

R

alla  
tavola  
della  
festa

100GIORNI CRESIMANDI 2026  
  
CENTRO AMBROSIANO

Il sussidio diventa necessariamente più agile nel numero di pagine, più dedicato all'animazione del cammino e meno concentrato sui temi della catechesi. L'elemento portante del cammino *100giorni* è la lettura e la comprensione della lettera che l'arcivescovo Mario ha scritto per i ragazzi della cresima, «*Dove vuoi che prepariamo?*»: prendendo spunto dall'esperienza umana del fare festa, l'Arcivescovo stimola i cresimandi a preparare da sé la tavola attorno alla quale festeggiare la loro cresima. Una tavola particolare e personale, in cui ogni elemento, dalla tovaglia alle posate, dal pane al vino, dall'acqua alla torta, celano un messaggio che porta i cresimandi a comprendere i doni che lo Spirito elargisce nella celebrazione del sacramento (Incontro iniziale).

Il cammino di quest'anno è pensato in tre tappe, due da affrontare prima dell'incontro con l'Arcivescovo, e una dopo.

Nella prima tappa i cresimandi scopriranno la richiesta dell'Arcivescovo di preparare insieme la tavola per la festa della cresima (Incontro iniziale).

Nella seconda tappa, il centro del nostro cammino, verranno affrontati i nove elementi che compongono la tavola della festa, attraverso giochi, attività e la lettura di brani del Vangelo (Incontri 1-9).

La terza e ultima tappa, da svolgersi dopo l'incontro allo Stadio, apre al futuro della vita da cristiani adulti, chiedendo ai ragazzi di "spacchiare la tavola", assumendosi un piccolo impegno di servizio (Incontro conclusivo).

## Ogni incontro prevede:

- una proposta, di varia natura, per approfondire la tematica affrontata: un gioco, un'attività manuale, un'attività da svolgere in famiglia;
- un'attività da fare su *Alla tavola della festa*;
- uno spunto per leggere la Parola di Dio con il metodo del Vangelo a quattro colori;
- un suggerimento per la preghiera utilizzando il sussidio della diocesi X vivere con Te! Pregare con i salmi, con i santi e con la vita (Centro Ambrosiano, Milano 2019).

In alcuni viene anche proposta un'attività per prepararsi all'incontro allo Stadio.

5



## **Ma come integrare il cammino 100giorni con la programmazione ordinaria della catechesi?**

La data fissata per l'incontro allo Stadio, che si terrà domenica 29 marzo 2026, non permette di inserire il cammino nei tempi a esso dedicati nelle tabelle di programmazione di *Con Te! – Cristiani*, Tappa 4 tempo 6 e Tappa 5 tempo 7 (vedi pp. 19 e 21 di *Con Te! – Cristiani. Guida*, Centro Ambrosiano, Milano 2008).

La prima e la terza tappa andranno affrontate integralmente e singolarmente, mentre la seconda tappa, la più lunga e corposa, potrà essere adattata in vari modi, a seconda della programmazione catechistica di ogni singolo gruppo. Ad esempio, durante ogni incontro di catechesi si potrà dedicare un momento per affrontare uno dei nove elementi della tavola per volta, così da diluirli nel tempo; oppure si potranno accorpore tutti o alcuni in una giornata di ritiro o in una domenica insieme, suddividendo magari il lavoro tra i vari gruppi di cresimandi. Ancora, si potranno dedicare alcuni incontri di catechesi accorpando due o più attività, oppure si potranno affrontare alcuni elementi prima dell'incontro a San Siro e lasciandone altri per dopo, come momento di ripresa dell'evento o nell'imminenza della celebrazione del sacramento, soprattutto per quelle parrocchie che celebrano la confermazione nel mese di ottobre.

6

# **La lettera dell'Arcivescovo ai cresimandi**

Quest'anno, i ragazzi che si preparano a ricevere la cresima sono invitati dall'arcivescovo Mario Delpini a scoprire che la celebrazione della cresima è una festa: è fondamentale che ciascuno si impegni nel preparare la tavola con cura, perché abbia il sapore della gioia, della comunione, del servizio. «L'amore è un dono ineguagliabile. Quando si fanno le cose per amore, allora le cose non sono più "cose", ma doni, messaggi, rivelazioni.»



È importante che la lettera dell'Arcivescovo venga consegnata ai ragazzi all'inizio del cammino 100giorni e non alla cresima: durante ogni incontro della seconda tappa, ne verrà letto un pezzo, ed è meglio che i ragazzi possano averla tra le mani durante gli incontri, per meditarla con attenzione.

# Lo schema del cammino

8

Incontro	Attività/Gioco	La Parola di Dio	La tovaglia della festa	Per pregare
«Dove vuoi che prepariamo?»	Caccia al tesoro e visita alla chiesa parrocchiale	Gesù manda i discepoli a preparare la Pasqua ( <i>Lc 22,8-12</i> )	La consegna della tovaglia	<i>Salmo 22</i>
1. La tovaglia	Chi ride per primo?	Gesù accoglie i bambini ( <i>Mc 10,13-16</i> )	Decorazione della tovaglia	Preghera del buonumore
2. I fiori	Fiori di carta con la tecnica del quilling	La chiamata degli apostoli ( <i>Mc 3,13-19</i> )	Realizzazione del centrotavola	Il metodo dello "stato d'animo"
3. Le posate	La risposta sbagliata	Gesù dice a Pietro: «Rimetti la tua spada nel fodero» ( <i>Mt 26,47-52</i> )	Posizionamento delle posate	<i>Salmo 50</i>
4. I posti per gli invitati	L'elenco degli invitati e visita alla Caritas parrocchiale/mensa Caritas	Gli invitati al banchetto ( <i>Lc 14,12-24</i> )	Realizzazione del segnaposto dei cresimandi	<i>Salmo 26</i>
5. L'acqua	Il di più che serve	Gesù e la Samaritana ( <i>Gv 4,5-14</i> )	La brocca dell'acqua e il sottobicchiere	<i>Salmo 62</i>
6. Il pane	Il pane dell'unità	I discepoli di Emmaus ( <i>Lc 24,13-35</i> )	Il sacchetto del pane	<i>Salmo 132</i>
7. Il vino	Pigia l'uva	Le nozze di Cana ( <i>Gv 2,1-11</i> )	La brocca del vino	<i>Salmo 15</i>
8. Il sugo	Nonna chef	L'incontro con Simeone al tempio ( <i>Lc 2,22-35</i> )	Il piatto	<i>Salmo 130</i>
9. La torta	La torta dei complimenti sinceri	L'incontro con Zaccheo ( <i>Lc 19,1-10</i> )	La torta colomba	<i>Salmo 102</i>
Sparecchiamo la tavola	Mi prendo un impegno	«Io sto in mezzo a voi come colui che serve» ( <i>Lc 22,24-27</i> )	Il tovagliolo su cui scrivere l'impegno preso	<i>Salmo 39</i>

## Micrealizzazione

CSI per il Mondo – Pucallpa (Perù)

## In libreria:

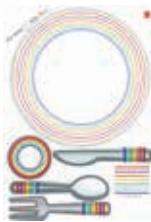
- la tovaglia della festa in poliestere
- i cartoncini in A3 con gli elementi della tavola

# Proposta di animazione

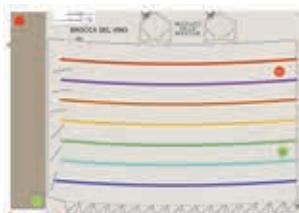
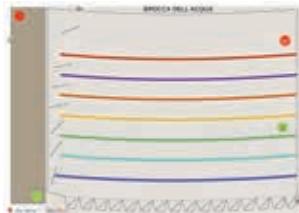
## ALLA TAVOLA DELLA FESTA

Per vivere il cammino *100 giorni* proponiamo di realizzare l'attività *Alla tavola della festa*. Sarà una **tovaglia**, da colorare insieme, arricchire con frasi e pensieri e oggetti realizzati dei ragazzi. Potrà essere appesa nell'aula della catechesi o messa sul tavolo nell'aula durante gli incontri.

Il giorno della cresima potrà diventare il *tableau della cresima* o essere utilizzata per ricordare alla comunità il cammino effettuato.



IL CARTONCINO IN FORMATO A4 FUSTELLATO CON LE POSATE, IL SOTTOBICCHIERE, IL PIATTO E IL SEGNAPOSTO



I CARTONCINI IN FORMATO A3 PER REALIZZARE LA BROCCA DELL'ACQUA E QUELLA DEL VINO

LA TOVAGLIA DA DECORARE IN POLIESTERE CM 200 X 80



IL CARTONCINO IN FORMATO A3 PER REALIZZARE LA SAGOMA DELLA BASE DELLA TORTA



10

Presso la libreria Il Cortile (via Sant'Antonio, 5 – Milano) e sul sito [www.libreriailcortile.it](http://www.libreriailcortile.it) è possibile acquistare alcuni materiali per l'animazione del cammino 100giorni:

– il kit **Alla tavola della festa**, contenente la **tovaglia in tessuto non tessuto**, da colorare e decorare insieme ai cresimandi (servirà anche come tableau della cresima);

### **LA BROCCA DELL'ACQUA E DEL VINO**



– i cartoncini in A3 per gli elementi comuni della tavola;

– 5 cartoncini in formato A3 con gli elementi fustellati da consegnare a 10 cresimandi;

– il sacchetto del pane;

– le **penn a quattro colori**, per poter introdurre i cresimandi al metodo del Vangelo a quattro colori.

### **LA TORTA (COLOMBA)**



## IL CANTO SE RESTI IN NOI E I CANTI DELLA PROPOSTA FATTI AVANTI

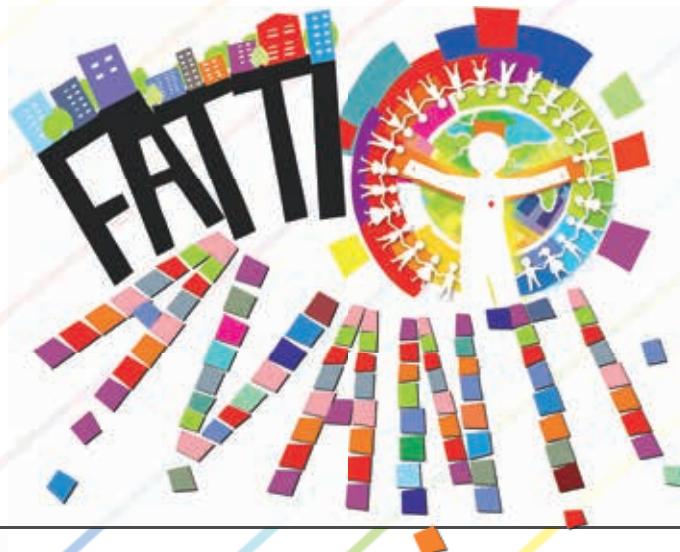
I 100 giorni prevedono tradizionalmente l'utilizzo dei canti proposti dalla FOM per l'anno pastorale: questi vengono solitamente usati durante l'incontro dei cresimandi e cresimati a San Siro e nelle parrocchie durante i momenti di preghiera e la celebrazione della cresima. Alcuni sono diventati parte del repertorio classico dei nostri oratori e parrocchie.

Dal 2017, anno dell'incontro con papa Francesco, abbiamo pensato di accompagnare il cammino dei cresimandi con un canto che, affrontando il tema dei sette doni dello Spirito Santo, potesse, per melodia e testo, essere eseguito anche durante la celebrazione del sacramento della confermazione, diventando il canto "simbolo" dei cresimandi.

*Se resti in noi* (testo e musica di Martino Vergnaghi) è composto da sette strofe – una per

ogni dono dello Spirito – e, come gli inni della liturgia, non ha un ritornello. Il primo verso di ogni strofa, che recita «Se resti in noi Santo Spirito vivremo proprio come Gesù», si ripete sempre uguale, come se fosse un'antifona che ci ricorda come, con il dono dello Spirito Santo ricevuto nel battesimo e nella cresima, il Padre ci abbia «predestinati a essere conformi all'immagine del Figlio suo» (Rm 8,29). L'arrangiamento del brano, che inizia in maniera molto semplice e si arricchisce strofa dopo strofa, simboleggia la ricchezza e la multiformità di carismi che lo Spirito suscita. Raccomandiamo inoltre di proporre, durante gli incontri e le celebrazioni, i canti della proposta *Fatti avanti* realizzati dalla FOM per l'anno oratoriano 2025-2026.

La traccia mp3, gli spartiti e gli accordi possono essere scaricati gratuitamente dal sito [www.chiesadimilano.it/pgfom](http://www.chiesadimilano.it/pgfom).



# La microrealizzazione

## CSI PER IL MONDO

### **Volontariato sportivo internazionale per portare palloni e sorrisi nelle periferie**

**CSI per il Mondo** nasce nel 2012 con la prima missione a Haiti. L'idea è semplice e vincente: fare dello sport uno strumento educativo nelle periferie del mondo. L'iniziativa porta palloni e sorrisi a migliaia di bambini che vivono in condizioni di forte difficoltà, nelle periferie più svantaggiate, nei villaggi isolati e in altre situazioni di fragilità.

In questi contesti, lo sport esprime al massimo le sue potenzialità educative: un pallone che

rotola, la dimensione del gioco e della relazione fanno davvero la differenza, molto più di quanto si possa immaginare.

Nel corso degli anni **CSI per il Mondo** ha avviato progetti a **Haiti**, in **Camerun**, in **Congo**, in **Madagascar**, in **Bangladesh** e in **Perù**. Sono stati formati centinaia di giovani come allenatori e dirigenti, garantendo attività durante tutto l'anno. Ogni anno molti volontari – provenienti da società sportive e oratori italiani – partecipano a esperienze di tre settimane di volontariato sportivo internazionale, che offrono loro uno sguardo nuovo sulla propria vita quotidiana.

Il progetto ha coinvolto numerose realtà sportive italiane in questo approccio missionario a trazione sportiva. Oggi società e oratori del territorio possono gemellarsi con diocesi o parrocchie dei Paesi in cui è presente **CSI per il Mondo**,

40



accompagnandole nella loro missione educativa al servizio dei ragazzi e dei giovani del territorio. CSI per il Mondo continua a crescere e numerose realtà missionarie chiedono di portare il modello anche nelle loro comunità. Per rispondere a queste richieste è necessario il sostegno di tutti.

## **LA PROPOSTA SOSTENIAMO PUCALLPA Perù, foresta amazzonica**

A Pucallpa CSI per il Mondo è presente da tre anni. La città si trova alle porte dell'Amazzonia, in Perù. Qui operano due preti *fidei donum* della diocesi di Milano: don Luca e don Tommaso. Con il loro supporto è stato avviato il CSI nella diocesi locale.

A indicare Pucallpa come territorio prioritario è stato direttamente l'arcivescovo di Milano, monsignor Mario Delpini. Il vescovo locale, monsignor Augusto Martín Rodríguez, ha incoraggiato a proseguire e sviluppare il progetto.

CSI per il Mondo intende sostenere la realtà del territorio attraverso le seguenti azioni concrete:

- apertura di società sportive nei villaggi lungo il fiume;
- realizzazione di corsi per allenatori e dirigenti delle parrocchie della diocesi;
- fornitura di materiale sportivo e attrezzature;
- supporto alla gestione quotidiana delle attività di CSI per il Mondo – Pucallpa;
- organizzazione annuale di una grande festa dello sport.



# Indice

- Introduzione – p. 3
- Il cammino *100giorni* e il cammino di catechesi – p. 4
  - La lettera dell'Arcivescovo ai cresimandi – p. 6
- X VIVERE CON TE! Pregare con i salmi, con i santi e con la vita – p. 7
  - Lo schema del cammino – p. 8
  - Proposta di animazione – p. 9
  - Il metodo del Vangelo a quattro colori – p. 11
- Il canto *Se resti in noi* e i canti della proposta *Fatti avanti* – p. 14
- Incontro iniziale – «Dove vuoi che prepariamo?» – p. 16
  - Incontro 1 – La tovaglia – p. 20
  - Incontro 2 – I fiori – p. 22
  - Incontro 3 – Le posate – p. 24
  - Incontro 4 – I posti per gli invitati – p. 26
  - Incontro 5 – L'acqua – p. 28
  - Incontro 6 – Il pane – p. 30
  - Incontro 7 – Il vino – p. 32
  - Incontro 8 – Il sugo – p. 34
  - Incontro 9 – La torta – p. 36
- Incontro conclusivo – Sparecchiamo la tavola – p. 38
  - La microrealizzazione – p. 40