

10^a CAMPANA

Il popolo in cammino si lascia condurre dalla luce della Parola di Dio.



**AUTOSCUOLA
GAMMA**

**AGENZIA PRATICHE
AUTOMOBILISTICHE**

TRAPASSI AUTO - RINNOVO PATENTE
PATENTI SUPERIORI E CQC

Via Villorresi, 25 - 20010 Arluno (MI)
Tel. 02 9017535 - autoscuola.gamma@virgilio.it
www.autoscuolagamma.it

 Autoscuola Gamma di Arluno



**PORTA E MERCATO
CARROZZERIA**

Servizio Soccorso Stradale

ARLUNO - Via C. Castiglioni, 17 - Tel. 02 9015451
Tel. notturno e festivo 348 6602065



**Le scarpe buone
si comprano
in Calzoleria**
www.calzoleriayellow.it

Dal 1984
scarpe artigianali
per tutta la famiglia
e laboratorio di riparazioni
Arluno, P.zza del Popolo 23,
Tel.: 0290376648

**IL PARTNER
della tua azienda**

SOLUZIONI
INFORMATICHE

VIDEOSORVEGLIANZA

GESTIONALI

TELEFONIA VOIP

HARDWARE E SOFTWARE
DELLE MIGLIORI MARCHE

info@quality-group.eu



Quality Enterprise
divisione di Quality Service S.r.l.
Via Enzo Ferrari, 23 - 20010 Arluno (MI)
Tel. +39 02.901.72.24

www.quality-group.eu



**G&D. ITALIA
ASSICURAZIONI**

ARLUNO (MI) - Via A. Manzoni, 7
Tel. 02 9012490 - Fax 02 90376675
E-mail: info@gditalia.it



**DELL'ACQUA
FERRAMENTA**

Duplicazione chiavi per porte,
casseforti, auto (trasponder/codificate)
Duplicazione radiocomandi
Cilindri di sicurezza
Centro autorizzato Securemme

20010 ARLUNO (MI) - Via Roma, 49
Tel. 02 9017020 - www.ferramentadellacqua.it



STAMPA OFFSET • IT-UV • DIGITALE
MATERIALI PLASTICI • PACKAGING • OGGETTISTICA
VARNISH 3D • LACCATURA • LAMINA FOIL

ARLUNO (MI) - VIA LOMBARDIA, 12
TEL. 02 9017064 - FAX 02 90377301
E-mail: info@graficaarlunese.it
www.graficaarlunese.it

Floricoltura
di Garavaglia Franco

Vendita e
manutenzione
di piante per
giardini e terrazze
Sistemi di irrigazione
Vendita confezioni
in blisset di frutti
di bosco
ARLUNO - Via F. Turati, 39
Tel. 02/90376319

**STUDIO
LEGALE
ASSOCIATO**
IANNACCHINO & RE

ARLUNO
Piazza Europa, 3
Tel. 02/90376471
90377022

SANSOTTERA
S.R.L.

IMPIANTI ELETTRICI
QUADRI DISTRIBUZIONE
CABINE M.T.

Punto vendita:
info@sansottera.it
www.sansottera.it

Via della Filanda, 5
20010 Arluno (MI)
Tel. 02 9015585

**OTTICA
LIMIDO**

OPTOMETRIA
CONTATTOLOGIA
Arluno - Via Garibaldi, 1/3
Tel. 02.9017333

Promozione
Occhiale da vista su misura con
LENTI ANTIRIFLESSO
€ 90
Modelli selezionati

**comunità
arene**

Un gruppo di persone,
un cammino di crescita,
uno stile di condivisione.
Su ordinazione si eseguono:
Tappeti, bomboniere,
pittura su stoffa,
pittura su vetro e molto di più...

CASCINA POGLIANASCA
Via S. Carlo, 7 - Tel. 02 90377333



Onoranze Funebri Arluno
di Rondina Pasquale

FUNERALI COMPLETI - PARAMENTI
FIORI FRESCHI E ARTIFICIALI - MARMI - CORONE
COFANI - CERI - PRATICHE RELATIVE
Tel. 02 9015156 Diurno e Notturno - Tel. 02 9017759 Diurno

*Qualor - non avvenga giammai -
le nove campane di bronzo udir tu non sempre vorrai
possente risuoni a tutt'ore
per te questa decima squilla al mistico udito del cuore.*

Bollettino parrocchiale di Arluno
Rassegna mensile di vita cittadina

Direttore responsabile:
Remigio Peruzzi

Aut. Trib. Milano:
N° 246 del 23-07-1969

Redazione e impaginazione:
Arluno, Via Marconi 32/34
decima.campana@gmail.com

Stampa:
"La Grafica Arlunese" - Arluno, via Lombardia, 12

Comitato di redazione e impaginazione:
Silvano Ballarini, Fabio Chiodini, Andrea Olivares,
Alessandra Selmi, Angelo Zanoni.

Si ringrazia Damiano Carsenzuola per la
collaborazione fotografica.

Foto di Claudio Morlok®

Decima Campana

Novembre 2019
Anno 50 Numero 9 Fascicolo 519

in questo numero...

Copertina

La voce dei poveri, un grido di speranza 6

Prima Pagina

Decima Campana 2020 8

Riflessioni

Tempo di Avvento: Dio cerca casa 9

In comunità

Il nuovo Consiglio Pastorale Parrocchiale 11

Festa dei Santi e Commemorazione dei defunti 13

Benedizioni Natalizie 2019 14

Sant'Omobono di Cremona 15

Pregiere della nostra tradizione cristiana 18

Un vescovo brasiliano tra noi 19

Martiri del nostro tempo 21

Giornata mondiale dei poveri 23

Padre Damiano Puccini ad Arluno 24

Ottobre 2019: un mese missionario straordinario 27

La quarta tòmà dal nòstar Signùr 29

Un grazie lungo 40 anni 30

Le statue sulla facciata della Parrocchiale 31

Oratorio

I santi della porta accanto 33

Oratorio... da paura 35

In città

Arluno ieri e oggi 36

Sessant'anni di solidarietà 37

Auguri per i tuoi Sessant'anni 40

Educazione alla cura dell'ambiente 41

Sorrisi a denti stretti 42

Arlügn in fiur 44

Festa dell'Unità Nazionale 45

Salute

Gli addominali fanno dimagrire? 46

Sport

Arluno Special, anche nel bowling 48

Anagrafe parrocchiale

50



La voce dei poveri, un grido di speranza

La Redazione

Con due anni di anticipo **papa Francesco** aveva annunciato la convocazione del **Sinodo dei Vescovi** per la Regione Panamazzonica, sul tema «*Amazzonia: nuovi cammini per la Chiesa e per una ecologia integrale*».

Ne era stato indicato anche l'obiettivo principale, quello di "trovare nuove vie per

la evangelizzazione di quella porzione del popolo di Dio" di tante persone, circa 34 milioni, **spesso dimenticate** e senza la prospettiva di un futuro sereno, anche a causa della crisi della foresta amazzonica, polmone di fondamentale importanza per il nostro pianeta e anche per rispondere alle situazioni di **ingiustizia** e di **povertà** della vasta regione sudamericana.

Il Sinodo, rappresentando tutto l'episcopato cattolico, è un segno che tutti i vescovi sono partecipi in gerarchica comunione della sollecitudine della Chiesa universale. Anche se i lavori vertono sull'Amazzonia, i temi trattati nel Sinodo, dall'annuncio del Vangelo all'attenzione verso gli ultimi, hanno coinvolto la Chiesa universale, in pratica l'intera famiglia umana.

La fase celebrativa del Sinodo si è tenuta **in Vaticano dal 6 al 27 ottobre 2019**, con la presenza dei vari gruppi etnici con i loro tipici costumi multicolori: rappresentavano le tribù degli aborigeni presenti nei nove Paesi che compongono la Panamazzonia: Bolivia, Brasile, Colombia, Ecuador, Perù, Venezuela, Suriname, Guyana e Guyana francese.

L'attenzione della Chiesa e la lungimiranza di papa Francesco hanno portato ad un Sinodo sulla crisi ambientale e sociale in cui vivono i popoli di quella zona sudamericana: una crisi climatica universale, una crisi ecologica conseguente all'inquinamento ed alla devastazione forestale e, soprattutto, una **crisi sociale** che si manifesta nella diffusa **povertà** e anche nella **miseria**.

Ne sono colpiti, in particolare, gli indigeni delle numerose tribù di quelle zone, i piccoli agricoltori e quanti vivono nelle periferie delle grandi città amazzoniche.

E sulla povertà si è conclusa l'omelia di papa Francesco, ricordando che il Sinodo sulla Amazzonia ha permesso di "**ascoltare la voce dei poveri**" che si fa "**grido di speranza della Chiesa**" con l'invito a riflettere sulla precarietà di tante vite che vanno sostenute e accolte come testimonianza di realtà diverse, accolte "a mani aperte come un dono".

Siamo andati in tanti in questi giorni al Cimitero, anzi siamo entrati al Camposanto, camminando tra le lapidi e i colombari, con un fiore in mano e l'occhio attento a incontrare il volto e il nome dei nostri cari. E poi un lungo colloquio in silenzio con gli



occhi umidi che guardavano e si chiudevano, quasi a tenere dentro i profondi sentimenti che ci legano con quanti non sono più con noi.

La vita ha le sue fasi e le sue esigenze, soprattutto i suoi legami che neppure la morte può sciogliere: ogni tanto possiamo anche trovarci impegnati in altre cose, con altri pensieri e per altri scopi, ma il legame con loro, con i nostri familiari che ci hanno lasciato, rimangono e ci tengono legati alla vita che se ne è andata.

Gli esseri umani, tutti gli esseri viventi, dal minuscolo moscerino alla gigantesca megattera, uomo compreso, corrispondono a determinati tempi, luoghi e modi di comportamento che caratterizzano il gruppo di appartenenza: anche l'uomo non sfugge alle regole che si integrano, in modi e forme diversificate e si completano con il **pensiero, la parola, le idee, la fede, i sentimenti**.

Già il segno di croce che viene spontaneo, anche se affrettato, per quanti passano per la strada davanti al Cimitero, è indice di fede, se non di rispetto, per un luogo particolare e di tutti.

E nelle festività di inizio novembre, nella commemorazione dei defunti, i sentimenti di **riconoscenza**, di **amicizia** e di **affetto** ritornano più forti e più sentiti entrando al Cimitero per onorare la memoria di chi ci ha lasciato e di quanti abbiamo avuto l'occasione e la gioia di conoscere e di dividerne l'operato.

Alla memoria dei defunti uniamo un pensiero per le tante vite, giovani spesso, lasciate sull'asfalto delle nostre strade e uniamo anche le frequenti tragedie familiari, e altre vittime di soprusi e violenze, di donne in particolare: sono segnali che sanno di abbandono dei valori della vita.

Nella festa di Ognissanti che precede il ricordo dei defunti, delle persone che hanno con noi condiviso tempo e impegni, la Chiesa ricorda e celebra, in forma unitaria, tutte le persone che hanno risposto alla legge divina con la **santità della vita e delle opere**, persone, ha detto papa Francesco, che "*non sono superuomini, ma veri cristiani*".

Vengono ricordati e accomunati tutti, i Santi riportati dai calendari e altri che la Chiesa ha elevato agli onori degli altari, e altri ancora che hanno condotto nell'anonimato una vita esemplare, dai profeti ai padri della Chiesa, ai martiri, alla madre di famiglia.



Decima Campana 2020

La Redazione

Ancora un anno, abbiamo scritto tempo fa, per poi arrivare, insieme, al cinquantesimo di pubblicazione di Decima Campana, il bollettino parrocchiale voluto e avviato nel gennaio 1970 dall'allora parroco **don Vincenzo Cavenago** "per tenere alto e onorato il nome di Arluno". E il cinquantesimo anno di pubblicazione volge ormai al termine, con un notevole bagaglio, non facilmente quantificabile, di pagine scritte per informare la Comunità arlunese e per formare l'animo e la mente dei buoni cristiani che abbiamo in Arluno.

A cadenza mensile abbiamo per anni seguito le normali cadenze del tempo e dei tempi, con particolare attenzione alla liturgia della Parola, alle iniziative e proposte educative delle famiglie, della scuola e dell'Oratorio, ai vari impegni delle varie associazioni operanti in paese nel settore culturale e sportivo; abbiamo dato spazio e informazioni alle varie feste e ricorrenze che animano la vita della nostra Comunità, con l'impegno di mantenere alta l'attenzione alle nostre pagine.

E continueremo a farlo per fornire "in ogni famiglia"- mese dopo mese- "una documentazione viva ed appassionata di vita locale".

Abbonamenti 2020

Nelle pagine interne si troverà la **cedola per l'abbonamento** a Decima Campana -**anno 2020**- da compilare e consegnare alle persone incaricate della distribuzione del bollettino, o da recapitare in segreteria parrocchiale (ore 9-11 dal Martedì al giovedì), unitamente a **30 Euro** che indicativamente si propongono come quota di abbonamento annuale. Quanto in più si vorrà o si potrà lasciare sarà indirizzato a promuovere iniziative culturali e caritative; il tutto con un grazie particolare ai nostri lettori che da anni ci seguono e che ancora lo faranno, unitamente a quanti vorranno iniziare a sostenere attivamente il nostro bollettino parrocchiale.

Ai non residenti in Arluno, sacerdoti, missionari, suore, religiosi ed altri, si propone di utilizzare le moderne tecnologie comunicative per avere Decima Campana in formato digitale; si chiede di contattarci all'indirizzo e-mail **decima.campana@gmail.com**.

Allo stesso indirizzo di posta elettronica (decima.campana@gmail.com) saranno da inviare, entro il 30 di ogni mese, articoli, foto, relazioni e materiale vario da pubblicare.

Sponsor e pubblicità

Abbiamo da anni il sostegno di operatori commerciali, di imprese e ditte, alle quali siamo estremamente grati per la fedeltà attestata, da anni e per anni, a Decima Campana: il loro contributo permette di continuarne la pubblicazione. Vogliamo sperare e contare sul loro fiducioso e continuato apporto e, nel contempo, formuliamo un caloroso invito ad altri operatori commerciali, negozi, studi, ristoranti ed altro ancora, a rispondere all'invito, comunicando il breve testo e logo che andranno a reclamizzare le capacità, le iniziative e i prodotti di persone di Arluno.

Suggeriamo anche alle associazioni parrocchiali e ai vari movimenti cittadini, gruppi culturali e sportivi di utilizzare le nostre pagine come strumento di periodica informazione, come un modo diverso di fare pubblicità, senza slogan, ma con concrete e documentate attestazioni di presenza e di operatività tra le nostre case.

Grazie a loro ed a quanti vorranno unirsi a noi, unitamente agli auguri per un 2020 di pace, di serenità e di prosperità.

Tempo di Avvento: Dio cerca casa

di don Giacinto

L'aver letto qualche giorno fa il decreto della Congregazione del Culto Divino, che istituiva ufficialmente **la festa liturgica della Madonna di Loreto**, mi ha suggerito questo titolo provocatorio. "Dio cerca casa!".

Come ben sapete Loreto è il luogo che custodisce tre pareti della "Santa Casa di Nazareth", ovvero il luogo dove Maria ha ricevuto l'annuncio dell'Angelo Gabriele, che per metterla in sicurezza, in tempo di Crociate e Invasioni islamiche, fu smontata e portata fino al Colle di Loreto.



La Santa Casa ha solo tre pareti, infatti la quarta era costituita dalla grotta a cui normalmente poggiavano tutte le abitazioni di quella regione della Galilea. Ora **la Santa Casa** ha tre pareti solo, quasi a volerci dire che vuole essere **una casa aperta**: aperta verso un mondo che non sente più "buone notizie", aperta a cuori che vogliono come Maria accogliere i "progetti di Dio", aperta all'ascolto e alla laboriosità del quotidiano, laddove

invece si ricerca lo straordinario come occasione di pienezza. Sono tanti i messaggi sottesi e simbolici che si possono intravedere in tutto questo.

Mi colpisce poi sempre quando nei "Vangeli dell'Infanzia" leggiamo circa l'arrivo di Maria e Giuseppe a Betlemme: "Non c'era posto per loro nell'albergo".

Dio sembra fare fatica a trovare casa per nascere, più volte poi Gesù entra nelle case degli uomini dei figli di Israele, come dei pubblicani e dei peccatori. Mi chiedo allora se davvero Gesù non abbia scelto di essere **uno che tende la mano e bussa alle varie porte**, che domanda accoglienza e ospitalità. E' la bellissima immagine del Cristo Risorto evocata dal libro dell'Apocalisse: "Ecco: sto alla porta e busso. Se qualcuno ascolta la mia voce e mi apre la porta, io verrò da lui, cenerò con lui ed egli con me" (Ap. 3,20).

Una porta che rimane chiusa, per i più svariati e improbabili motivi, non da ultimo perché noi non desideriamo aprirla. A questo proposito, c'è un significativo e conosciuto dipinto che rappresenta Gesù in un giardino buio che con la mano sinistra alza una lampada e con la mano destra bussa ad una porta, senza maniglia, pesante e robusta.

Il quadro si intitola "La luce del mondo" e fu dipinto tra il 1853 e il 1854 da William Holman Hunt (nato a Londra nel 1827) ed ora conservato nella Cappella Keble College ad Oxford. Parlando della sua opera l'autore disse: "La porta del dipinto è senza maniglia, e pertanto può essere aperta solo dall'interno, il che rappresenta la mente ostinatamente

chiusa". **Dio non entra nella tua vita senza il tuo permesso!** Anche se Lui non si stanca mai di bussare!

L'Avvento per noi Ambrosiani è tempo di **Benedizioni Natalizie alle famiglie**, e qualche volta noi sacerdoti rischiamo di sentirci dire che non interessa, che non gradiscono e che non vedono il senso. Molte volte l'accoglienza distratta non sa vedere che dietro chi bussa vi è **qualcuno che viene "nel nome del Signore"** il quale "cerca casa" nella nostra vita, nel nostro cuore, nella nostra famiglia.

Anche per questo Avvento poi viene proposto alla nostra Comunità il **"Mercoledì di Spiritualità"**. Ogni mercoledì di Avvento, dopo la S. Messa delle ore 8.00, si terrà la **Catechesi per anziani e pensionati** e, a sera, dalle ore 20.30 alle 21.00 la **"Lectio divina"** sulla **Lettera di san Paolo ai Filippesi** e dalle 21.00 alle 22.00 l'**Adorazione silenziosa davanti all'Eucaristia**.

Il Signore ci apre la porta della sua casa e ci accoglie... e sarà bello vedere che noi non avremo paura di varcare le soglie di questa casa (che è la nostra Chiesa!) sperimentando così la grazia del perdono, dello **stare alla Sua presenza**, del lasciarsi dire nel silenzio e nella meditazione della Parola quanto il Signore ci ama!

Come accogliamo il Signore che viene? Ci lasciamo accogliere nella sua casa?

Speriamo che ci sia **qualche scelta concreta** che ci fa vedere e incontrare il Signore nella nostra vita! L'Avvento serve anche per questo!

Buon cammino!

AVVISO

A partire da mercoledì 13 Novembre fino a mercoledì 11 Dicembre **la S. Messa del pomeriggio sarà celebrata alle ore 16.30** perché i sacerdoti sono impegnati per la Benedizione alle Famiglie.

ORARI SANTE MESSE

FERIALI

Mercoledì e Sabato ore 8.00 e 18.00*

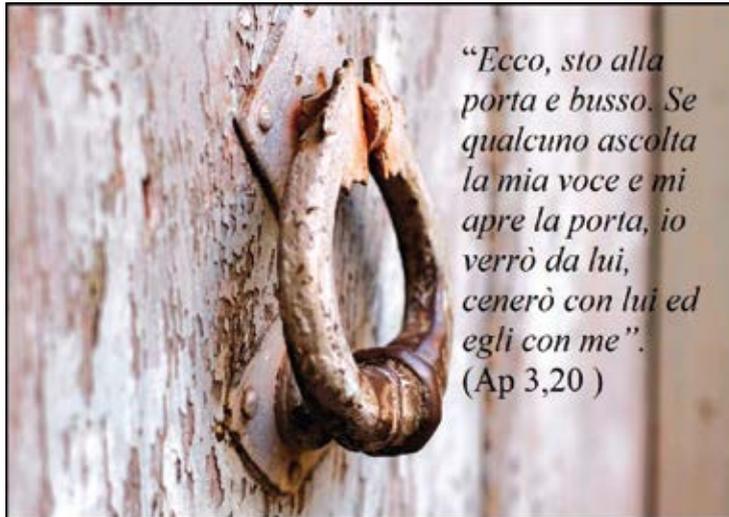
Lunedì*, martedì, giovedì e venerdì ore 8.00

*Il primo lunedì del mese S. Messa anche alle ore 21.00 (in suffragio dei defunti della Parrocchia)

FESTIVE DAL 22 SETTEMBRE

ore 18.00
(sabato e prefestivi)

ore 8.00 - 10.00 - 11.15 - 18.00
(domenicali e festivi)



*"Ecco, sto alla porta e busso. Se qualcuno ascolta la mia voce e mi apre la porta, io verrò da lui, cenerò con lui ed egli con me".
(Ap 3,20)*

Il nuovo Consiglio Pastorale Parrocchiale

Domenica 17 novembre i componenti del nuovo Consiglio Pastorale Parrocchiale riceveranno il mandato e saranno presentati ai fedeli durante la Santa Messa delle ore 11.15. L'incarico ai consiglieri durerà 4 anni e li vedrà coinvolti nelle importanti scelte pastorali che attendono la nostra parrocchia.

Come dice don Franco Agnesi (Vicario Episcopale), su ChiesadiMilano.it, il Consiglio Pastorale «ha un duplice fondamentale significato: da una parte, rappresenta l'immagine della fraternità e della comunione dell'intera comunità di cui è espressione in tutte le sue componenti, dall'altra, costituisce lo strumento della decisione comune pastorale».

E' cura dei Consigli Pastoralisti che la comunità dei discepoli di Cristo viva del rapporto con il Signore e che la comunità dei discepoli del Signore sia il contesto in cui ciascuno riconosce che la sua vita è una grazia, una vocazione, una missione.

Infine, è affidata loro la cura affinché la comunità dei discepoli del Signore sia presente, nel contesto in cui vive, come il sale della terra, la luce del mondo, il lievito che fa fermentare tutta la pasta. Con la creatività che la carità, la cultura, le feste e il buon vicinato ne siano segni semplici e luminosi.

A questi nostri fratelli e sorelle rivolgiamo il grazie di tutta la comunità e li affidiamo a Maria Vergine Santa, Madre di Dio, Madre della Chiesa, che li accompagni col suo sguardo di tenerezza in questo importante cammino di missione.



Ganimedi Carla



De Vecchi Daniele



Pizzigoni Carolina



Perrone Saverio



Parolini Stefano



Magistrone Sonia



Lonati Simone



Selmi Alessandra



Riva Rita



Vialba Rita



Restelli Reginetta



Lunari Patrizia



Fontana Luciano



Tambani Edvige Maria



Magistrelli Luigi



Cavarretta Angelina



Anastaze Mauro



Proserpio Michela



Gerace Luigi



Frasson Mattia



Avento Marcello



Ceriani Beatrice

Festa di tutti i Santi e Commemorazione dei defunti

Venerdì 1° novembre 2019, nel giorno della Festa di Ognissanti, è iniziato, ad Arluno, anche il momento particolare del ricordo dei Defunti.

Nel pomeriggio, alle ore 15.00, il parroco **don Giacinto Tunesi** ha celebrato la Messa al Cimitero, accompagnata da canti solenni, sostenuti da alcuni componenti della **Corale Santa Cecilia**, e da preghiere molto sentite e partecipate. Grande è stata l'affluenza di fedeli alla cerimonia religiosa; è proseguito,



in seguito, l'afflusso dei visitatori al cimitero per un ricordo alle tombe dei loro cari. Il cimitero di Arluno si presenta, soprattutto in questi giorni, molto pulito, curato, fiorito e illuminato, grazie ai parenti e agli operatori comunali. L'accesso è tranquillo, sicuro e ordinato per l'intervento della Protezione Civile e della Polizia Locale.

Sabato 2 novembre la parrocchia di Arluno ha concluso la giornata dedicata alla memoria dei defunti con una Messa celebrata, alle ore 18.00, dal parroco don Giacinto nella bella chiesa di Sant' Ambrogio.

La chiesetta era stracolma di fedeli, che, in seguito, si sono recati pregando, in proces-



sione, al Cimitero con i lumini accesi da deporre sulle tombe dei propri cari. alla cerimonia ha partecipato anche don Martino, ormai ben inserito nella comunità arlunese.

Il tutto si è svolto con ordine e con grande senso di adesione interiore.



Benedizioni Natalizie 2019

GIORNO	DATA	ORA	VIE
Lunedì	4/11/2019	17.00	Adua
Martedì	5/11/2019	17.00	Monte Nero, Monte Santo, Morandi
Mercoledì	6/11/2019	17.00	Don Minzoni
Giovedì	7/11/2019	17.00	Adamello, Ss. Gervaso E Protaso, Sant'apollonia, Cascina Riccardi
Venerdì	8/11/2019	17.00	Vittorio Veneto, Matteotti, Suor Crippa Maria, Don Siro Porro
Lunedì	11/11/2019	17.00	Papa Giovanni Xxiii
Martedì	12/11/2019	17.00	Privata Dei Platani, San Paolo, Sant'ambrogio, Volturno
Mercoledì	13/11/2019	17.00	Bellegotti, Nenni, Fermi, Archimede, Galilei, Leonardo Da Vinci, Volta, Chiesa Casorezzo, De Amicis
Giovedì	14/11/2019	17.00	Piazza Del Popolo, Piazza Pozzobonelli
Venerdì	15/11/2019	17.00	Marconi (Da Via Roma A Via Casorezzo)
Lunedì	18/11/2019	17.00	Brera, Giotto, Buozzi, Grandi, Gambini
Martedì	19/11/2019	17.00	Petrarca, Leopardi, Buonarroti, Colombo, Carducci, Pascoli, Porta, Vespucci, D'annunzio
Mercoledì	20/11/2019	17.00	D'antona, Falcone E Borsellino, Marco Biagi, Deledda, Croce
Giovedì	21/11/2019	17.00	Diaz
Venerdì	22/11/2019	17.00	Polo, Manzoni, Magenta
Lunedì	25/11/2019	17.00	Battisti, F.Lli Bandiera, Lamarmora, Di Vittorio, Cav. Vittorio Veneto, Don Puglisi, 8 Ottobre
Martedì	11/26/2019	17.00	Trieste, Padre Romero
Mercoledì	11/27/2019	17.00	Bainsizza, Generale Cadorna, Gorizia, Solferino, San Martino
Giovedì	11/28/2019	17.00	Roma
Venerdì	11/29/2019	17.00	Sanzio, Beata Teresa Verzeri
Lunedì	2/12/2019	17.00	San Vincenzo, Don Albertario, Garibaldi, Piazza Cavour
Martedì	3/12/2019	17.00	Corso Xxvi Aprile
Mercoledì	4/12/2019	17.00	Marconi (Da Via Villoresi A Via Roma), Dei Lazzari
Giovedì	5/12/2019	17.00	Risorgimento, Deportati Di Mauthausen
Venerdì	6/12/2019	17.00	Villoresi, Padre Turoldo
Lunedì	9/12/2019	17.00	Cascine: Malpensa, Sacro Cuore, S. Giacomo, Radice, Mereghetti, Firat, Passerone, Brigatti, Ferrario
Martedì	10/12/2019	17.00	Strada Del Signu', Via Morti Di Reggio Emilia

Sant'Omobono di Cremona

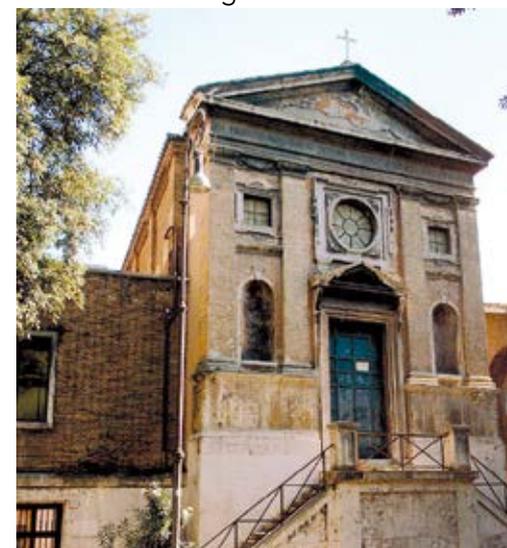
A cura di Silvano e Sandra

Il 13 novembre la Chiesa Cattolica fa memoria di sant'Omobono.

Omobono nacque a Cremona, in Lombardia, nella prima metà del XII secolo; il padre era sarto e, al momento del battesimo, gli diede il suo nome, che significa **"uomo buono"**. Pur non frequentando la scuola, imparò dal padre come condurre l'attività commerciale in modo preciso e assolutamente onesto; quando ereditò l'attività paterna (mercante di lana), considerò il mestiere un dono di Dio e un mezzo per servire la famiglia e la società di cui faceva parte. Si sposò, e sembra che abbia avuto diversi figli.

Conosciuto in tutta Cremona per la sua generosità, Omobono era straordinariamente disponibile: faceva visita alla gente in casa, in particolare ai poveri, cercava in ogni maniera di soddisfare le loro necessità concrete e li incoraggiava a condurre una vita onesta.

A cinquant'anni circa, decise di abbandonare il commercio e dedicarsi totalmente alla carità; i concittadini notarono soprattutto la sua infinita generosità, oltre alla devozione e alla preghiera quotidiana, che furono il fondamento di ogni sua attività.



Aveva l'abitudine di partecipare alla Messa ogni sera, nella **chiesa di S. Egidio** (ora dedicata anche a sant'Omobono), dove morì il 13 novembre 1197. Stava cantando il Gloria, quando incrociò le braccia sul petto e cadde in terra. All'inizio nessuno lo notò pensando a una forma di devozione, ma quando non si alzò al momento della lettura del Vangelo, si avvicinarono e scoprirono che era morto.

I concittadini lo venerarono subito come santo, e **Siccardo, vescovo di Cremona**, che si recò a Roma per presentare la causa di canonizzazione, scrisse nella sua cronaca: *"A quel tempo, a Cremona, viveva un uomo semplice, molto fedele e devoto, che si chiamava Omobono; alla sua morte, e con la sua intercessione, Dio fece molti miracoli"*.

Papa Innocenzo III, pienamente soddisfatto dell'inchiesta ufficiale sulla vita e i miracoli, canonizzò Omobono dopo soli due anni, nel 1199.

Patrono dei sarti, dei mercanti e dei tessitori, il culto si sviluppò rapidamente non solo in Italia, ma anche in Germania, oltre che in Francia. Esistono alcune chiese in suo onore a Roma, in Italia settentrionale, in Germania meridionale, in Spagna e in Belgio.



Omobono rappresenta una rarità, perché fu canonizzato pur essendo laico e uomo di famiglia, in un periodo in cui, a parte i martiri e i re, i candidati alla canonizzazione erano sacerdoti e religiosi.

Non c'è nulla di straordinario nella sua vita, simile a quella della maggior parte delle persone del tempo e di qualsiasi epoca, ma il tutto illustra molto chiaramente i problemi di coscienza che doveva affrontare la gente comune nel guadagnarsi da vivere e provvedere alle proprie famiglie, cercando allo stesso tempo di seguire l'ideale cristiano.

La cosa più degna di nota fu la passione, la generosità e la devozione con cui condusse la sua esistenza. A Cremona, sant'Omobono si diede da fare anche e soprattutto nel raccogliere ed **educare i ragazzi abbandonati**, nel riportare la **pace nelle famiglie ed aiutare tutti i bisognosi**.

La sua generosità divenne proverbiale, tanto che a Cremona è rimasto il detto "Non ho mica la borsa di sant'Omobono" per rifiutare eccessive richieste di denaro.

In tempi di continue lotte e conflitti tra città (Cremona, nel conflitto tra Comuni e Impero, era schierata dalla parte imperiale) si ricorse alla sua autorità per arginare la violenza. Omobono contribuì con la parola a rendere più vivibile la propria città, di cui si fece portavoce autorevole.

Venne proclamato patrono cittadino dal Consiglio generale di Cremona nel 1643. Intorno al 1698 è stato proclamato co-protettore della città di Modena essendosi estinta, proprio il giorno della sua festa, una pestilenza.

La prima traslazione di reliquie del santo, dalla chiesa di S. Egidio al Duomo, ebbe luogo nel giugno 1202 per iniziativa del vescovo Siccardo. Il suo corpo è tuttora custodito nella cripta della **cattedrale di Cremona**.

Federico Caudana, autore di musica sacra vissuto tra Ottocento e Novecento, che i nostri benemeriti cantori della Corale Santa Cecilia ben conoscono, ha scritto un inno in suo onore: "O Padre che vegli benigno Cremona".



Una reliquia del nostro santo è custodita dal gennaio 2016 nella chiesa a lui intitolata nel centro storico di Catanzaro. Chiese più conosciute intitolate al nostro santo in Italia: Chiesa di Sant'Omobono a **Cremona**, Chiesa di Sant'Omobono a **Roma** ai piedi del Campidoglio, Chiesa di Sant'Omobono a **Catanzaro**.

La **festa patronale** a Cremona è solennemente celebrata sia religiosamente che civilmente. Anche quest'anno il **13 novembre** nella cripta della Cattedrale (gioiello architettonico costruito a partire dal XII secolo), dove è custodita l'urna con il corpo del Santo Patrono, il vescovo Napolioni riceve, secondo una antica tradizione, l'omaggio dei ceri da parte dell'Amministrazione Comunale.

Subito dopo ha inizio la solenne Messa pontificale che, alla presentazione dei doni, vede una rappresentanza dell'Associazione artigiani della provincia di Cremona, insieme ad alcuni rappresentanti di altre città della Lombardia, consegnare simbolicamente al Vescovo alcune stoffe insieme a un'offerta da destinare alla Caritas diocesana, in onore del santo patrono.



Da giovedì 24 a domenica 27 ottobre si sono svolte **le Sante Quarantore**.

Giovedì sono state "aperte" dalla Santa Messa e una adorazione comunitaria.

Dopo vari momenti di preghiera, celebrazioni eucaristiche e occasioni di "riconciliazione", si sono concluse domenica con la Santa Messa delle ore 18, un momento di adorazione comunitaria e la benedizione solenne.



Pregchiere della nostra tradizione cristiana

a cura di Sie

Per questo mese mi sento di proporre una preghiera-poesia per i Defunti attribuita a Sant'Agostino, la troviamo scritta, in breve, su qualche tomba del nostro cimitero)

Se mi ami non piangere

*Se tu conoscessi il mistero immenso del cielo dove ora vivo,
se tu potessi vedere e sentire quello che io vedo e sento
in questi orizzonti senza fine,
e in questa luce che tutto investe e penetra,
tu non piangeresti se mi ami.*

*Qui si è ormai assorbiti dall'incanto di Dio,
dalle sue espressioni di infinità bontà
e dai riflessi della sua sconfinata bellezza.*

*Le cose di un tempo sono così piccole e fuggevoli
al confronto.*

*Mi è rimasto l'affetto per te:
una tenerezza che non ho mai conosciuto.
Sono felice di averti incontrato nel tempo,
anche se tutto era allora così fugace e limitato.*

*Ora l'amore che mi stringe profondamente a te,
è gioia pura e senza tramonto.*

Senza dimenticare l'invocazione che quotidianamente recitavano e recitano i nostri anziani

*Anime sante,
anime purganti,
pregate Dio per noi,
e noi pregheremo per voi,
affinché Dio vi conceda presto
la gloria del santo paradiso.*

Domenica 16 novembre 2019 alle ore 18,00, in chiesa parrocchiale, la **Santa Messa per la leva 1939**.

Un vescovo brasiliano tra noi: storia di una amicizia

di Giampietro Bragnolo

Di solito, i parroci, soprattutto gli ambrosiani, per le festività natalizie, pasquali o per altre importanti iniziative o ricorrenze pastorali, chiamano i preti studenti di diverse nazionalità presenti nei collegi universitari romani per essere coadiuvati nel ministero (confessioni, visita agli ammalati, benedizioni).

Così sua Eccellenza monsignor **Wellington Vieira**, allora semplice prete brasiliano, capitò negli anni 2009-2013 nella parrocchia di cui era parroco don Giacinto. Tra di loro nacque una sincera amicizia legata da profonda e reciproca stima, che dura tuttora; questa la storia in pillole.

Nella nostra parrocchia c'era la necessità di impartire la Santa Cresima ad un giovane che l'anno prossimo intende sposarsi. Il nostro parroco don Giacinto, sapendo da tempo che l'amico Vescovo sarebbe venuto a Roma per il **Sinodo Panamazzoneo**, informò il Presule di ciò; così fu scelta la data del **12 ottobre** per la celebrazione del Sacramento durante la Messa vigiliare. In tal modo, nella penombra sepolcrale del rito della luce, all'esplosione quasi folgorante dell'annuncio della Risurrezione, iniziava la celebrazione dell'Eucaristia, animata dai bravi e generosi ragazzi del GAC, sempre pronti ad aiutare i fedeli a lodare bene il Signore.

Il Vescovo, nell'omelia, sottolineava **la problematica della salvaguardia dell'ecosistema**, del quale l'Amazzonia è come "il tesoro, la perla", di cui si parla nel Vangelo. Dio ci ha donato il Creato, sua opera fatta per noi, che va rispettato, protetto e conservato. Dal Sinodo emerge la necessità di aiutare la società umana a fare una alleanza con il Creato, purché i progetti perversi di sfruttamento e di distruzione di "questo tesoro"



Monsignor Vieira impartisce la Santa Cresima a

immenso e meraviglioso che Dio ci ha offerto, vengano fermati.

Il volto deturpato dell'Amazzonia (e degli immensi ghiacciai, n.d.r.) dovrebbe insegnarci a non abbruttire quello di tanti uomini, donne e bambini che chiedono la nostra compassione fraterna.

Dopo l'omelia, succintamente sopra esposta, si è svolto il rito dell'amministrazione della Santa Cresima in un raccoglimento straordinario per la Messa vigilare, accompagnato solo da un gioioso e partecipato applauso al termine dello stesso.

Prima della benedizione episcopale, don Giacinto ha ringraziato cordialmente l'amico vescovo per il dono della sua presenza, invitandolo tra noi l'anno prossimo per conoscere meglio la nostra Comunità nel suo cammino, ormai, di **Chiesa dalle Genti**.



Breve nota biografica

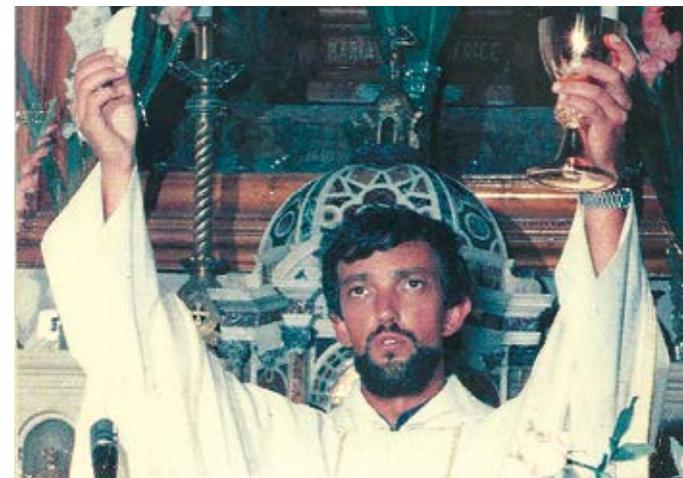
Sua Eccellenza monsignor dottor **Wellington Vieira** è Vescovo della diocesi brasiliana di CRISTALANDIA, che si inoltra per parecchi chilometri nella foresta amazzonica. È nato l'undici luglio 1968.

Si è laureato in Diritto Canonico presso l'Università del Laterano ed è stato consacrato Vescovo il 4 febbraio 2017 nella Cattedrale di Tocantinopolis.



Martiri del nostro tempo

di Silvano Ballarini



Il 24 Luglio 1985 a Cacoal (Cacoal è un comune del Brasile nello Stato di Rondônia) veniva ucciso **padre Ezechiele (Lele) Ramin**. La Rondônia è situata nella parte nordoccidentale del Paese. Confina a nord con l'Amazonas, a est con il Mato Grosso e a sud con la Bolivia.

Padre Lele, missionario comboniano, aveva 32 anni. **Martire della carità** lo ha definito Papa Giovanni Paolo II, qualche giorno dopo la sua morte. La sua uccisione è

da attribuirsi all'azione del missionario in difesa degli Indios e dei lavoratori della terra.

Lele Ramin è nato a Padova nel 1953 e ha studiato al collegio Barbarigo, che rivestiva una significativa importanza nella formazione dei giovani della città e della provincia di Padova. Lì cominciò a prendere coscienza della miseria in cui viveva una gran parte dell'umanità. Per questo ha organizzato, sempre a Padova, sua città natale, il gruppo locale di **Mani Tese** e ha portato a termine diversi campi di lavoro per sostenere dei microprogetti.

Nel 1972 decise di entrare tra i missionari comboniani. Si è formato a Firenze, Venegono Inferiore, nel seminario arcivescovile di Milano (i Comboniani sono a Venegono Superiore, lì vicino, e spesso studiavano teologia nel seminario milanese), a Chicago e ha fatto, in seguito, delle esperienze pastorali tra gli indios del **Sud Dakota** e un lungo periodo nella **Bassa California Messicana**.

Dopo l'ordinazione, avvenuta il 28 settembre 1980 a Padova, si fermò in Italia alcuni anni. Inizialmente fu assegnato ad una parrocchia di Napoli, ma dopo il terremoto dell'Irpinia del 1980 si prodigò a San Mango sul Calore, in Provincia di Avellino, per assistere le vittime. Fece ritorno a Napoli nel 1981 e lì organizzò una delle prime dimostrazioni pacifiche contro la Camorra. L'anno successivo fu mandato in provincia di Foggia, dove ricoprì il ruolo di Animatore Vocazionale.

Nel 1984 fu assegnato a Cacoal, in **Rondônia**. Il 20 gennaio di quell'anno si trasferì a Brasilia, per seguire dei corsi di cura pastorale, per poi raggiungere la Rondônia nel luglio di quell'anno. Padre Ezechiele Ramin era preoccupato della situazione che avrebbe incontrato a Cacoal, ma accettò l'incarico con le parole "Se Cristo ha bisogno di me, come posso rifiutare?"

Lì incontrò una situazione complessa e difficile: i molti piccoli agricoltori erano oppressi, con mezzi sia legali che illegali, dai latifondisti locali. Inoltre, la tribù indigena dei Surui era stata solo di recente costretta a diventare sedentaria dal governo brasiliano, che aveva forzatamente assegnato loro della terra, e stava iniziando a creare dei problemi.

Si pose in prima linea nella **lotta per la giustizia** di quelle genti, tentando di per-

suaderli ad intraprendere la strada della protesta pacifica piuttosto che quella della lotta armata. La situazione in cui si trovava lo portò a temere per la propria vita. All'inizio del 1985 fu minacciato di morte; in molte delle lettere che inviò alla famiglia in quel periodo si chiedeva se li avrebbe visti di nuovo.

Il 24 luglio 1985 Padre Ramin, insieme a un sindacalista locale, partecipò ad un incontro nella **Fazenda Catuva ad Aripuanã** nel vicino **Mato Grosso**, con l'intenzione di persuadere i piccoli agricoltori lì impiegati a non prendere le armi contro i latifondisti, disobbedendo ad una richiesta da parte dei suoi superiori di prestare attenzione.

Al ritorno, fu vittima di un'imboscata da parte di sette sicari armati di pistola, che lo colpirono oltre 50 volte. Prima di morire, sussurrò le parole **Vi perdono**. Poiché la salma di Padre Ramin non poté essere recuperata dai suoi confratelli prima di 24 ore dopo l'omicidio, un gruppo di indios Surui vegliò su di essa fino all'arrivo dei missionari. È sepolto nel Cimitero Maggiore di Padova.

Su proposta dei vescovi brasiliani padre Lele Ramin è diventato uno dei patroni del Sinodo sull'Amazzonia appena terminato. I vescovi brasiliani manifestano anche il loro appoggio alla causa di beatificazione, giunta alla fase romana.

"Abbiamo una memoria viva di padre Ezechiele – afferma padre Dario Bossi, provinciale dei Comboniani in Brasile e padre sinodale, originario di Samarate (VA) - Mai come oggi i diritti dei popoli indigeni sono minacciati, la terra disputata viene saccheggata, e la foresta distrutta e rasa al suolo da parte di chi vuole appropriarsi di queste terre.

Ezechiele ancora vive nella resistenza delle comunità, nelle decine di progetti di agro-ecologia e di educazione che sono nati con il suo nome".

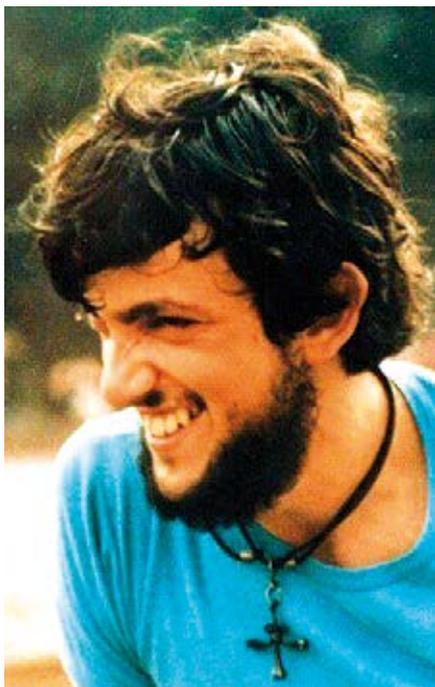
Padre Lele aveva fatto sue le parole di Bonhoeffer: *"Solo chi grida per gli ebrei può cantare il gregoriano"*. Solo chi alza la sua voce contro l'ingiustizia, può annunciare il Vangelo. Denunciando l'ingiustizia era con-sapevole di rischiare la vita: sapeva bene che *"non si può difendere i poveri e salvarsi"*, ma sapeva anche che non poteva non

difenderli senza tradire la propria vocazione, il patto che aveva stipulato con loro.

Bibliografia:

1. Ezechiele Ramin, "Testimone della speranza", lettere dal 1971 al 1985, ed. Rete Radiè Resch
2. "Lele, Creare Primavera", di Ezio Sorio, ed. EMI
3. "Lele martire per la nonviolenza", di Vinicio Russo, ed. CTM

Nel 1998 la Rai ha realizzato "La casa bruciata", un film per la televisione ispirato alla vita di padre Ezechiele. Fu diretto da Massimo Spano con una colonna sonora di Ennio Morricone, con Giulio Scarpati.



Domenica 10 novembre: Giornata diocesana Caritas

Giornata mondiale dei poveri

A cura della Caritas

"Il pane spezzato con chi non ne ha, è più buono!"

Anche quest'anno, nella **Giornata Diocesana Caritas**, verrà riproposta una raccolta fondi, una colletta finalizzata a sostenere e condividere le molte "opere segno" attraverso le quali la Caritas Ambrosiana è presente sul territorio della Diocesi. Opere che esprimono in modo tangibile la vicinanza della Comunità cristiana nei confronti delle più svariate forme di povertà e di sofferenza.

È evidente che questa richiesta di coinvolgimento della Comunità Parrocchiale trova la sua giustificazione nella fatica che in questi ultimi anni ha accompagnato tutta una serie di servizi che la Caritas Ambrosiana, e Parrocchiale, hanno sostenuto ed intendono continuare a sostenere.

Alla libera offerta in Chiesa, ci sarà un banchetto sul sagrato con l'offerta della **Pagnotta Solidale** segno di condivisione che: **"Il pane spezzato con chi non ne ha, è più buono!"**

MERCATINO DI NATALE CARITAS

Come è ormai consuetudine, in occasione delle feste natalizie, La Caritas arlunese organizza un mercatino nel salone della casa parrocchiale, nei giorni 30 novembre e 1° dicembre. Il ricavato servirà a finanziare le varie attività promosse dalla Caritas stessa.

Notizie Caritas

Domenica 10 novembre 2019, alla Santa Messa delle ore 11,15, sarà conferito il **"Mandato agli operatori della Pastorale della Caritas"**

Il consueto mercatino mensile "Vintage", del laboratorio, si svolgerà sabato 9 novembre, all'Oratorio Sacro Cuore, dalle ore 9,00 alle 12,30. È aperto a tutti. *Visitatelo*

Ringraziamenti:

All'Istituto Compressivo "Silvio Pellico"; alla Scuola Materna Asilo Infantile di Carità "Milena e Donato Greppi", in occasione della **"Giornata Mondiale dell'alimentazione"** del 16 Ottobre scorso, la Caritas ha avuto una eccellente risposta da parte degli alunni e loro famiglie, che si è concretizzata con 652 Kg, di alimentari raccolti e devoluti alla Caritas Parrocchiale.

Il **nostro grazie** quindi per il dono e per la lodevole iniziativa a: Direzioni scolastiche, agli Insegnanti ed Educatrici, ai Collaboratori scolastici, agli Alunni e loro famiglie, per la generosa risposta.

Del tema, sono stati invitati a parlare nelle classi i Volontari Caritas, per illustrare l'esperienza di volontariato e far conoscere come la Caritas interviene e opera verso coloro che si trovano nel bisogno. Un colloquio tra volontari Insegnanti e alunni, davvero gratificante.

Da oltre 15 anni parroco in mezzo ai più poveri del Libano

Padre Damiano Puccini ad Arluno

A cura di Silvano B.

Nato a Pisa nel 1966, abitante a Navacchio, un paesino in provincia di Pisa, **padre Damiano** è diventato sacerdote e religioso nel 1992 nella congregazione dei padri della Madonna di Fatima. Nel 2003 ha dato la disponibilità a recarsi in Libano.

Giovedì 10 ottobre, padre Damiano è tornato tra noi e ha tenuto un incontro con i fedeli arlunesi, alcuni da lui ben conosciuti, in chiesa parrocchiale, facendo un po' di storia del Libano e della sua evangelizzazione, a partire dal primo vescovo, l'evangelista Marco, per arrivare fino ai giorni nostri.

Già dai primi secoli il Cristianesimo era radicato in Libano. Nel 1920 il Paese è diventato un protettorato francese e la Costituzione ha stabilito una ripartizione fra Cristiani e Musulmani. Questo tipo di rapporto è rimasto in vigore fino 1989. La storia libanese successiva all'indipendenza, ottenuta dopo la seconda guerra mondiale, è stata caratterizzata dall'alternanza di periodi di stabilità politica e di disordini. Alla precarietà politica nel Libano si è sovrapposta una rapida prosperità economica, determinata dall'importanza che Beirut rivestiva nel Vicino Oriente quale centro finanziario e commerciale. Il Libano è un Paese agricolo, ricco di acqua e foreste (molte guerre, ancora oggi, in tutto il mondo, sono fatte per l'acqua).

Le riforme e la modernizzazione, insieme ad un'amministrazione efficiente, fecero del Libano il centro economico-finanziario, ma anche culturale, dell'intero Medio Oriente, e di scambi commerciali con i principali Paesi europei, in particolare Francia e Italia.



Una guerra civile è stata combattuta nel paese tra il 1975 ed il 1990 e ha visto numerosi contendenti e frequenti capovolgimenti di alleanze. Fu creata la "linea verde" che divideva Beirut tra la zona est (cristiana) e quella ovest (musulmana).

Nel 1978 Israele occupò l'area a sud del paese con più di 25.000 soldati. Gli obiettivi fissati erano di spingere i gruppi militanti palestinesi lontano dal confine con Israele. Fu creata allora la Forza di Interposizione



in Libano delle Nazioni Unite (UNIFIL). Nel corso della Guerra del Libano del 1982, fu raggiunto un accordo e forze militari di pace, inglesi, francesi, ma soprattutto statunitensi e italiane (missione alla quale ha partecipato il nostro caro amico Flavio Colombo) garantirono ai sopravvissuti palestinesi di trovare rifugio negli Stati arabi confinanti. Vari attentati molto sanguinosi verso le basi della forza multinazionale spinsero al ritiro delle truppe di pace, lasciando il Libano in una continua guerra civile. La grande povertà che progressivamente si estendeva nella zona a sud di Beirut a causa dei massacri precedenti e della guerra del 2006 tra Israele e Libano, segna ormai in maniera definitiva l'abbandono della prospettiva di un ritorno dei cristiani ad abitare in quella zona.



Davanti alla situazione nuova di miseria e di dispersione dei cristiani nel territorio e poi di contatto con i gruppi di profughi iracheni e siriani, padre Damiano ha maturato la scelta di dedicarsi totalmente ai più poveri nella chiesa locale maronita libanese, nella quale è stato incardinato, appartenendo ad una comunità di sacerdoti e laici che fin dall'inizio si sono dedicati al servizio dei più poveri nei cammini di condivisione del necessario anche con i poveri dei gruppi nemici per rendere visibile a tutti la pazienza cristiana e il perdono. Sosteniamo, afferma padre Damiano, i volontari libanesi di "Oui pour la vie" (Sì alla vita) che, rinunciando volentieri anche un terzo del loro reddito, condividono la gioia e i frutti materiali della loro rinuncia con i poveri, fra cui ora anche i 2 milioni di profughi della Siria, dei quali 800 mila vivono nel fango e tra i rifiuti, coinvolgendo i poveri stessi nel distribuire e condividere cibo e medicine coi bisognosi di tutti i gruppi e di tutte le religioni. L'associazione è stata fondata da padre Damiano stesso ed è aperta non solo ai cristiani, ma anche ai musulmani, agli uomini di buona volontà, a tutte le persone tolleranti.

Il Libano è grande come l'Abruzzo, ora ha una popolazione di quattro milioni e mezzo di persone e ospita due milioni di siriani che si aggiungono ai 250 mila palestinesi presenti nel Paese (questo fa del Libano il paese che ospita la più grande popolazione di rifugiati pro capite al mondo).

I volontari e i missionari, dice padre Damiano, devono dare aiuto a tutti quelli che hanno bisogno, col sorriso sulle labbra, lavorare prima su se stessi per dare una vera testimonianza.

Ricorda, poi, un episodio, forse per noi sconcertante: una signora che, nella periferia di Beirut, dà da mangiare a un anziano di un gruppo nemico che ha ucciso suo marito.

Il cristiano non deve fare giustizia da sé, ma deve parlare col cuore, per portare il messaggio evangelico a tutti.

I problemi da affrontare in questi tempi sono tanti. I profughi trovano lavoro a prez-



"Purtroppo tra noi manca l'Amore: gli uccellini e i fiori ce l'hanno ma gli uomini no."

Preghiera bimbo libanese

sanità a pagamento; quindi, i più poveri non riescono ad avere nemmeno gli antibiotici. Cerchiamo di fare di tutto per i bambini siriani, che non sono ben accetti qui".

Le urgenze, per la sua associazione, secondo padre Damiano, sono il raddoppio dei pasti, la raccolta di medicinali e farmaci di prima necessità e salvavita.

Il nostro amico missionario conclude con un pensiero forte per noi cristiani occidentali: *"I volontari da noi sono cristiani doc: cercano in tutti i modi di andare a Messa, cercano la Confessione e fanno la Comunione. Qui in Italia, magari non si trova il tempo nemmeno per questo"*.

La nostra Parrocchia devolverà a *"Oui pour la Vie"* il ricavato delle offerte dell'Avvento di carità. Chi è interessato a maggiori informazioni può inviare un sms al 333/5473721 o scrivere a: <http://www.ouipourlavie.com>, pdamianolibano@gmail.com

zo molto basso e i Libanesi sono scontenti, perché pensano che così si rovini l'economia: quindi la convivenza non è facile.

Come risponde il cristiano? *Noi chiediamo alle mamme cristiane di prestare attenzione ai bambini di tutti i gruppi, anche a quelli delle fazioni "che ti hanno combattuto". Organizziamo colonie estive per tutti, con le bandiere dei diversi Paesi, anche se non sempre tutti i cristiani sono d'accordo. Il Cristianesimo, afferma padre Damiano, se ricorda la sua FEDE, non ha paura di nessun cannone. Prosegue, il nostro missionario, facendo riferimento alla situazione dell'Italia: "In Libano i cristiani ci sono, i profughi ci sono, non è come in Italia, dove si fanno interminabili discussioni su quanti possono entrare, quando e in quale modo. Là non ci sono obblighi per nessuno; il sorriso è la regola di tutto"*.

"Aiutiamo i bambini (sfruttati come mendicanti o per vendere biglietti della lotteria), con le adozioni a distanza, che provengono anche dall'Italia, accogliamo i malati di AIDS, abbiamo mense per i poveri e per i profughi. Ci occupiamo delle cure sanitarie, essendo la

Ottobre 2019: un mese missionario straordinario

di Lorenzo Vismara



È noto che **papa Francesco** abbia chiesto a tutta la Chiesa di vivere un tempo straordinario di missionarietà per rinnovare l'impegno missionario della Chiesa, riqualificare in senso evangelico la sua missione di annunciare e di portare al mondo la salvezza di Gesù Cristo, morto e risorto.

Proprio questo è stato il filo conduttore delle diverse iniziative proposte il mese scorso a livello parrocchiale, zonale e diocesano.

In parrocchia abbiamo avuto la possibilità, giovedì 10 ottobre, di ascoltare la testimonianza diretta di **padre Damiano Puccini** che da anni svolge il suo ministero e la sua opera missionaria in Libano. Oltre a presentare nel dettaglio la sua attività e il progetto cheosterremo durante l'Avvento, è riuscito a parlare ai cuori dei tanti presenti e a far comprendere, con grande semplicità e chiarezza, come il dialogo e l'incontro tra persone che si odiavano possano essere decisivi per costruire la pace e superare le rivalità derivanti dalle guerre, dalle sofferenze e dalla povertà. Per maggiori dettagli riguardanti la testimonianza di padre Damiano rimandiamo all'articolo presente su questo numero di Decima Campana.

Sabato 26 e domenica 27 ottobre, sul sagrato della chiesa, è stato allestito un banchetto benefico ricco di golose torte, riso, lenticchie, zuppe di cereali e legumi, farina per polenta. Il ricavato delle generosissime offerte, pari a € 1420,00, verrà destinato alle pontificie opere missionarie. A questo importo verranno aggiunti altri € 600,00 derivanti dalle offerte raccolte con le bustine distribuite ad ogni messa di sabato 26 e domenica 27.

Per tutta la Zona IV della Diocesi, **venerdì 18 ottobre**, presso la sala della comunità di Mesero, è stata proposta una serata di approfondimento, testimonianza e riflessio-

ne sulla situazione della Amazzonia e dei suoi abitanti dal titolo "L'Amazzonia non è verde". L'iniziativa, promossa dal Pime, con racconti, musica dal vivo, canti e video ha permesso alla sala gremita di comprendere il valore che l'Amazzonia ha per il Mondo e per la sopravvivenza dell'uomo. Sono state presentate le testimonianze di missionari e personalità locali che hanno speso la loro vita per difendere la popolazione e la natura dagli interessi speculativi di alcune grandi aziende e dalle logiche e politiche di sfruttamento assolutamente non sostenibili.

Sabato 26 ottobre, in Duomo dalle ore 20.45, si è svolta la consueta Veglia missionaria dal titolo «**Battezzati e inviati – Per la custodia del creato**» ed è stata presieduta dal nostro **Arcivescovo Mario Delpini**. Il tema scelto intendeva inserirsi nel cammino che la chiesa universale ha vissuto, accogliendo l'invito di papa Francesco "risvegliare la consapevolezza della missio ad gentes". Coloro che hanno ricevuto il mandato quella sera saranno inviati entro questo orizzonte universale: proclamare la dignità di ogni essere umano chiamato a diventare, in Gesù, figlio di Dio significa proclamare insieme la dignità della terra che Dio ci ha donato come casa, rispettandola. I simboli che hanno accompagnato la celebrazione (acqua, terra e fuoco) hanno indicato nello stesso tempo gli elementi fondamentali per la vita dell'uomo sulla terra e la loro rilettura evangelica: Acqua che purifica e rinnova, Terra dalla quale germina quel Seme che produrrà "il cento, il sessanta e il trenta per uno", Fuoco segno dello Spirito che spinge gli apostoli fuori dal Cenacolo.

Ricordiamo infine, che quest'anno l'Avvento verrà dedicato integralmente a sostenere l'attività di padre Damiano Puccini ed in particolare il progetto per l'allestimento e l'arredamento di una cucina che servirà per fornire pasti per un sempre maggior numero di persone in difficoltà. Nella cappella di Sant'Anna verrà allestito un cartellone illustrativo del progetto e nell'apposita urna potrà essere lasciata un'offerta. Come sempre ringraziamo per la generosità e la sensibilità.

Riassunto spese per allestimento e inizio attività ambulatorio nel cento polifunzionale dei "Oui pour la vie" in Damour (LIBANO)

Nelle 8 ore di lavoro quotidiane (esclusa la Domenica), con una media di 30 minuti a visita, si possono fare 24 visite al giorno, per un totale di circa 144 visite a settimana. Si darà precedenza ai casi più gravi, che sono spesso quelli che noi scopriamo nelle nostre visite a domicilio.

Si incrementa il numero di test e analisi, in parte già oggi offerti grazie all'impegno dei nostri volontari. Con l'apertura dell'ambulatorio potremmo rispondere alle sempre crescenti richieste di questi test con maggiore regolarità e frequenza.

Sussidio all'acquisto di medicine di un minimo di 4000\$ al mese, fino a una cifra di 8000\$ al mese, cifra che ci permetterebbe di soddisfare in pieno e regolarmente i bisogni delle 120 famiglie che già assistiamo con la cucina.

Necessità finanziarie

Investimento iniziale: l'arredamento di una stanza per le visite, di una sala per i test e prescrizioni sanitarie, e di una sala d'attesa **3.500\$.**

Materiale da ufficio: computer, stampante, armadio per i dossier e per il materiale d'ufficio: **2.000\$.**

Attrezzatura sanitaria: lettino, armadio, materiale e strumenti sanitari: **2.500\$.**

Apparecchiatura per misurazioni e test: **1.500\$.**

Provista di articoli medicali di primo soccorso: **2.500\$.**

La quarta tòma dal nòstar Signur

di Ra.Ri

Piccola storia di una donna che ogni giorno si recava all'appuntamento, da lei fissato, per una visita in chiesa davanti al grande Crocifisso.

Attraversava il sagrato e saliva con fatica i tre grandi gradini posti per entrare in chiesa. Un piccolo segno di croce e poi si dirigeva all'altare per un saluto a Gesù.

Con meraviglia alzava, poi, lo sguardo in alto e lì, grazie a quelle splendide pitture ricche di angeli e santi, le sembrava di essere in paradiso.

Il suo appuntamento, però, era la grande Croce con Gesù Crocifisso.

Stringeva forte i piedi inchiodati di Gesù sulla croce e sussurrava: "Perché, Gesù, ti hanno messo sulla Croce? Non hai fatto niente di male. Io proprio non capisco!!! Un giorno capirò".

Un pomeriggio, dopo la sua rituale sosta davanti alla Croce, si sentì un grande rumore. La Croce barcollò, mosse il suo piedistallo e finì sul pavimento della chiesa.

La quarta Tòma dal nòstar Signur

G'hò una storia da cüntà/tròpa gròsa par lasàla scapà./ Sculté chi cunt i vostar urécc./L'éva una basùra cal féva frécc./Cum'é l'é stàa, cum'é l'é capitàa,/ al nòstar Signùr al s'é stravacàa./ Strach da sta lì sùl sò crusùm/ al s'é lasàa andà e l'ha riçiàa al müsùm./ Da la gésa s'é sintüu un grand fracàss/ cum'é una bumbaròla d'un gròss mäss./ Al s'é distacàa sénsa di niént/ sénsa préavis e sénsa acurgimént./Fòrsi l'éva stüff da stà lì a pinà/ cunt i bràsc slargàa e i pé inciudàa./Da sinti pòca gént a prigà/e tànta invéci prunta a barbutà./Insci l'ha pinsàa da scultà pü nisügn e andà a tòch sóta al sò crusùm.

Fatto realmente accaduto molti anni fa.



Complimenti vivissimi alla dottoressa "bis" **Valentina Marialilia Colli**, che l'8 ottobre 2019 ha conseguito la laurea magistrale in "Psicologia dello sviluppo e dei processi educativi" con la votazione di **110 e lode**.

Un grazie lungo 40 anni

di Vittorino Bocchi

Nella vita di ognuno di noi sono tanti i grazie che è bello dire per tutto quello che si è ricevuto, ma ci sono pure dei grazie speciali.

Ho fatto tanti anni di seminario, inframmezzati anche da uscite e rientri. In totale ho frequentato 11 anni il seminario fino alla quarta teologia e mi mancava solo un anno.

Al colloquio decisivo io mi sono affidato completamente alla decisione del mio superiore. Il mio rettore mi ha confidato che era molto incerto su di me e che non era sicurissimo che sarei diventato un bravo prete, ma era sicuro che sarei stato un bravo padre di famiglia. Perciò la Chiesa suggeriva di stare sulle cose certe e lui mi consigliava di lasciare il seminario. Questo criterio mi accompagnerà sempre nella vita: cercare il bene, e nel dubbio scegliere ciò che, almeno in parte, è certo.

Vi racconto questo perché il 1° settembre io e mia moglie abbiamo compiuto **40 anni di matrimonio** e riflettendo su questo ho finalmente capito a cosa sono serviti gli undici anni di seminario: a scoprire davvero la mia vocazione di marito e padre e a prepararmi a questa.

Non ho mai rinnegato niente di ciò che ho imparato in quegli anni, ma tutto è servito a vivere con mia moglie e far crescere tre figli di cui uno disabile grave, che ora è in cielo.

Tutto questo lo dico per far capire il valore dell'autorità nella Chiesa, che non chiede mai obbedienza cieca, ma solo una adesione interiore libera fino in fondo a Colui che è presente in chi è l'autorità oggettiva per te.

Di questi 40 anni e di tutta la mia vita precedente c'è solo una parola: **grazie**.

Grazie anche a tutti coloro che ci sono stati vicini e a Dio che è il compimento del nostro voler bene nel matrimonio.

P.s.: Tra gli altri vorrei ringraziare gli amici del Vengo anch'io e tutti coloro che ci hanno incontrato e chi ci ha voluto aiutare durante la Fiera autunnale.

Le statue sulla facciata della nostra Parrocchiale

di Benito Tichitoli

Parlare della nostra bella Parrocchiale è sempre un piacere anche se è molto pericoloso scriverci sopra qualcosa dopo i poderosi volumi scritti sull'argomento ⁽¹⁾.

Il piacere di collezionare cartoline vecchie di Arluno mi ha dato lo spunto per questa domanda: **Quando sono state collocate le statue dei nostri Santi Patroni e degli angeli tibicini?** ⁽²⁾ Dalla poderosa collezione di **Giorgio Cozzi** c'è una cartolina datata 1908 dove non ci sono ancora le statue.



1908

Su "La Parrocchiale di Arluno e il Cardinale Pozzobonelli" a cura di M. L. Gatti Peter e A. Spiriti Ed. ISAL 1996, a pag. 126 vediamo le figure di queste statue datate 1890 ca.

Sembra non sia possibile dare una datazione precisa perché a pag. 123 leggiamo: "Alla fine di questo periodo va forse collocata un'impresa che pare di committenza privata e non risulta dunque registrata nella contabilità parrocchiale".

Ecco dunque che abbiamo un "1890 circa" e un "...va forse collocata...".

Le cartoline postali illustrate ebbero la loro diffusione a partire dai primi anni del '900, e sempre dalle varie collezioni di cartoline si può constatare che la più antica cartolina con Arluno come soggetto risale al 1905.

Fare foto all'epoca era abbastanza dispendioso è quindi ragionevole pensare che i vari studi fotografici abbiano iniziato a fotografare i vari monumenti delle città e paesi al fine di poterne trarre guadagno dalla vendita delle cartoline stesse.

E' certo che il timbro postale non faccia testo per la datazione della foto, c'è ad esempio un'altra cartolina datata 1921 dove le statue della facciata risultano ancora mancanti, quindi molto probabilmente i vari studi fotografici e stamperie usavano le loro foto d'archivio anche se non aggiornate.

E' a questo punto che aggiungo un'altra prova. Un quadro firmato **Pietro Pagani** ⁽³⁾ datato 1911 mostra una facciata della chiesa differente da come la vediamo oggi.



1921



Le differenze più evidenti sono; le statue di angeli con tromba (tubicini o tubicini) sono diverse, mancano le statue dei SS. Patroni e il timpano del frontone che anziché triangolare è in questo quadro curvo. Per il resto tutto sembra rispettare la **facciata**, il **sagrato** e la **sbara** quasi da fotografia. E allora mi chiedo: nel 1911 c'erano già le attuali statue oppure il Pagani ha voluto dare una sua versione di un progetto del rifacimento della facciata non ancora concluso in quella data? Magari è stato dipinto dal Pagani solo per puro divertimento: mi è sembrato però interessante condividere con voi questa opera del nostro pittore Pietro Pagani.

⁽¹⁾ La Parrocchiale di Arluno e il cardinale Pozzobonelli a cura di Maria Luisa Gatti Perer e Andrea Spiriti. Ed. ISAL 1996 - La Pittura ritrovata a cura di Remigio Peruzzi Ed. Decima Campana 2010

⁽²⁾ Angeli tubicini o tubicini, così sono chiamati in arte gli angeli che suonano la tromba

⁽³⁾ Pietro Pagani, figlio di Giuseppe e Bottini Luigia, nato ad Arluno il 2 giugno 1879. Orfano di madre in tenera età riuscì ad andare a bottega dai fratelli Gambini. Fra i suoi lavori ricordiamo le chiese di S. Giorgio su Legnano, di Besnate, e di Robbiate, più altre cappelle nella provincia di Milano. Ad Arluno decorò la chiesa di S. Ambrogio restaurando anche la tela posta sopra l'altare nel 1927. Suo è l'affresco dei Ss. Apostoli Pietro e Paolo sulla casa parrocchiale in via Roma (ora sede dei Vigili Urbani). Morì ad Arluno il 5 febbraio 1958.

I santi della porta accanto

di Luca Losa

In questo numero di Decima Campana torno a parlarvi dei **Santi della porta accanto**, santi e beati della nostra attualità che sono stati un grande esempio per tutte le nuove generazioni.

La storia che porto oggi è quella della **Beata Sandra Sabattini**, definita la prima "fidanzata santa". Sandra Sabattini nasce a Riccione il 19 agosto 1961, respirando fede fin da piccolina e ancor più quando, insieme ai genitori, **Giuseppe Sabattini** e **Agnese Bonini** e al fratellino Raffaele, va a vivere nella canonica dello zio **don Giuseppe Bonini**, a Misano Adriatico. A poco più di 10 anni, il 24 gennaio 1972, comincia a scrivere riflessioni e pensieri spirituali all'insaputa di tutti, precoce sintomo di un intenso percorso spirituale destinato a portarla lontano.

A 12 anni incontra **don Benzi** e la "**Papa Giovanni**"; due anni dopo già partecipa ad un soggiorno per adolescenti sulle Dolomiti con disabili gravi, dal quale ritorna con le idee estremamente chiare: «*Ci siamo spezzati le ossa, ma quella è gente che io non abbandonerò mai*».

Inizia una intensa e limpida relazione con Dio, tanto che allo zio prete diventa sempre più naturale trovarla in adorazione davanti all'Eucaristia, mentre genitori ed amici, sempre più spesso, la vedono, di norma, seduta a terra, assorta in meditazione o impegnata nella lettura dei salmi.

Sandra ha scelto Dio, e lo si vede; di conseguenza sceglie i poveri, ai quali dedica tutto il tempo libero. Oltre ad incontrarli alla "Papa Giovanni" nei disabili e nei tossicodipendenti, li va a cercare di casa in casa, perché i poveri esistono anche in parrocchia e in Sandra si sviluppa come un sesto senso per scoprire le povertà nascoste.

Nel 1980 ottiene il diploma di maturità scientifica a Rimini e poi si iscrive a Medicina, all'università di Bologna. Si tratta di una scelta maturata nella faticosa ricerca del progetto di Dio su di lei: per questo ha coinvolto in essa gli amici della Comunità e i suoi consiglieri spirituali.

Uno dei suoi sogni è di essere medico missionario in Africa, dove, se potesse, andrebbe già da subito, mentre papà le chiede di fare un passo alla volta, terminando prima gli studi.

Sandra, infatti, non è diversa dalle sue coetanee: in casa discute con i familiari, fuori fa le sue battaglie in nome della giustizia e dell'uguaglianza, pratica sport, studia piano-



forte, canta in un coro. Tutte cose però, e qui sta la diversità, dalle quali Dio non è estraneo: «*Quando ho amato davvero, ho sentito che Dio riempiva tutto e tutti*», scrive.

Così Dio non è affatto estraneo anche a quel sentimento che le nasce in cuore nei confronti di **Guido Rossi**, un ragazzo poco più grande di lei, di cui si innamora e con il quale comincia a progettare il futuro.

Fidanzati come se non lo fossero, almeno secondo la mentalità corrente che non sa più vivere l'attesa e brucia tutto nella frettezza di rapporti che dell'amore hanno davvero solo più la parvenza, vivono insieme la castità di una conoscenza reciproca alla luce della Parola. Che poco a poco modella in lei uno stile di radicalità evangelica che le fa dire: «*Oggi c'è un'inflazione di buoni cristiani, mentre il mondo ha bisogno di santi*». E lei, che non si accontenta di far parte dei primi, aspira alla santità correggendo le sue fragilità e affinando la sua condivisione con i poveri.

Dal 1980, affianca don Oreste nella condivisione con i tossicodipendenti che chiedono di seguire il programma di recupero nelle realtà di accoglienza appena avviate dalla **Comunità Papa Giovanni**, divenendo così la prima figura femminile tra gli operatori delle strutture terapeutiche, continuando fino alla fine a frequentare la Comunità Terapeutica di Trarivi nel tempo libero dallo studio universitario.

Il 29 aprile 1984, Sandra sta andando all'assemblea annuale della Comunità con Guido e un amico. Scende dalla macchina, ma viene investita da un'altra auto. Ricoverata all'ospedale Bellaria di Bologna, entra in coma. Muore il 2 maggio 1984; non ha ancora 23 anni. Nel 2009, a 25 anni dalla morte, si pensa di traslare i suoi resti in chiesa, ma quando viene tolta la terra che copre la bara, di Sandra non c'è più nulla, neppure un osso: aveva voluto essere sepolta nella nuda terra. «*Sandra non dev'essere cercata tra i morti*», afferma don Benzi.

Il vescovo di Rimini, monsignor Francesco Lambiasi, semplicemente commenta: «*Il chicco di grano che ha il volto e il nome di Sandra è caduto talmente in terra da sciogliersi completamente, da farsi terra*». E ha voluto ugualmente in chiesa il sarcofago, che proprio perché destinato a restare vuoto, più che una tomba è un monumento alla risurrezione.

Il 6 marzo 2018, ricevendo in udienza il cardinal **Angelo Amato**, Prefetto della Congregazione delle Cause dei Santi, **papa Francesco** ha autorizzato la promulgazione del decreto con cui Sandra Sabattini veniva dichiarata **Venerabile**.

Il miracolo preso in esame per la sua beatificazione, secondo quanto riferisce il sito Internet della Comunità Papa Giovanni XXIII, è avvenuto nel 2007. Riguarda **Stefano Vitali**, che fu il primo segretario di don Benzi e, all'epoca, era assessore al Comune di Rimini. Malato di tumore all'intestino, si sottopose a svariate cure e operazioni, senza miglioramenti.

Sua moglie gli propose di ricorrere all'intercessione di Alberto Marvelli (beatificato nel 2004), ma don Benzi era invece convinto di dover chiedere la grazia a Sandra. Stefano seguì le sue indicazioni, tanto che, nell'ottobre successivo, si sottopose a controlli, dai quali risultava che il tumore era scomparso.

Il 2 ottobre 2019, ricevendo in udienza il cardinal **Giovanni Angelo Becciu**, Prefetto della Congregazione delle Cause dei Santi, papa Francesco ha autorizzato la promulgazione del decreto riguardante il miracolo, aprendo la via alla **beatificazione di Sandra**. La figura combattiva ed entusiasta di Sandra deve essere per noi giovani un esempio da seguire e a cui ispirarsi rivolgendosi anche in preghiera a lei.

Oratorio... da paura

di Johnny

Via Marconi 28, notte tra il 31 ottobre e il primo novembre 2019: un gruppo di coraggiosissimi ragazzi, armati di torcia, si aggira **negli angoli più remoti e bui del nostro oratorio**.

Dietro ogni angolo un pericoloso mostro e dietro ogni spaventosa maschera un educatore pronto a saltare fuori dal nascondiglio per cercare di intimorire gli avventurosi giocatori.

Questa è l'attività serale pensata quest'anno dagli educatori e da don Paolo per **la terza edizione di "Aglioween"**.

Il gruppo pre-ado è stato invitato a vivere per 24 ore in Oratorio.

I ragazzi di prima seconda e terza media si sono trovati per la cena del 31 ottobre, e dopo aver mangiato si sono divertiti con il gioco sopra descritto.

Il giorno seguente dopo un'abbondante colazione, tutti a messa. Ritornati in Oratorio hanno vissuto il momento di ritiro e riflessione aspettando il banchetto preparato da chef premiati in prestigiosi concorsi (che tutti ringraziamo!).

I ragazzi si sono impegnati nella pulizia e subito dopo di corsa a giocare prima che terminasse l'esperienza insieme.



ARLUNO IERI e OGGI



Dall'archivio di Benito Tichitoli la **Ca'dal Popul** in una immagine di trent'anni fa, edificio ad uso abitativo, in pratica un condominio con appartamenti di due locali che davano sul ballatoio e servizi igienici in comune.

A fine **ottobre 1910** è stato consegnato il primo lotto in *affitto decennale bloccato ai soci* della **Cooperativa L'Avanguardia** fondata un anno prima. Oltre alle abitazioni, l'edificio si completava con uno spaccio alimentare, locali per la mescita del vino, per feste popolari e nell'area cortilizia un forno di panificazione, un angolo per la macellazione di polli, conigli e maiali e la **balera all'aperto**. Con il nuovo edificio è stato aperto dal Comune il passaggio, oggi via **Pogliani**, da piazza Pozzobonelli a via Circonvallazione.

Ristrutturato nelle forme architettoniche originali, compreso lo scalone a rampe triangolari, le cornici alle finestre e il balcone posto allo smusso delle due vie in ferro battuto con le iniziali **C-P Casa del Popolo**; rimane l'impianto di allora con ampio cortile soprastante i garages, abitazioni e negozi. Due lecci all'ingresso impreziosiscono un **angolo di storia di Arluno**.



Sessant'anni di solidarietà

di Remigio Peruzzi

Era il 15 ottobre dell'anno 1959 quando "Su iniziativa del Signor **Rossi Pietro** si sono riuniti in assemblea i signori **Cecilia Morosini, Vincenzo Gortani, Vittorio Castiglioni, Enrico Rondina, Modesto Rondina e Giacomo Aresi** allo scopo di costituire, come costituiscono, la sezione comunale di Arluno della **Associazione Volontari del Sangue - A.V.I.S.**"

Il documento, redatto secondo un formato in uso allora, riporta anche alcuni passaggi chiave, quali la volontà unanime dei presenti, l'elezione di un Consiglio Direttivo, la nomina del Direttore responsabile, la sede provvisoria e la firma autografa dei... **magnifici sette**.

Così si legge sulle prime pagine del volume **Cinquant'anni di solidarietà** stampato nella ricorrenza del cinquantesimo anno di "una nuova realtà per Arluno e per gli Arlunesi, in piena adesione ai principi di umanità e di carità verso gli altri".

Seguono oltre 150 pagine a documentare, e con adeguate illustrazioni, una significativa presenza di una **benemerita associazione** sostenuta dallo spirito della **solidarietà** e dalla **gratuità** dell'offerta in grado di portare aiuto alle persone.

Dei valori che sono la base dell'Avis se ne è fatta memoria anche domenica 13 ottobre durante la festa per il 60esimo celebrativo della nostra meritevole famiglia avisina che, alla chiusura dell'anno 2018, contava **359 soci donatori** (un terzo donne),

310 dei quali hanno potuto donare, con **494 donazioni** di sangue intero e **120 di plasmaferesi**.

E nella mattinata di domenica, all'Auditorium del Centro Sacro Cuore, alla presenza di oltre sessanta avisini, sono stati ricordati e premiati tanti Avisini che hanno gratuitamente dato la loro linfa vitale a tante persone che ne avevano bisogno per poter continuare a vivere: bravi.



Dei tanti avisini premiati con medaglie diversificate a seconda del numero di donazione e relativo attestato di merito, 49 hanno avuto la medaglia di rame, a 36 donatori è stata consegnata la medaglia d'argento, in 17 hanno ricevuto la medaglia d'argento dorato, 12 sono stati premiati con medaglia in oro, a 5 avisini donatori è andata una medaglia in oro con diamante, 15 donatori hanno avuto una medaglia in oro con rubino e la medaglia d'oro con smeraldo è andata, come massimo riconoscimento, a cinque donatori, sicuramente i più anziani e con un maggior numero di donazioni. (vedi pag...)



Aveva aperto la riunione il Presidente della sezione Avis, Osvaldo Motta, con parole di riconoscenza e di impegno.

"Buongiorno e benvenuti a tutti.

In questi giorni la nostra sezione Avis compie 60 anni.

Infatti è stata fondata nell'ottobre 1959, grazie a sette magnifiche persone.

Sessant'anni rappresentano un importante traguardo sia per i donatori che per la comunità.

Il nostro impegno costante è di ascoltare, pensare e fare, per una Associazione al passo con i tempi, in grado di parlare con i donatori e non donatori, in modo semplice, diretto e coinvolgente.

L'augurio è quello di rimanere aperti e disponibili alla solidarietà, superando tutti gli ostacoli che possono frenarci nella donazione (la fretta, la pigrizia, i vari impegni, le paure...), consapevoli che molti nostri fratelli non in buone condizioni di salute contano sulla nostra generosità ed il nostro impegno, perché le loro sofferenze siano alleviate e si dia a loro una sicura speranza di sopravvivenza e di gioia di vivere.

Non sapremo mai quale destinazione ha avuto la sacca da noi donata, ma abbiamo la certezza che ne vale la pena.

Concludo questo mio intervento con un doveroso ringraziamento a tutti coloro che nella nostra sezione sono stati i primi fondatori, i donatori, i volontari, il personale medico, l'amministrazione comunale, la parrocchia.

Viva l'AVIS!

E' seguito il saluto del Sindaco, **Moreno Agolli**, apprezzando il traguardo raggiunto dei 60 anni di presenza e formulando l'auspicio di continuare nell'impegno di donare la vita a chi ne ha bisogno.

Il gruppo, con altre sezioni Avis del Magentino, si è diretto a depositare un omaggio floreale al monumento Avis, eretto anni fa in via Villoresi e poi verso la chiesa per la Santa Messa.

Oltre settanta persone, avisini e familiari, donatori ed ex-donatori, si sono trovati al ristorante per concludere la festa dei 60 anni della sezione comunale Avis di Arluno.

Rame

Ambroso Matteo
Antonello Pietro
Arena Veronica Analia
Barate' Adriano
Baroni Andrea
Benetti Claudio Mario
Callari Adriana
Ciobanu Cristina
Ciriello Luca
Cittar Marco Edoardo
Concheri Sara
Crivaro Giuseppe
Cuttica Daiana
Da Ruos Francesco
Fusari Roberto
Galli Elisabetta
Garavaglia Valeria
Garofalo Marco
Gatti Marina
Giardina Vincenzo
Iovino Elisabetta
Ledda Simone
Lorieri Alice
Losa Gianluca
Losa Luca
Losa Massimo
Maestroni Roberto
Mambretti Eleonora
Manfredi Tiziano

Argento Dorato

Alfieri Roberto
Branchi Susanna
Bruschi Massimo
Colombo Paolo
Ferraro Dario
Fusar Poli Elisabetta
Locatelli Andrea Sara
Loda Simona
Lui Daniele Samuele
Maestroni Federica
Morlacchi Filippo Maria
Moroni Roberto
Mostachetti Adone
Raimondi Matteo
Sandrin Alberto
Servadio Elena
Ziviani Laura

Menini Andrea
Modaelli Simone
Moroni Marco
Moscatelli Mara
Oldoni Matteo
Paroni Marco
Pellegrini Amedeo
Picozzi Matteo
Piras Cristina
Procopio Federico
Re Franco
Rigoselli Michela
Ruta Stefano
Sandrin Fabio
Serati Elena
Sgarella Matteo
Spinelli Cinzia
Trezzini Matta Francesca
Trovo' Sonia
Vanini Matteo

Argento

Amato Luca
Branchi Stefania
Caimi Massimo
Canevari Marta
Cerioli Felice
Colombini Andrea
Colombo Sara
Corno Matteo

Oro

Agostini Davide
Barate' Natale
Ciriello Angelo Marco
Cozzi Alessandro
Granai Cinzia
Losa Marco
Magistrone Marco
Morazzoni Lara Antonella
Porrati Alberto
Pravettoni Davide
Sfriso Roberto
Zucchelli Paolo

Oro e Diamante

Bergamo Angelo
Branchi Fabrizio
Branchi Luciano
Scarioni Aristide Giovanni
Trezzini Maria Paola

Cortesi Simona
Crivaro Francesco
Dalla Valle Fabio
Festa Luigi
Ganimedi Marilena
Gervasi Martina
Guenzi Elena
Introini Michela
Limido Franco
Lucchini Raffaella
Maggioni Andrea
Magliacano Raffaello Davide
Marcato Livia
Nebuloni Sabrina
Oldani Sabrina
Olgiati Virginia
Porrati Paolo
Porrati Paolo
Ramaglia Patrizia
Scarabello Ivan
Sinanaj Behar
Sinanaj Behar
Tasselli Sabrina
Tell Riccardo
Tenconi Marco
Toncelli Luca
Villa Roberta Maria
Volonnino Cristina

Oro e Rubino

Agolli Moreno
Baraterio Maurizio
Bragagnolo Gianluca
Brignone Stefano
Centi Roberta
Gini Angelo
Giudici Cristian
Losa Giovanni
Losa Maria Grazia
Marnati Graziella
Mollo Fabrizio
Moretti Alberto
Tavarone Donato
Vilella Francesco
Zanoni Angelo

Oro e Smeraldo

Gini Giovanni Mario
Girola Guido
Magistrelli Luigi
Novara Graziano
Zoia Matteo

Auguri per i tuoi sessant'anni ben portati!

di Giampietro Bragagnolo

I festeggiamenti per questa bella ricorrenza sono iniziati con un'attenzione particolare verso i giovani, ai quali l'AVIS, da oltre vent'anni, manda un augurio speciale nel giorno in cui raggiungono la maggiore età. E' un pensiero beneaugurante e tutto personale, per invitare il giovane ad una scelta da **alto valore etico**, civile e sociale, che arricchisce anche la propria esistenza: quella di diventare **Avisino**. Il Consiglio dell'AVIS ha voluto, venerdì 11 ottobre scorso, offrire a loro e anche alla Comunità una serata diversa con un favoloso concerto Blues, tenuto dai fratelli Limido presso la Sala Cine-Teatro (Sala della Comunità) Sant'Ambrogio.



E' stata una scelta indovinata, perché la sala era piena non solo di giovani, ma anche di adulti della terza e quarta età, che ci hanno manifestato la loro sincera gratitudine.

Dopo il saluto del presidente di Sezione **Osvaldo Motta** è iniziato lo spettacolo con un singolare "preludio" di **gioco di luci, di suoni e di brani** che ci hanno conquistato, allargando la nostra fantasia.

Il concerto è piaciuto tantissimo agli Arlunesi e non: i fratelli **Franco e Marco Limido**, con la loro capacità esplorativa della musica blues, ci hanno coinvolti in un'esperienza musicale talmente emotiva da essere interrotta

di tanto in tanto da esplosioni di applausi.

Franco e Marco hanno mostrato la loro stoffa di autentici artisti del blues con il canto, gli strumenti musicali, tra cui l'armonica unita a una gestualità quasi primordiale.

La lunga calda ovazione del pubblico ha confermato l'enorme gradimento del programma musicale realizzato dagli artisti arlunesi Franco e Marco Limido, da **Ruben Minuto** (basso) e da **Alessio Gavioli** (Batteria), che ringraziamo di cuore. Un grazie di cuore a **don Giacinto** per la concessione della Sala e allo staff del Cinema per il disbrigo burocratico datoci per la SIAE.

Vorrei ringraziare anche l'Amministrazione Comunale rappresentata dal Sindaco prof. **Agoli Moreno** (avisino), la dr.ssa **Adriana Carnazzola** vicesindaco (ex avisina e valida Segretaria della nostra sezione per trent'anni) la Consigliera Comunale dr.ssa **Ambrogina Ceriani** per il dono della loro presenza.

Al numeroso pubblico presente un caloroso grazie per aver condiviso con noi un momento della festa del 60esimo.

Educazione alla cura dell'ambiente

a cura di Sie



Le prime pagine dell'insero di **Avvenire** di domenica 27 ottobre, **Noi famiglia e vita**, erano dedicate all'emergenza ambientale e al Sinodo sull'Amazzonia.

Dopo aver parlato, sul numero di settembre del **problema plastica**, ora vorrei portare l'attenzione sul **problema acqua**.

Riporto da **Avvenire** alcuni dati e alcuni consigli pratici per noi tutti.

I consumi mondiali di acqua alimentano per il 70% l'agricoltura e per il 20% l'industria. L'uso domestico copre il 10%. In alcuni paesi industrializzati il consumo di acqua per bere, cucinare e curare l'igiene sta calando, ma rimane ancora molto alto.

Nei Paesi occidentali una persona utilizza in **media 162 litri di acqua al giorno**, di cui 80 per l'igiene personale e 24 per la nutrizione, ma è stato calcolato che si potrebbe dimezzare la quantità d'acqua che usiamo quotidianamente.

Bastano pochi gesti, che ben conoscono anziani attenti e parsimoniosi e ragazzi che a scuola seguono lezioni di **educazione ambientale**.

Preferire la doccia al bagno in vasca, non lasciare scorrere il getto mentre ci si insapona e quando si lavano i denti, sostituire i rubinetti che perdono, prediligere i cicli brevi di lavatrice e lavastoviglie e sempre a pieno carico, lavare frutta e verdura in ciotola con bicarbonato e non sotto l'acqua corrente...

Dovremmo, poi, pensare di fare scelte critiche nei consumi: **una bistecca** che arriva sul nostro tavolo richiede **4.500 litri di acqua** e per un solo jeans, specialmente per quelli con l'effetto invecchiato, se ne possono consumare perfino 13.000 litri.

Sorrisi a denti stretti

di Vittorio Moretti

Divagazioni: "L'umore fa buon sangue"; ... e anche di più!

Oggi ci si scambiano messaggini a iosa e sembra superata la scritta sui muri. Andando in giro, però, si trovano scritte curiose e simpatiche, tanto che meriterebbe tenerle come saggi consigli o meditazioni.

Fra queste ho letto: "Se davanti a te vedi tutto grigio, sposta l'elefante". Questa scritta era su un muro, fatta da qualcuno per regalare un sorriso gratis.

Un'altra scritta, forse da un disperato: "Vorrei del vino, te e le conseguenze"; e ancora: "Dell'amore ho solo le maniglie", certo era nella profonda amarezza.

Basta digitare una ricerca in rete sui graffiti contemporanei per trovare decine di foto con scritte strepitose. Le stesse nelle quali ti puoi imbattere dietro un angolo, prima che la giustificata pennellata di vernice del proprietario del muro le seppellisca per sempre agli occhi del mondo, perché offensive.

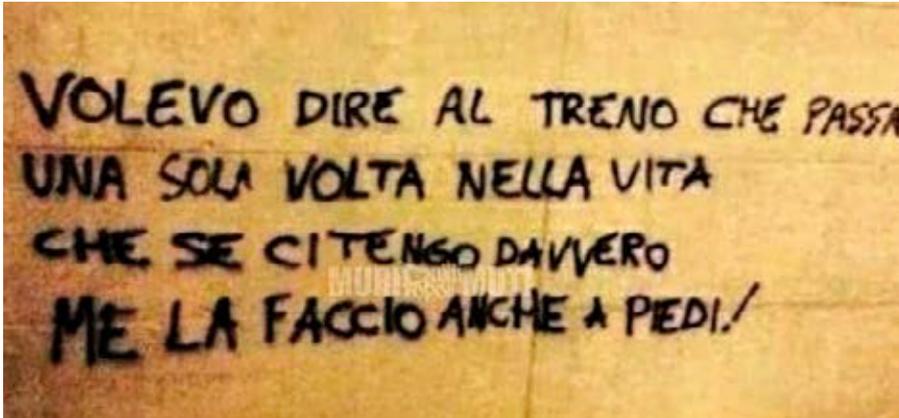
Ma oggi, come migliaia di anni fa nelle grotte, l'uomo ha bisogno di un'incisione manuale per esprimersi. Le scritte rivoluzionarie, o anarchiche, sono state le vere voci di un'epoca di passioni ormai superate: tutto è passato sui muri, populismo e dittatura, impegno e riflusso.

Oggi è rimasto il riflusso, gastrico, di chi beve per dimenticare. "L'alcol fa male, ma io lo perdono" - "Rosso di sera, barbera si spera" - "Ogni donna merita un uomo che la guardi come se fosse l'ultima birra rimasta in frigo" - "In vino veritas, in grappa figuriamoci...". Il tasso etilico resta mediamente alto, segno che l'intuizione geniale riesce meglio col gomito alzato.

Si notano anche molti scarabocchi comprensibili solo a chi li ha fatti. A volte però si è attratti dai murali di splendidi colori che aprono alla luce. Bello quello della cinta dello stadio comunale arlunese in via della Repubblica. Complimenti agli autori!

C'è chi poi ha ancora fiducia di scrivere un messaggio in mini scrittura e infilarlo in una bottiglia, affidarlo al torrente o a un fiume che sbocca al mare, per una persona immaginaria.

Il più però oggi il messaggio lo polpastrellano sull'aggeggiamento elettronico della comunicazione e qualche sentimentale eroe lo fissa alla parete della sua stanza. Si può chiamare eroico, no?



Attraversando un meraviglioso borgo di montagna, ho visto una cabina telefonica d'altri tempi con un cartello: "sarà rimossa il 15 marzo", ma non c'era l'anno, e qualcuno ha scritto a matita: "No, dai. E Superman dove adesso va a cambiarsi?".

Un'altra scritta senza firma ha promesso: "Sopportami anche se sono un danno...".

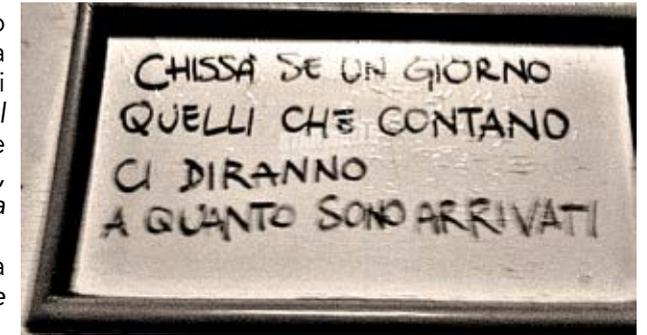
E un'altra, sicuramente un amante anonimo: "Ti darò tutto quello che nei libri hai sempre sottolineato".

Sporcare un muro non è lecito, certo. Ma spesso c'è cuore e un invito al sorriso, come quello che ha scritto: "Quando si chiude una porta, si può aprire di nuovo, perché è così che funzionano le porte". E sempre per sorridere: "Ma i figli dei vegani li porta la cicoria?". Oppure: "Mi sono messo dalla parte del torto perché ho capito torta...".

Si può continuare all'infinito. Come quello che ha scritto: "Non ci sono più le mezze emozioni", o quello probo di consigli pratici: "Se non trovi il vero amore da nessuna parte, prova dai cinesi".

Oppure: "Mi manco moltissimo". E quel buontempone stufo di essere denigrato, ha scritto: "Ridetemi pure dietro, tanto io guardo sempre avanti".

Ci vorrebbe, ma non c'è, un progetto per salvare le scritte nei vari angoli della nostra bella Italia, che, seppur un po' sbiadite, si leggono ancora sui muri e donano un po' d'umore al nostro tempo.



Torneo di scala 40 del 5 novembre 2019

Ha vinto la coppia **Maria Rosa Pedaci** e **Giovanni Galli** e al secondo posto **Claudio Saja** e **Gian Luigi Ghidoli**.

Arlügn in fiur

di Ambrogio Rampini

Anche per il 2020 arriva puntuale, nel mese di dicembre, il **Tacuìn d'Arlügn** e sarà tutto dedicato ai nostri fiori.

Una Arluno piena di fiori che, nel nostro smanioso andare; non ci fermiamo mai ad osservarli ed a considerare quanto può essere bella Arluno fiorita.

Un grande rammarico ho avuto durante la stesura di questo calendario: l'impossibilità materiale di poter inserire la fotografia del parco antistante la Casa di Riposo Sandro Pertini tutto fiorito di margheritine e ciò a causa della pioggia, oppure perché, nei giorni della sua completa fioritura, immancabilmente, i giardinieri erano al lavoro con il rasa-erba, allora ... addio fioritura!

Possibile che nessuno dei responsabili della Casa di Riposo abbia la delicatezza di far ritardare di qualche giorno la rasatura dell'erba?

Fa bella impressione vedere un prato ben rasato, ma è stupendo vederlo tutto bianco e verde pieno di margheritine! Qualche anno fa si riusciva a vederlo completamente fiorito, ora non più.

Quest'anno il Tacuìn d'Arlügn riguarderà i nostri fiori, in particolare alcuni angoli del paese che si presentano fioriti e, nelle varie didascalie, è stato inserito il cosiddetto **linguaggio dei fiori**, cioè l'attribuzione simbolica data ai fiori per esprimere una sensazione, un sentimento, l'invio di un messaggio ed anche per una scelta fatta di donare il fiore giusto per ogni occasione.

Nel rappresentare sul "tacuìn" **il sambuco**, ci è tornato alla memoria quando da ragazzi si giocava con **al s'ciupirö**.

Si prendeva un pezzo di legno di sambuco lungo 8-10 cm e dal diametro di 3-4 cm, si svuotava la parte centrale del midollo, si fissava su una faccia esterna un chiodo di "sòcar" e a questo si agganciava un elastico ricavato da un budello di bicicletta.

Quest'ultimo veniva tenuto teso, all'estremità opposta, dalla biforcazione di un bastoncino dal diametro leggermente inferiore al foro del "sambuco" e lungo un poco più dello stesso.

Mettendo l'elastico in tensione, ed appoggiando la punta del bastoncino, tenuto un po' sghembo, appena dentro il foro del "sambuco", restava armato.

Si introduceva quindi, nel foro opposto, una pallina di carta o un chicco di granturco e, premendo l'estremità biforcata, al "s'ciupirö" faceva il suo dovere ... scattando.

Così giocavamo e ci si accontentava di poco.

Per chi volesse approfondire sui nostri giochi, si veda una mia ricerca su 10ª Campana aprile/maggio 1997, e che verrà riproposta in uno dei prossimi numeri.

Il "Tacuìn d'Arlügn" sarà in distribuzione presso le edicole del paese ai primi di dicembre.

al tacuìn d'Arlügn 2020 Arlügn in fiur



a cura di Ambrogio Rampini



hanno collaborato
Ezio Gorini e Rosalba Losa

Fotografie: Ezio Gorini e Ambrogio Rampini

© 2019 Ambrogio Rampini Editore



Festa dell'Unità Nazionale

Arluno, 4 novembre 2019

Quest'anno per la ricorrenza del 4 novembre il Corteo celebrativo si è svolto nelle ore serali. I festeggiamenti sono iniziati in piazza De Gasperi, davanti al Municipio, con alcune canzoni patriottiche perfettamente eseguite dal Corpo bandistico arlunese. Ha preso la parola, poi, il sindaco, professor Moreno Agolli, il quale dopo aver ricordato i caduti italiani e arlunesi, ha elogiato **il lavoro delle Forze Armate** e ha invitato i cittadini a impegnarsi per l'unità d'Italia e d'Europa con senso civico e svolgendo bene il proprio lavoro.

Il corteo si è avviato quindi verso il monumento ai Caduti della Prima Guerra mondiale, situato in piazza Pozzobonelli, dove è stata deposta una corona alla presenza del sindaco, del comandante della sezione locale dei carabinieri luogotenente Renato Caffer, e del comandante della polizia locale Pietro Micalizzi.

La serata commemorativa è continuata in Chiesa con **la celebrazione della Messa presieduta dal parroco don Giacinto Tunesi per i caduti di tutte le guerre**.



Presenti, oltre alle autorità civili e militari, i rappresentanti dei Reduci, dei Mutilati di guerra, dell'Anpi, dell'AVIS, del C.V.P.S. e dell'Azione Cattolica, con le loro bandiere, che accompagnavano il gonfalone del Comune.

Grande commozione, all'uscita dalla Messa, al momento del suono del Silenzio, dell'Inno Nazionale e della Canzone del Piave, con autorità e cittadini a rendere onore ai Caduti davanti al monumento (Cèch).

Gli addominali fanno veramente dimagrire?

di Luca Sandrin



Buongiorno a tutti cari lettori di Decima Campana, eccoci pronti con il nostro articolo mensile **"Appuntamento con la salute"**.

Nel mese scorso abbiamo trattato e approfondito il tema della ritenzione idrica toccando alcuni tasti interessanti. In questa uscita invece vorrei andare dritto ad un nocciolo e sfatare un tabù.

Rispondiamo alla famosa domanda: gli addominali fanno dimagrire?

Tutti collegano il concetto del dimagrire al dover a tutti i costi aumentare il numero o le serie degli esercizi dove vengono coinvolti gli addominali.

Spesso mi capita di sentire frasi come: *"Da domani mi sveglio alla mattina e faccio tre serie di addominali perché voglio rimettermi in forma"*; *"Mi consigli di acquistare quell'attrezzo che ho visto in televisione che si lega alla pancia e vibra per fare gli addominali?"* *"Mi fai una scheda con più addominali perché secondo me non ne faccio a sufficienza"*

...E potrei stare qui a raccontarne molte altre... però meglio fermarsi in questi casi.

Ma gli addominali fanno veramente dimagrire? NO!

Cerchiamo di capire il perché con qualche semplice considerazione.

Il dimagrimento localizzato esiste ma è irrilevante. L'attività metabolica porta il muscolo a consumare una miscela di zuccheri e di grassi. Questi ultimi sono principalmente intramuscolari. Quindi se il vostro corpo brucia il grasso localizzato consuma soprattutto quello che sta dentro ai muscoli che è invisibile, non quello antiestetico sottocutaneo o quello viscerale pericoloso per la salute.

I **classici crunch** (esercizio classico dell'addominale dove da sdraiati si porta in flessione il busto verso le gambe) hanno un consumo energetico troppo basso, sia per avere un dispendio calorico rilevante, sia per aumentare l'attività metabolica del muscolo post allenamento. Tradotto: **fare gli addominali non fa calare la pancia.**

Cosa succede a chi ha l'addome prominente e dilatato? (spesso sono situazioni che si evidenziano negli uomini).

La conformazione dei fasci dei muscoli addominali cambia a seconda se abbiamo un



ventre piatto o un ventre prominente e gonfio. Normalmente in una persona magra le fibre muscolari sono perpendicolari tra loro. Chi ha la pancia prominente ha modificato la direzione dei propri fasci e, non essendo più tonici, si perde la capacità di contenere i visceri. In questo caso l'esercizio del crunch diventa pericoloso e peggiorativo perché potrebbe complicare la situazione in quanto si andrebbe ad aumentare la pressione intraddominale in modo errato.

È importante quindi ricordare i ruoli principali della muscolatura anteriore dell'addominale sono quelli di:

contenere la parte viscerale (la parte muscolare più superficiale)

conferire stabilità alla colonna (la parte muscolare più profonda)

controllare e stabilizzare i gesti del tronco durante il movimento (funzioni sinergiche di più strati addominali)

In definitiva, sollecitare i muscoli del ventre va benissimo, dipende tutto da quali tipi di esercizi vengono proposti. Sono da preferire gli esercizi isometrici (in assenza di movimento) perché rispettano in misura maggiore la funzione dell'addominale (core stability).

Ricordate però che allenare gli addominali con la speranza di far scendere la pancia non è la strada corretta.

Poche serie e poche ripetizioni ma con esercizi svolti con cura e non commettendo errori! Spesso può capitare di danneggiare la cervicale o la zona lombare svolgendo serie numerose di crunch in modo completamente errato.

Ecco, in questa puntata abbiamo riassunto un argomento che spesso è tema di molti discorsi e, se non approfondito, rimane sempre un tabù da sfatare.

Come sempre spero sia stata una lettura scorrevole e di vostro interesse.

Per qualsiasi domanda o proposta a riguardo non esitate a scrivere una mail a luca.sandrin90@hotmail.it

Grazie per la vostra attenzione, cari lettori, e ci diamo appuntamento alla prossima uscita.

Arluno Special, anche nel bowling

di Cristina



Anche quest'anno la Special Onlus di Arluno non è potuta mancare all'invito dei mitici **All Blacks**, in quel di **Formigine**, per partecipare al 7° Memorial Daniela Carretti di bowling, dove si sono confrontate sei squadre provenienti da varie Regioni d'Italia.

Siamo partiti di buon mattino sabato 26 ottobre per arrivare al bowling, ritrovare tutti gli amici di sempre e anche qualche atleta nuovo e, tra abbracci e sorrisi, preparare le bocce, scaldare i muscoli, ascoltare gli ultimi consigli dei tecnici e pronti via.

Con le gare di singolo, tre partite ciascuno per circa **100 atleti**, e al termine pranzo per tutti all'aperto, in una splendida giornata di fine ottobre, in compagnia. Un momento di aggregazione e relax in attesa della prima trincea di gare di squadra nel **Baker Unificato**, cioè quattro atleti diversamente abili e un partner normodotato, e vai.

La Special Arluno si presenta con due squadre la **Special 1** formata diciamo dai "veterani", la **Special 2** formata dagli atleti con meno esperienza.

Si incomincia a giocare sul serio, sette partite a suon di bocce che battono sui birilli facendoli cadere con metodo e tecnica accompagnati a volte da tanta fortuna, a volte da quell'ultimo birillo che rimane lì a guardarci e non vuol cadere.

Il pomeriggio è volato tra le gare di singolo e le prime fasi di squadra. Ritrovo alla sera per il cenone, un momento di vera festa, di nuovo tutti in compagnia anche della buona tavola e della musica che fa sempre allegria e amicizia, ma anche di tanta tensione perché tra un primo e un secondo si sono proclamate le premiazioni. Gli atleti della Special Arluno sono stati così premiati: singolo in categoria M1 un ottimo quarto posto per **Carcano Matteo**, in cat. M4 primo posto per **Saggiomo Stefano**, quarto posto per **Pegorari Joshua**. In cat. M5 primo posto per **Rescaldani Mattia**.

In categoria M8 quinto posto per **Palamà Marco**, in Cat. M11 secondo posto per



Benzi Alessandro. In Cat. M12 secondo posto per **Ghidoli Davide** e infine in M13 secondo posto per **Cugis Mauro**, atleta esordiente.

L'indomani mattina tutti pronti. La Special Arluno torna in pista per altre sette partite di Baker Unificato sempre con due squadre.

Con un po' di tensione e il giusto agonismo le due squadre partono alla grande, tra stike e spare accumulando punti, facendosi coraggio anche tra le due squadre quando qualche birillo non voleva cadere. Ma arriva il momento del verdetto finale, premiazioni di squadra e proclamazione del vincitore del Trofeo D. Caretti.

La **Special Arluno 1** Capitanata dal Coach **Masetti Marco** è **medaglia d'oro** in cat. M3, e con grande gioia, anche la **Special Arluno 2** capitanata dalla Coach **Lapertosa Tiziana** è oro in cat. M5.

Con grande felicità di tutte le Associazioni, quest'anno il Trofeo è tornato a casa, nelle mani di Marco e dei suoi mitici All Blacks.

Bravi ragazzi e grazie della vostra ospitalità. Le medaglie vinte dagli atleti Special Arluno sono state dedicate ai loro coach, a **Lapertosa Tiziana** e a **Masetti Marco** che sempre li seguono con professionalità e affetto.

La Special Arluno vi invita alla presentazione della squadra in occasione dello "storico" **pranzo di Natale** il 15 dicembre prossimo all'**Oratorio di Arluno**.

Vi aspettiamo!!

Battesimi

RINATI IN CRISTO IL 27 OTTOBRE 2019

N. 50	Calda Nicole Marie	Nata il 17/04/2019
N. 51	Marasi Agnese	Nata il 23/03/2019
N. 52	Marchio Aurora	Nata il 22/05/2019
N. 53	Vinci Vittoria Maria	Nata il 21/02/2019
N. 54	Gallo Amalia	Nata il 26/03/2019
N. 55	Giusto Melissa	Nata il 19/09/2018
N. 56	Tortora Mattia Alfonso	Nato il 09/10/2018
N. 57	Paracchini Camilla	Nata il 22/02/2015
N. 58	Orlando Gioia	Nata il 15/04/2019



Matrimoni

N. 07	Porta Adelio e Cucchetti Luigia Martina	05/10/2019
-------	---	------------



Defunti

N. 72	Pedandola Enrichetto	morto il 12/10/2019	anni 79
N. 73	Di Gloria Gabriella	morta il 13/10/2019	anni 40
N. 74	Di Martino Paola	morta il 14/10/2019	anni 57
N. 75	Tunesi Maria	morta il 20/10/2019	anni 92
N. 76	Caccaro Maria	morta il 21/10/2019	anni 93
N. 77	Averi Giovanni	morto il 21/10/2019	anni 75



PARROCCHIA SANTI PIETRO E PAOLO (WWW.PARROCCHIADIARLUNO.IT)

Segreteria parrocchiale: da martedì a venerdì tutte le mattine.
Per necessità telefonare a 029017184.

Parroco: don Giacinto Tunesi Casa Parrocchiale, P.zza Pozzobonelli, 1	✉ parrocchia.arluno@hotmail.com ☎ 02.901.71.84 - 335.618.6326
Vicario Parrocchiale don Paolo Invernizzi Oratorio "Sacro Cuore", via Marconi, 28	✉ oratoriosacrocuorearluno@gmail.com ☎ 02.903.79.371 - 338.768.7817
don Martinho Maulano Casa Parrocchiale, P.zza Pozzobonelli, 1	☎ 338.616.7082
Suore "Adoratrici Ancelle del SS Sacramento e della via san Carlo, 7 (Poglianasca)	Carità" - "Comunità Irene" ☎ 02.903.77.333
Centro di Aggregazione S. Ambrogio (C.A.S.A.) corso papa Giovanni XXIII, 30	☎ 328.31.72.489
Sala della comunità (cinema "S. Ambrogio") corso papa Giovanni XXIII, 30	☎ 02.901.59.84 ✉ sambrogio.arluno@creaweb.it
Caritas (centro di ascolto) - ogni sabato mattina via Marconi, 30	☎ 388.12.94.433

ALBA VERDE
di S. Sapia Albino

Progettazione giardini e aiuole *Arieggiatura con risemina manto erboso*
Taglio siepi *Potature d'alto fusto* *Consegna legna da ardere*

Si eseguono preventivi gratuiti e senza impegno!

INFO cell. 338 2282126 - ufficio 02 9015486
VIA MONTE NERO - 20010 ARLUNO (MI)

Farmacia Moderna

Via XXVI Aprile, 105 - 20010 Arluno (MI)
Tel. 02 9017181 - Fax 02 90378575 - Whatsapp 333 1917583
Ora ci trovi anche su Facebook - f.moderna@libero.it

- AUTOANALISI
- BIOTRICOTEST
- SLIMTEST
- PRODOTTI SENZA GLUTINE (SECCO E SURGELATO)
- ELETTROCARDIOGRAMMA
- HOLTER PRESSORIO
- FORATURA STERILE DELL'ORECCHIO
- FLORITERAPIA (FIORI DI BACH)
- OMEOPATIA
- CONSULENZE NUTRIZIONALI GRATUITE
- ERBORISTERIA E AMPIO ASSORTIMENTO DI SPEZIE DAL MONDO

• Aperta tutta la settimana • Consegna a domicilio gratuita •
 • Offerte promozionali • Carta fedeltà • Aperti tutto Agosto •

di Della Vedova Marco e Vezzoli Simone

Via Volturmo, 43
20010 Arluno (Milano)

Cell.: 338 9651263
3487620327

- progettazione, realizzazione e manutenzione parchi e giardini
- potatura piante
- trattamenti fitosanitari
- lavorazioni meccanico agricole
- sgombero neve

EUROGREEN snc

OdV - Sezione di Arluno
Via E. Villorosi, 20 - 20010 Arluno
Cell. 331 60 83 340 - 328 17 97 693
E-mail: info@avisarluno.it
Sito web: www.avisarluno.it

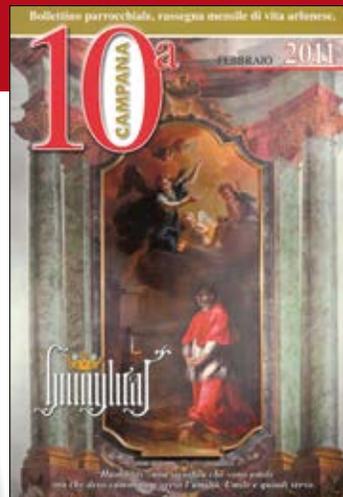
Decima Campana

al prossimo numero!

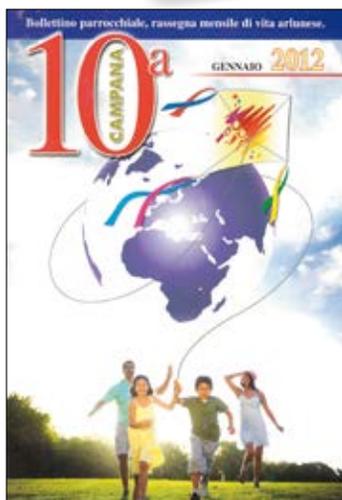
Arluno - Piazza Pozzobonelli, 1 - E-mail: decima.campana@gmail.com



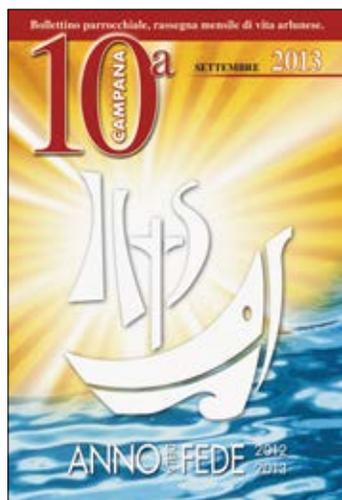
2010



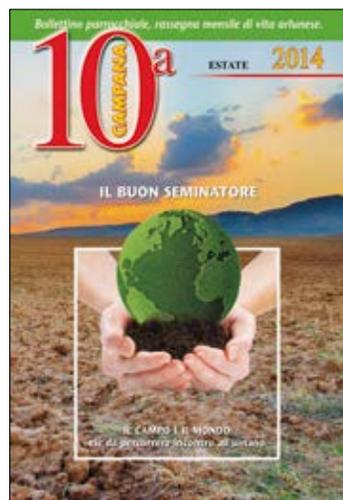
2011



2012



2013



2014