



QUARESIMA 2026 - BAMBINI E RAGAZZI

La Commissione Iniziazione Cristiana bambini e ragazzi, insieme alla Commissione Inclusione dell'Ufficio Evangelizzazione e Catechesi della nostra diocesi, propone per la Quaresima 2026 un segno che accomuni tutte le parrocchie e le unità pastorali. A differenza degli anni passati, quest'anno non proponiamo un percorso strutturato, ma un segno che accomuni parrocchie e unità, che si arricchirà di domenica in domenica fino al giorno Pasqua.

Gli *Orientamenti Diocesani per l'Iniziazione Cristiana* presentati durante il Convegno diocesano dello scorso settembre ci hanno invitato ad abbandonare per quanto possibile la cadenza settimanale degli incontri di catechesi con i bambini e i ragazzi e a coinvolgere maggiormente le famiglie, che proprio per questa scelta sono il focus della formazione dei catechisti di quest'anno "Tempo di Cambia-Menti".

Nel documento infatti si evidenzia che:

- ♦ «Se nell'itinerario catechistico l'organizzazione che ricalca il modello scolastico (un'ora, una volta la settimana), nel percorso catecumenale si propongono esperienze di vita cristiana che possono richiedere tempi prolungati e scansioni diverse da quella settimanale»¹ sottolineando il necessario cambio di scansione temporale degli incontri;
- ♦ «Se nell'itinerario catechistico l'interesse primario è rivolto ai ragazzi, nell'itinerario catecumenale ci si rivolge alle famiglie»² invitando a prender in seria considerazione il coinvolgimento delle famiglie.

Questo è il motivo per cui le commissioni hanno scelto di mettere al centro la Celebrazione eucaristica, vissuta insieme alla famiglia, e la Parola, attraverso l'utilizzo di un simbolo che, in quanto tale, non ha bisogno di spiegazioni.

Il tema scelto ha come titolo: **"DAL NOSTRO DESERTO ALLA TUA LUCE"**.

Utilizzare un simbolo vuole essere altresì segno di attenzione e di vera inclusione, il simbolo infatti si mostra e coinvolge tutti nello stesso modo, anche le persone con disabilità presenti nelle nostre assemblee.

La proposta è quella di mettere in chiesa, in un luogo consono e ben visibile, un leggio con un "deserto" ai piedi (può essere semplicemente una cassetta piena di sabbia o farina, un telo di nylon con della terra o come la fantasia suggerisce). Il deserto, simbolo quaresimale

¹ *Orientamenti Diocesani per l'Iniziazione Cristiana*, p. 11.

² *Orientamenti Diocesani per l'Iniziazione Cristiana*, p. 8.



Diocesi MASSA CARRARA-PONTREMOLI
Ufficio EVANGELIZZAZIONE E CATECHESI

per eccellenza, rappresenta il cammino che ognuno di noi, a fatica e nel silenzio, è invitato a percorrere per arrivare ai Risorto.

Ogni settimana viene proposto un oggetto simbolo che arricchirà il nostro deserto e che verrà portato durante la processione offertoriale o nel momento che il celebrante riterrà più opportuno.

Al termine della celebrazione bambini e ragazzi consegneranno ai presenti un foglio con l'immagine dell'oggetto di quella settimana accompagnato da uno spunto di riflessione e una breve invocazione che aiutino le famiglie a vivere un momento di preghiera.

Ricordiamo che ogni catechista potrà liberamente dare spazio alla propria creatività; comunque per aiutare coloro che fossero in difficoltà, in appendice troverete del materiale.

Ricordiamo inoltre che in questo percorso quaresimale, tappa importante è la celebrazione della Via Crucis vicariale, segno visibile del nostro essere comunità in cammino...verso la Risurrezione.

I MEMBRI DELLE COMMISSIONI
AUGURANO A SACERDOTI E CATECHISTI
UN CAMMINO, ATTRAVERSO IL DESERTO,
CHE CI PORTI ALLA LUCE DEL RISORTO.
AUGURI DI
UNA SANTA PASQUA DI RESURREZIONE !



INDICE

Percorso	p. 4
Suggerimenti per i foglietti	p. 7
Titolo in CAA	p. 15



Diocesi MASSA CARRARA-PONTREMOLI
Ufficio EVANGELIZZAZIONE E CATECHESI

PERCORSO

PRIMA DOMENICA DI QUARESIMA (22 Febbraio 2026)

Vangelo (Mt 4,1-11) – Le tentazioni di Gesù nel deserto

Simbolo: BIBBIA da porre sul leggio precedentemente preparato.

Spunto per la meditazione in famiglia: *La Parola di Dio mi aiuta a scegliere tra il bene ed il male? E a superare le tentazioni?*

Preghiera per la famiglia: Signore, fa che la Tua sia Parola viva nella mia vita.

SECONDA DOMENICA DI QUARESIMA (1 Marzo 2026)

Vangelo (Mt 17,1-9) – La Trasfigurazione di Gesù

Simbolo: DRAPPO BIANCO da porre nel deserto ai piedi del leggio.

Spunto per la meditazione in famiglia: *Riesco ad avvertire la presenza di Gesù nella vita di ogni giorno?*

Preghiera per la famiglia: Signore fa che lo splendore della Tua veste bianca illumini la mia vita.

TERZA DOMENICA DI QUARESIMA (8 Marzo 2026)

Vangelo (Gv 4,5-42) – La donna di Samaria

Simbolo: BROCCA D'ACQUA da porre nel deserto ai piedi del leggio.

Spunto per la meditazione in famiglia: *Dove posso trovare l'acqua che disseta davvero?*

Preghiera per la famiglia: Fa' o Signore che anch'io mi accosti alla Tua acqua che disseta e dona la vita.



QUARTA DOMENICA DI QUARESIMA (15 Marzo 2026)

Vangelo (Gv 9,1-41) – Il cieco nato

Simbolo: LAMPADA (o altra fonte di luce) da porre nel deserto ai piedi del leggio.

Spunto per la meditazione in famiglia: *Di fronte a cosa io sono cieco?*

Preghiera per la famiglia: Signore aiuta ogni membro di questa famiglia a vedere le necessità di chi sta accanto a noi.

QUINTA DOMENICA DI QUARESIMA (22 Marzo 2026)

Vangelo (Gv 11,1-45) – La risurrezione di Lazzaro

Simbolo: PIETRA da porre nel deserto ai piedi del leggio.

Spunto per la meditazione in famiglia: Quali sono le pietre della mia vita che voglio togliere per avvicinarmi al Signore?

Preghiera per la famiglia: Signore aiutami a liberare il cuore da tutti gli ostacoli che mi tengono lontano da Te.

DOMENICA DELLE PALME (29 Marzo 2026)

Vangelo (Mt 26,14 - 27,66) – Passione del Signore

Simbolo: PALMA/ULIVO da appoggiare sulla Bibbia.

Spunto per la meditazione in famiglia: So porgere un ramo d'ulivo, simbolo di pace al mio prossimo?

Preghiera per la famiglia: Signore aiutami ad essere strumento della Tua pace nella mia famiglia e nella mia comunità.



Diocesi MASSA CARRARA-PONTREMOLI
Ufficio EVANGELIZZAZIONE E CATECHESI

Dopo la domenica delle palme si invitano tutti a togliere i segni della quaresima

DOMENICA DI PASQUA (5 Aprile 2026)

Vangelo (Gv 20,1-9) – Resurrezione del Signore

Simbolo: porre la Bibbia (*Parola di Dio*) accanto al cero pasquale (*Luce del Risorto*).

Al termine della celebrazione verrà consegnato ai presenti un foglietto con le immagini dei segni del tempo di Pasqua: Gesù risorto, una freccia verso l'alto per l'Ascensione e una fiamma per la Pentecoste e sotto la scritta "NON È QUI, È RISORTO" (Mt 28, 6).



Diocesi MASSA CARRARA-PONTREMOLI
Ufficio EVANGELIZZAZIONE E CATECHESI

SUGGERIMENTI PER I FOGLIETTI

PRIMA DOMENICA DI QUARESIMA (22 Febbraio 2026)



Spunto per la meditazione in famiglia:

“la Parola di Dio mi aiuta a scegliere
tra il bene ed il male?
E a superare le tentazioni?”

Preghiera per la famiglia:

“Signore, fa che la Tua sia Parola viva
nella mia vita”



SECONDA DOMENICA DI QUARESIMA (1 Marzo 2026)



Spunto per la meditazione in famiglia:

“Riesco ad avvertire la presenza di
Gesù nella vita di ogni giorno?”

Pregheiera per la famiglia:

“Signore fa che lo splendore della
Tua veste bianca illumini la mia vita”



TERZA DOMENICA DI QUARESIMA (8 Marzo 2026)



Spunto per la meditazione in famiglia:

“Dove posso trovare l’acqua che
disseta davvero?”

Preghiera per la famiglia:

“Fa’ o Signore che anch’io mi accosti
alla Tua acqua
che disseta e dona la vita”



QUARTA DOMENICA DI QUARESIMA (15 Marzo 2026)



Spunto per la meditazione in famiglia:

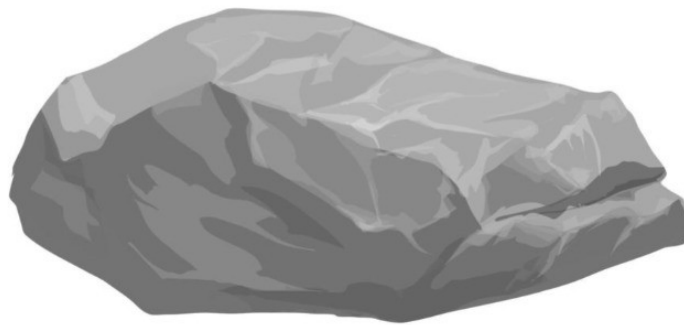
“Di fronte a cosa sono cieco?”

Preghiera per la famiglia:

“Signore aiutami a vedere le
necessità di chi mi sta accanto”



QUINTA DOMENICA DI QUARESIMA (22 Marzo 2026)



Spunto per la meditazione in famiglia:

“Quali sono le pietre della mia vita
che voglio gettare
per avvicinarmi al Signore?”

Pregiera per la famiglia:

“Signore aiutami a liberare il cuore
da tutti gli ostacoli che mi tengono
lontano da Te”



DOMENICA DELLE PALME (29 Marzo 2026)



Spunto per la meditazione in famiglia:

“So porgere un ramo d’ulivo, simbolo
di pace al mio prossimo?”

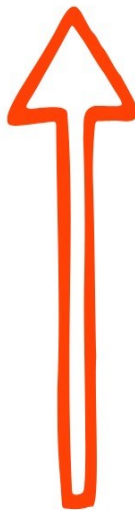
Preghiera per la famiglia:

“Signore aiutami ad essere strumento
della Tua pace nella mia famiglia e
nella mia comunità”



Diocesi MASSA CARRARA-PONTREMOLI
Ufficio EVANGELIZZAZIONE E CATECHESI

DOMENICA DI PASQUA (5 Aprile 2026)



"NON È QUI, È RISORTO"
(Mt 28, 6)

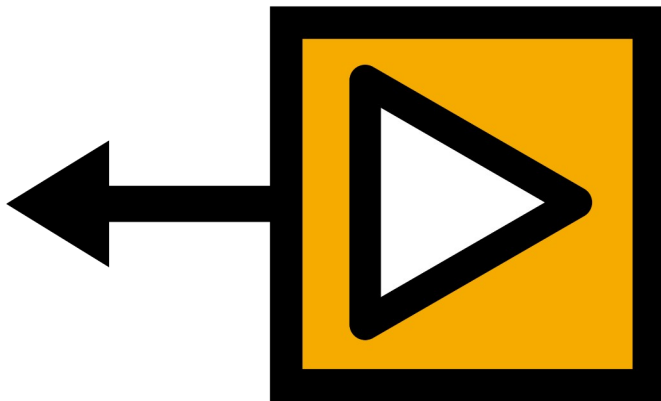


Diocesi MASSA CARRARA-PONTREMOLI
Ufficio EVANGELIZZAZIONE E CATECHESI

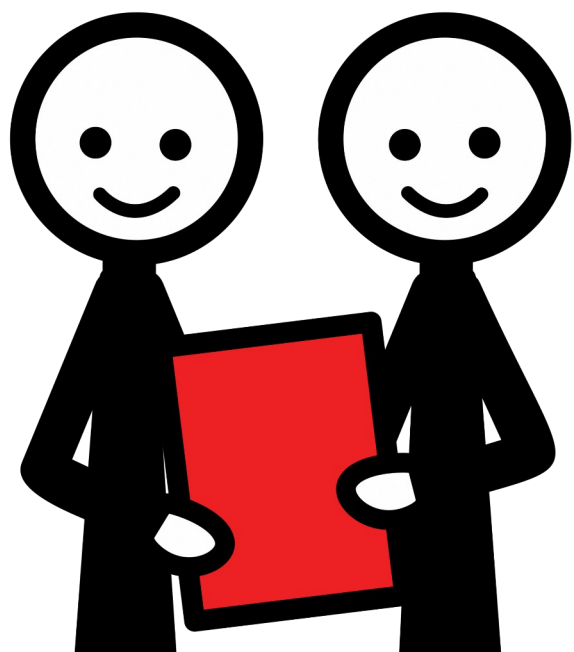
TITOLO IN CAA

TITOLO: Dal nostro deserto alla Sua luce

DAL

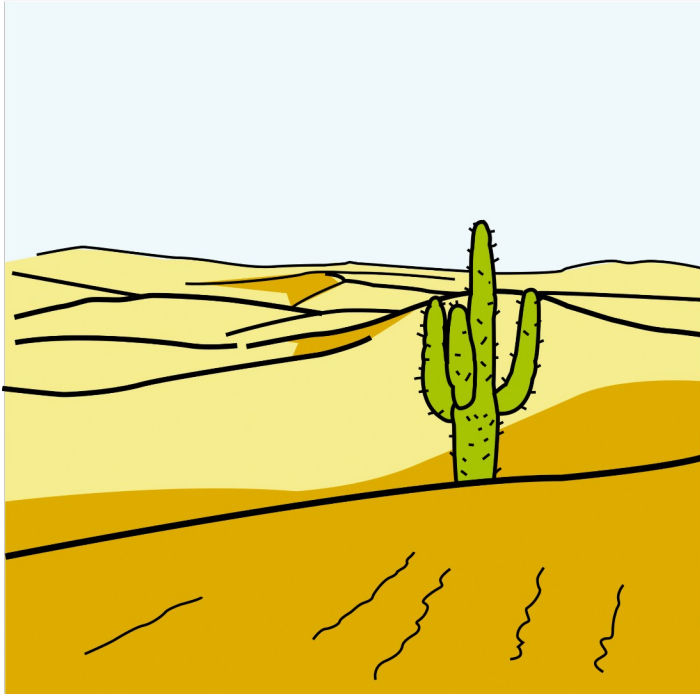


NOSTRO

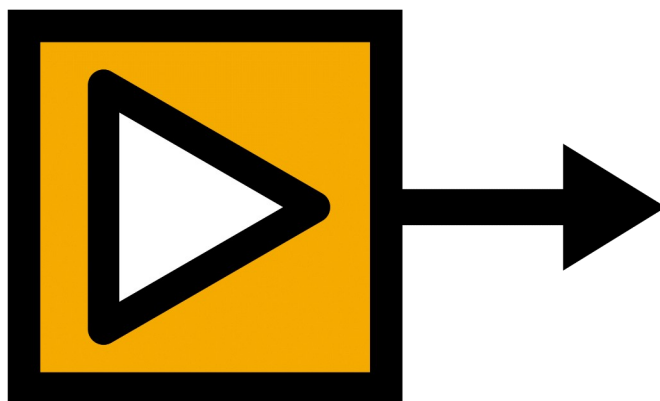




DESERTO



ALLA





SUA LUCE

