

La fontana di Sant'Anna Pontinia

MENSILE DELLA COMMISSIONE ANZIANI DELLA PARROCCHIA SANT'ANNA

Anno VII

numero 66

giugno 2017

Sig. Sign.



L'EUCARESTIA, FONTE di VITA

“Io sono il pane vivo disceso dal cielo. Se uno mangia di questo pane vivrà in eterno e il pane che io darò è la mia carne per la vita del mondo (Gv 6.51).

Ci impressionano le parole di Gesù. Significano che la *‘morte’* non ha alcuna possibilità di accesso là dove si mangia il *‘pane della vita’*. Sappiamo che questo pane della vita è la carne di Gesù donata per la vita del mondo. Chi mangia la sua carne è vivificato da Cristo. E’ trasformato in una realtà eterna. E questo fin d’ora! Vive già fin d’ora della vita eterna che è propria di Dio.

C’è poi il futuro: *“E io lo risusciterò nell’ultimo giorno”*. L’orizzonte dell’Eucarestia è la risurrezione dei morti: *“Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue ha la vita eterna”*. Non c’è più l’orrore dell’incognito, lo squallore della morte e lo smarrimento di fronte alle sue insidie. C’è la vita eterna. Meglio ancora c’è quello stesso mistero d’amore che regna tra il Padre e il Figlio nella Santissima Trinità. La vita eterna è già presente in chi mangia il corpo di Gesù. E’ una realtà concreta. E’ una vita che dilata, che accende il fuoco insaziabile di Dio e trasforma l’uomo preparandolo per la vita senza fine. Di certo c’è sempre il rischio di inciampare nei propri limiti. Ma il Signore è il *“pane vivo”* ed è sempre a nostra disposizione. Egli ci aiuta a vivere nella fede, speranza, carità, a gustare fin d’ora, pur nelle nostre difficoltà, la verità della risurrezione. Non per nulla la vita eterna è la risurrezione: il Risorto è qui con noi.

Ringraziamo il Signore per il dono dell’Eucarestia, come comunione e fusione in Cristo e nei fratelli. Quando ci comunichiamo non solo ci uniamo a Cristo e diventiamo una cosa sola con Lui, *“un solo corpo”*, ma diventiamo una cosa sola anche tra di noi, diventiamo *“un corpo solo”* con Cristo e come Chiesa.

Chiediamo allora perdono se non sempre abbiamo sentito il fascino segreto e irresistibile dell’Eucarestia e se abbiamo speso il tempo a volte ad accumulare sicurezze per noi, chiusi nel nostro egoismo, sommersi dalle nostre angosce e dalle nostre difficoltà.

Apriamoci alla fiducia e imploriamo il dono della sapienza che ci può far comprendere che con Cristo la nostra vita riceve il senso pieno, perché *“ non di solo pane vive l’uomo”*, ma di quel *“pane”* che è Lui, il Figlio di Dio, mandato nel mondo per salvarci.

E, infine, supplichiamo il Signore perché, comunicando al corpo di Gesù, possiamo diventare ciò che siamo, come dice sant’Agostino: corpo di Cristo e membra gli uni degli altri. Questo è il desiderio profondo da coltivare nel cuore e nella preghiera: lasciamo che il Signore compia questo miracolo in noi. Abbiamo una convinzione profonda: il Signore può tutto.

Padre Giancarlo



Giornata nazionale dell'UNITALSI



Anche quest'anno si è svolto il consueto appuntamento dell'UNITALSI per la vendita delle piantine di ulivo. In occasione della celebrazione della 16° edizione della sua Giornata Nazionale, nei giorni 18 e 19 marzo 2017 il gruppo UNITALSI di Pontinia ha proposto, (come in oltre 3000 piazze italiane) la vendita di una " **piantina d'ulivo**", **simbolo di pace e fratellanza**. Il ricavato delle offerte sarà utilizzato dall'Associazione per sostenere i numerosi progetti di solidarietà in cui la stessa è impegnata giornalmente sull'intero territorio nazionale, al servizio dei più deboli, grazie alla costante e generosa presenza dei propri soci. Testimoniai di questa 16° edizione è stato il nostro amico Fabrizio Frizzi al fianco dei numerosi volontari che, a turno, sono scesi nelle piazze. "La Giornata Nazionale rappresenta un appuntamento importante per quanti scelgono di vivere l'Associazione - ha dichiarato il Presidente Nazionale UNITALSI - è il momento per dire eccoci, per invitare la gente a fermarsi, a non correre, per far conoscere cosa fa l'UNITALSI." E si è svolta in modo semplice, con il carisma e lo spirito unitalsiano, con migliaia di volontari, che sin dal mattino presto sono scesi in piazza con il loro sorriso e con il loro cuore, chiedendo un aiuto per continuare ad aiutare. Sul sagrato della nostra bella chiesa di S. Anna, è stato allestito un simpatico punto vendita con il disegno **di un treno in partenza per un pellegrinaggio**. I pellegrinaggi sono il cuore vivo del nostro impegno oltre all'aiuto agli anziani e ai bambini, al mantenimento delle case di accoglienza per i genitori dei bambini ricoverati nei centri ospedalieri, collaborazione con case famiglia per le persone disabili, soggiorni estivi e interventi di emergenza sociale. **Un grazie di cuore va a tutti i cittadini di Pontinia**, sempre presenti in prima fila per fronteggiare il disagio e l'emarginazione. **a cura di Laura Sartori**





"IO AMO PONTINIA"

Io abito a Pontinia. Vengo da Roma e Pontinia fu una scelta precisa, per trascorrere tranquillamente gli ultimi anni della vita. Ma forse non sono stata io ad aver scelto Pontinia, ma Pontinia ad aver scelto me. Pontinia **mi ha offerto l'abitazione** che più rispondeva ai miei bisogni, **mi ha permesso di inserirmi** piano piano nelle attività della cittadina e **mi ha fatto conoscere moltissime persone amiche.** A differenza della grande città, qui ci si conosce tutti. Ricordo che iniziai aiutando delle signore a preparare dolci e manicaretti vari in occasione di feste per Battesimi, Cresime, Compleanni ecc. Le riunioni si svolgevano in una vecchia stalla ristrutturata e, durante la preparazione dei cibi, si parlava di tutto. Non a caso alcuni chiamavano il locale, con sottile ironia, "la sala stampa". Qui a Pontinia quasi tutte provengono da zone rurali e quindi sono delle casalinghe molto esperte. **Aiutavo ed imparavo** e poi venivo ricompensata con un sacchetto di cappelletti o con un ciambellone per l'aiuto prestato. **Sono stata accolta con molto affetto** e, in occasione di una malattia, con le loro preghiere, mi hanno senz'altro aiutato a guarire prima. Ormai le giovani radici sono diventate grandi e folte. Posso senz'altro sottolineare con forza: **"Io abito a Pontinia.!"** a cura di **Tina Cudia**

.....

Scrivendo e condividendo

Con l'articolo "io abito a Pontinia..." s'intende aprire un nuovo spazio sul giornale intitolato **"IO AMO PONTINIA"** che è, nel contempo, un chiaro invito a scrivere per spiegare perchè si ama Pontinia oppure per proporre delle persone particolari e questa rubrica potrebbe chiamarsi **"TIPI DI PONTINIA"**. La prima persona che viene in mente è senz'altro padre Gaetano Manfredini, ma potrebbe essere interessante far conoscere l'assistente sanitaria comunale Monica De Florian o il dottor D'Elia, ma anche dei contemporanei molto comuni, come un amico o un fratello oppure una persona che si vuole porre in risalto e condividere con i lettori del giornale. Per informazioni rivolgersi a William Sacchetto

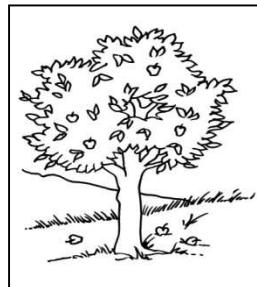
FAMIGLIA E' BELLO

In questa rubrica si racconta la storia delle coppie che hanno superato i cinquant'anni di matrimonio



Pontinia, chiesa di Sant'Anna 28 dicembre 1957

All'ombra di un grande albero



E' un pomeriggio di giugno caldo e assolato, ci dirigiamo verso la piana dopo Borgo Pasubio che è tagliata in due dal Tavolato, mentre il fiume Sisto e il canale Botte ne chiudono i confini. Entriamo in una piccola proprietà, attigua a un podere, dove troviamo una casa semplice ma funzionale, circondata dal verde degli alberi e dei prati. Ci invitano in casa, ma noi scegliamo l'ombra di una bella pianta piena di albicocche, è talmente carica di frutti che i rami devono essere sostenuti dai tutori. Iniziano a raccontare senza timori, tra noi c'è la loro amica Loreta a cui sono legati dai ricordi di una vita vissuta in armonia e allegria. E' una storia semplice la loro, erano vicini di podere e si sono conosciuti e fidanzati a causa di una sorella che aveva come filarino il cognato. La famiglia di lei era originaria di Berra (Ferrara), mentre quella di lui di Montevidon Corrado nelle Marche. Al papà di lui non fu assegnato un podere perchè non prese la tessera del partito, così per campare faceva il bracciante su terre altrui, nella tenuta dei Di Stefano a Cotarda. Le domandiamo perchè l'ha scelto, in fondo era una bella ragazza e poteva trovarne quanti ne voleva, lei risponde: "*Lui non era come gli altri, diceva poche parole, era soprannominato "il siciliano", ma quelle poche parole valevano oro. Era una persona seria e mi è piaciuto subito*". Lui ribadisce che lei era bella, ma a quei tempi quando entravi in una famiglia, dovevi pensarci e comportarti bene. Lei racconta: "*Lui con me si apriva e anche con mio padre parlava*". Da bambina aveva frequentato fino alla terza elementare la scuola di Casal Traiano, perchè lavorava duramente nei campi, a volte anche a cottimo, e d'estate zappava bietole e pomodori, mentre d'inverno raccoglieva cicoria e per un grosso sacco di iuta, veniva ricompensata solamente con cinque lire da Achille il commerciante, che poi vendeva la verdura a Roma. Dopo cinque anni di fidanzamento, si sposarono il 28 dicembre del 1957 nella chiesa di Sant'Anna, dove lei era stata battezzata, comunicata, cresimata e dove poi hanno festeggiato anche il venticinquesimo di matrimonio. L'abito della sposa l'aveva cucito un'amica sarta e lei aveva raccolto cicoria fino al giovedì, per procurarsi i soldi e comprare scarpe e borsa al mercato del venerdì. La festa era stata fatta



in casa a Borgo Faiti, nel podere dove lavorava la famiglia di lui e dove hanno abitato fino a che lui è stato assunto dall'Enel e sono andati in affitto a Borgo Sabotino. Sono nati tre figli maschi: Alfredo, Giancarlo, Roberto, uno ogni quattro anni e oggi hanno cinque nipoti. Lui lavorava e lei accudiva i figli senza alcun rimpianto, era necessario seguirli, anche se era duro vivere con un solo stipendio. Poi con l'aiuto degli stessi figli che avevano cominciato a lavorare, hanno costruito una bella casa che oggi è circondata dall'orto e da alberi fruttiferi, sul terreno lasciato dal padre. Dialogando emergono aspetti di vita serena vissuta nella quotidianità, che seguiva i valori delle famiglie di origine: dove si lavorava, si mangiava insieme, si tornava al lavoro, si condivideva la vita seguendo i ritmi e gli esempi del passato, quando le nonne facevano da maestre e attorno al fuoco recitavano ai nipoti: ***Fufa, fugarola, metti i piè sotta la rola, fa avanti al fugarel che as cusina i taiadel, e ti beta va a parecia e ti betin va a trar al vin, senti senti la me cagna che la bat i dentin.*** Il 28 dicembre prossimo saranno sessant'anni e lui sostiene che se racconti il tuo matrimonio, oggi ti giudicano così: *"Ma voi non siete una famiglia normale!"* E ancora lui: *"Quando ti sposi, scegli una persona e poi non sai cosa ti accadrà, ma se sei serio e con coraggio e volontà porti avanti le tue responsabilità, tutto va per il suo verso, nonostante i problemi di salute dei figli o della moglie che ti costringono a raddoppiare gli sforzi"*.

Per tanti anni è stato un turnista della centrale nucleare di Borgo Sabotino e i turni hanno talmente affaticato il suo cuore da costringerlo alla pensione. Quale sarà dunque il segreto di questo matrimonio? Sicuramente il volersi bene e il vivere fino in fondo la normalità, senza parole inutili, solo quelle giuste che nascono dal buon senso, senza agitarsi e sempre pronti al sorriso. Lei è più comunicativa, lui è più riservato e profondo. E i difetti? Qualcuno c'è... ma anche questi sono vissuti nell'accettazione dell'altro. Tra ricordi felici e non, scioglilingua e filastrocche, si capisce che il segreto di questa coppia che resiste nel tempo è come l'albero che ci fa ombra: l'amore, la cura, la pazienza, le piccole cose che oggi si fa fatica a vivere, mentre tutti insieme si spera nel futuro delle famiglie che verranno. Qualche



sospiro, ma poi alzando gli occhi osserviamo l'albero che ci offre tutti i suoi frutti dorati... frutti di vita vera!

a cura di Rossana Baldo con la collaborazione di Maria Supino, Lucrezia Zuccaro e Loreta Telloli.

Chi sono i protagonisti di questa storia?

Sono Giuseppe Linfozzi e Miranda Trapella.

A loro il nostro grazie per l'accoglienza e la disponibilità insieme agli auguri per il prossimo sessantesimo di matrimonio.



MESSAGGIO PER LA GIORNATA DEL PRIMO MAGGIO 2017

IL LAVORO AL CENTRO VERSO LA 48° SETTIMANA SOCIALE DEI CATTOLICI IN ITALIA

"Lavorando giorno e notte per non essere di peso ad alcuno abbiamo annunziato il Vangelo di Dio" (1 ts 2,9)

Il lavoro costituisce una delle frontiere dell'evangelizzazione sin dagli inizi del Cristianesimo. La prossima Settimana Sociale dei cattolici italiani che si svolgerà a Cagliari dal 26 al 29 ottobre avrà come tema: **IL LAVORO CHE VOGLIAMO: "LIBERO, CREATIVO, PARTECIPATIVO E SOLIDALE."** (EG.n. 192). Il testo Paolino ci richiama due aspetti che valgono anche nelle attuali circostanze: il tema della giustizia e del senso del lavoro. Tra le sfide che caratterizzano la nostra situazione constatiamo un tasso di disoccupazione ancora troppo alto (attorno al 12%, con punte vicine al 40% tra i giovani e vicino al 20% al Sud); 8 milioni di persone a rischio di povertà, spesso a causa di un lavoro precario o mal pagato, più di 4 milioni di italiani in condizione di povertà assoluta. Nonostante la lieve inversione di tendenza registrata negli ultimi anni, il lavoro rimane un'emergenza nazionale. Per tornare a guardare con ottimismo al futuro, l'Italia deve mettere il lavoro al primo posto. Al di là dei numeri, sono le vite delle persone ciò che ci sta a cuore: ci interpellano le storie dei giovani che non trovano la possibilità di mettere a frutto le proprie qualità, di donne discriminate e trattate senza rispetto, di adulti disoccupati che vedono allontanarsi la possibilità di una nuova occupazione, di immigrati sfruttati e sottopagati. **La soluzione dei problemi economici e occupazionali, non può essere raggiunta senza una conversione spirituale che permetta di tornare ad apprezzare l'integralità dell'esperienza lavorativa.** C'è prima di tutto una questione di giustizia. Se il lavoro oggi manca è perché veniamo da un'epoca in cui questa fondamentale attività umana ha subito una grave svalorizzazione. Inoltre, lì dove il lavoro ha continuato ad essere centrale nella produzione della ricchezza, non è stato difeso dallo sfruttamento e da chi ha voluto produrre senza rispettare chi gli ha consentito di produrre. Non sarà possibile nessuna reale ripresa economica senza che sia riconosciuto a tutti il diritto al lavoro e promosse le condizioni che lo rendano effettivo (Costituzione ital, art. 4) Combattere tutte le forme di sfruttamento e sperequazione retributiva, rimane obiettivo prioritario di ogni progresso sociale. C'è poi una seconda questione: il lavoro ha una tale profondità antropologica da non poter venire ridotto alla sola dimensione economica. Il lavoro è, infatti espressione della creatività che rende l'essere umano simile al suo Creatore. Secondo la tradizione cristiana, il lavoro è sempre associato al senso della vita: come tale esso non può mai essere ridotto a "occupazione": E' questo un tema quanto mai centrale oggi di fronte alla sfida della digitalizzazione che minaccia di marginalizzare l'esperienza lavorativa. Solo l'esperienza lavorativa libera, creativa, partecipativa e solidale potrà permettere ad ognuno di accedere ad una vera prosperità nei suoi molteplici aspetti (EG, n.192) La questione della giustizia e quella del senso del lavoro sono strettamente intrecciate tra loro. Infatti, è solo laddove si riconosce la centralità del lavoro che si può generare un valore economico realmente propulsivo per l'intera comunità. E oggi più che mai questa affermazione trova riscontro nella realtà economica al di là dei tanti elementi problematici, occorre saper cogliere gli aspetti promettenti che aiutano a pensare alla possibilità di affrontare la sfida e costruire un'economia capace di uno sviluppo sostenibile; sfide che è possibile vincere rimettendo il lavoro al primo posto. E' questa la chiave per ordinare i diversi ambiti della vita personale e sociale. A cominciare dalla scuola, che è il primo investimento di una società che pensa al proprio futuro. Ugualmente importante è il ruolo delle imprese che hanno la particolarissima responsabilità nel trovare forme organizzative e contrattuali capaci di valorizzare davvero il lavoro. E' importante richiamare la questione dell'orario di lavoro e della armonizzazione dei tempi lavorativi e famigliari, tema non rinviabile, visto l'elevato numero di donne che lavorano. Occorre annunciare alla società italiana che è proprio tale conversione che può davvero far ripartire l'intero Paese nella consapevolezza della grande tradizione imprenditoriale, professionale, artigiana e operaia che abbiamo alle spalle, profondamente intrisa della concezione cristiana. Fin da ora, secondo il metodo proposto dalla lettera invito, le Chiese in Italia sono invitate a impegnarsi per elaborare proposte concrete, frutto di esperienze già esistenti per dare risposte alle sfide che oggi interessano il nostro paese: la testimonianza di San Paolo ci invita ad implicarci in prima persona.

(La commissione episcopale per i problemi sociali e il lavoro, la giustizia la pace. Aprile 2017)



CONSIGLI ALIMENTARI PER UN SANO STILE DI VITA

Nelle persone anziane, e non solo, seguire alcune abitudini alimentari, diventa importante quando non è necessario. Da sempre corretta alimentazione e movimento (basta anche solo camminare per 30/40 min. al giorno) sono sinonimi di salute e benessere. Questa regola vale per tutti a maggior ragione per chi è avanti con l'età. E risaputo che andando avanti con l'età accusiamo qualche problema che se trascurato può portare all'insorgenza di patologie serie, ecco allora l'importanza di controllare l'alimentazione e la riduzione della mobilità (pigrizia, sedentarietà). Nel rispetto di diete mediche specifiche, conseguenti a patologie conclamate (es: soggetti diabetici, ipertesi, persone affette da patologie croniche) vi suggerisco alcuni consigli su abitudini alimentari nelle persone anziane e non solo. Ecco qualche consiglio:

- Bere **1 litro e mezzo di acqua** al giorno (**5/8** bicchieri distribuiti nella giornata)
- Ridurre alimenti con grassi in eccesso (**affettati e formaggi**)
- Ridurre assunzione di zuccheri (**biscotti patate pasta**)
- Fare **3** pasti principali e **2** Spuntini
- Variare gli alimenti della dieta (**no alla solita minestra**)
- Mangiare frutta e molta verdura,
- Mangiare alimenti ricchi di vitamine B (**carne e legumi**) C (**frutta**)



Una corretta alimentazione associata ad una moderata attività fisica (camminare, chi può farlo, **30/40** min. al giorno lontano da orari caldi e possibilmente non da soli, favoriscono un sano stile di vita che produce effetti benefici non solo al corpo ma anche allo spirito. Come dire se sta bene il corpo sta bene anche la mente. **a cura di Gino Bonanni gruppo sportivo oratorio S. Anna**

Tutti a Tavola

FRITTATINE DI ZUCCHINE

Per 3 persone

3 zucchine biologiche (medie dimensioni),
3 uova bio, parmigiano grattugiato
(3 manciate), olio extra vergine di oliva q.b

Ungere la padella e metterla a scaldare. Lavare bene le zucchine e grattugiarle a julienne. Aprire le uova e sbatterle con la forchetta, aggiungere le zucchine grattugiate (crude), il parmigiano e un filo d'olio. Sbattere ancora un po' il composto. Quando la padella è bel calda, con l'aiuto di un mestolo si mette il composto a cuocere

in padella. Con un mestolo si prepara una sola frittatina. Quando è cotta sotto e compatta sopra, si gira per la cottura del secondo lato. **a cura di Maria Cestra**

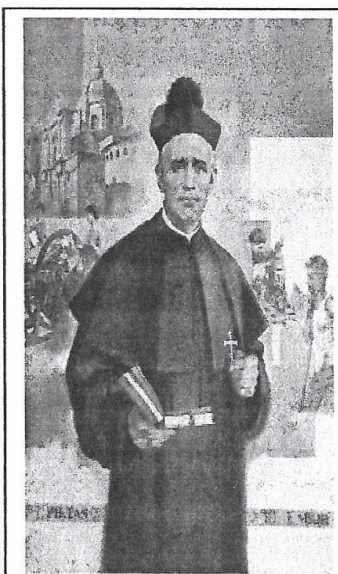


"Chi legge non è mai solo" (Erina Fumi)

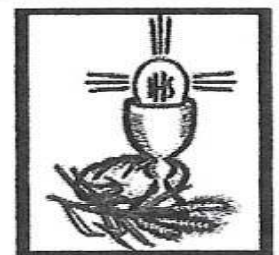
CENACOLO EUCARISTICO "SAN GIOVANNI BATTISTA PIAMARTA"

Ogni venerdì sei invitato all'ADORAZIONE EUCARISTICA nell'ora prima della messa serale.

Gesù, Sacerdote Santo ed Eterno, ti prego di accrescere nella tua Chiesa il numero degli aspiranti al sacerdozio e di formarli secondo i disegni del tuo Cuore santissimo. Rischiara la loro mente, perché conoscano l'inestimabile grazia della divina vocazione; fortifica la loro volontà, perché non si lascino vincere dalle facili lusinghe del mondo e non tremino dinanzi al sacrificio.



Ritorna a noi, o buon Gesù, per mezzo dei tuoi sacerdoti. Vivi in essi; trasformali in *te*; rendili strumenti della tua misericordia e fa' che essi compiano, con la forza del tuo spirito, le opere che tu stesso hai compiuto per la salvezza del mondo. Amen



**II CENACOLO EUCARISTICO PREGA PER
LE VOCAZIONI RELIGIOSE**