

## Traccia per le coppie animatrici delle Équipes di Formazione:

Cogliendo lo spunto offerto dal titolo del libretto di Epicoco, "Farsi santi con ciò che c'è", l'attività proposta nelle Équipes di Formazione è la seguente: dopo una breve presentazione in cerchio, preparare il nostro "piatto di coppia".

Ciò avverrà in 4 fasi: una individuale, una di coppia, una di gruppo e una con il Signore.

### 1) Fase individuale

Ogni Equipier avrà a disposizione un tempo di osservazione della Dispensa (vedi immagine sotto) nella quale sono presentati tanti "cibi" ovvero situazioni, stati d'animo, sentimenti che possono essere presenti o meno nella vita concreta della coppia in questo momento.

Questo momento di scelta avverrà in piedi davanti al cartellone della Dispensa o, tramite QR code, anche seduti o in giro per la stanza.

La consegna è che ciascuno dei due coniugi scelga, con molta semplicità e franchezza, quei "cibi" che ci sono veramente, che si percepiscono presenti in questo tempo della loro vita. È importante che non si scelga ciò che sarebbe bello ci fosse o che si desidera realizzare, ma quello che in questo momento c'è. Verranno distribuiti dei fogli su cui appuntarsi le scelte.

### 2) Fase di coppia

I coniugi si riuniscono e viene loro consegnato un piatto di carta. I due si confrontano su quanto scelto da uno e dall'altro e poi, con tutto "ciò che c'è", devono fare il piatto, ossia la ricetta: possono semplicemente scrivere con dei pennarelli i nomi delle cose scelte sul piatto o rappresentarlo graficamente, come desiderano; devono poi dare un nome al piatto.

Sempre in coppia rispondono alle domande sottostanti e formulano la loro preghiera di coppia, che resta silenziosa (se vogliono possono condividerla naturalmente).

### 3) Fase di gruppo

Tornando in cerchio, a giro si condivide il nome del piatto e quanto si desidera condividere della propria vita di questo momento, guidati dalle domande.

Ovviamente, come sempre, la condivisione è libera sia nella quantità di cose che si intende condividere, sia nell'intensità/profondità.

### 4) Fase con il Signore

Al termine delle Équipes di Formazione, dopo un breve intervallo, avrà inizio la Messa: all'offertorio ogni coppia porterà il suo piatto, accompagnandolo silenziosamente con la preghiera che avrà formulato: "*Signore, questo è il nostro piatto, donaci di farlo diventare...*"

**La coppia conduttrice avrà il compito di guidare l'attività custodire i tempi di attuazione.**

Il tempo complessivo per le Équipes di Formazione è 1 h e mezza.

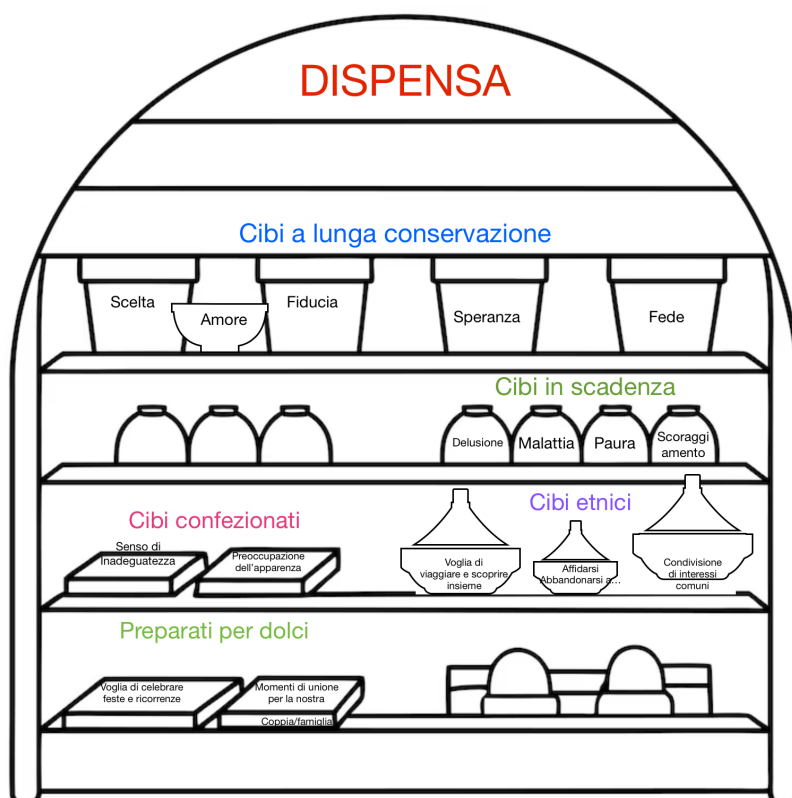
I tempi previsti sono:

- Sistemazione nel luogo stabilito per l'Équipes di Formazione e breve presentazione (nomi/Equipe di appartenenza) (15 Min)

- Spiegazione della prima fase dell'attività (10 Min)

- 1^ Fase: osservazione della Dispensa e scelta delle parole da parte dei singoli (15 Min)
- 2^ Fase: consegna del piatto, dialogo in coppia e realizzazione del piatto, invenzione del nome del piatto e risposta alle domande (30 Min)
- 3^ Fase: giro di condivisione (15 Min)

La Dispensa (questa è solo un fac simile)



Domande per la condivisione in Équipes di formazione:

- Come mai abbiamo scelto quel nome per il nostro piatto?
- Da quale scaffale abbiamo preso la maggior parte degli ingredienti?
- Avremmo voluto poter mettere ingredienti che però in questo momento non abbiamo?
- Che ruolo ha la preghiera e l'affidamento al Signore nella composizione del nostro piatto?
- Formuliamo (anche senza condividerla) in coppia una breve invocazione che diremo silenziosamente portando il nostro piatto all'altare: *Signore, questo è il nostro piatto, donaci la Grazia di farlo diventare....*