambiare della merce.
45. Dente che tritura.
47. Il santo protettore degli innamorati.
49. Diffondere un comunicato.
51. La direzione del maestrale in breve.
52. Si fa ad occhi chiusi.
53. Rombante natante mercantile.
55. L'Oerter discobolo del passato.
56. Raggruppamento umano.
57. Il museo con i quadri.
59. Articolo per studenti.
60. Si usa per tagliare lamiere.
61. Che si sentono fuori del loro ambiente.
62. Uomo senza credenza!

VERTICALI

1. Le si paragona una persona crudele e vile.
2. Artisti con lo scalpello.
3. Estremo Oriente.
4. Punto di vista.
5. Prezioso cofanetto.
6. Prende per la bocca.
7. Si usa molto in cucina.
8. Questo... per i romani.
9. Un modo di scrivere due.
10. Lo fa il burlone.
11. I limiti... di Tania.
12. Le belve con la criniera.
13. Mistero o misterioso.
14. Una cellula riproduttiva.
15. Un infuso di foglie.
16. Il regno al quale appartiene il cane.
18. Ci sono le "limoncelle".
19. Un recipiente a forma di tronco di cono.
20. Meta di... paracadutisti.
22. Gesù li moltiplicò con i pesci.
23. Ha il calice verde.
26. Compito d'italiano.
27. Sterili distese prive di coltivazioni.
28. Linea di partenza.
30. Misurano i propri clienti.
31. Il... capitale!
32. Così è l'assemblea alla quale non manca nessuno.
33. Compì un solo viaggio.
34. Non crudo.
35. Una linea ferrata urbana.
36. Cingevano le città.
38. Le botteghe dei parrucchieri.
39. Se ne fanno graticci.
40. Tra collo e addome.
41. Passa... masticando.
43. Sella di legno.
44. Può curarla anche Carlo Verdone.
45. Vagano pericolosamente... tra le acque.
46. Forma una rovente colata.
48. Pinnipede marino.
49. Apprezzabili qualità.
50. Gas molto leggero.
53. Velocissime siluranti.
54. Sottintende una cifra.
56. Le prime in esame.
57. Pianissimo... in musica.
58. Termine di paragone.
59. Iniziali di Tornatore.

I giochi di questa pagina sono curati da www.giocando.com

SOLUZIONE