



ITALIENISCHE KATHOLISCHE GEMEINDE MÜNCHEN

CONTATTO

Periodico della Comunità Cattolica Italiana di Monaco di Baviera | Nr. 1 | Marzo 2026



2026 NUOVO ANNO GIUBILARE DEDICATO AL TRANSITO DI SAN FRANCESCO

A servizio del migrante
IL CONSOLATO

Il Servizio Sociale del
Consolato

Pagina teologica
LE DONNE E LA BIBBIA

Sara la moglie di
Abramo

Salute e Benessere
AI NELLA MEDICINA

Intelligenza artificiale
nella pratica clinica

LA MISSIONE CATTOLICA ITALIANA *di Monaco di Baviera*

INDIRIZZO

Lindwurmstr. 143, 80337 München
U3-U6 Poccistrasse

RECAPITI

Tel. 089 2137 74200
italienische-gemeinde.muenchen@eomuc.de

ORARIO SEGRETERIA

Lun-ven: 9:00 – 12:00/14:30 – 16:30

SANTE MESSE

Ogni domenica:

Ore 11:30 St. Andreas Kirche Zenettistr. 46,
München (U3/U6 Poccistraße)

Ore 18:00 Bürgersaalkirche Neuhauser Str. 14,
München Zentrum (U4/U5 Stachus)

Ogni domenica (eccetto nei mesi estivi):

Ore 12:00 St. Michael Kirche Johann-Michael-
Fischer-Platz, Berg am Laim, München
(U2 Josephsburg)

Ore 17:00 il sabato si celebra la messa secondo il
calendario degli incontri ACR a Sant'Andreas

Messe in cappellina della Missione

Dal martedì al venerdì alle ore 18:30

REDAZIONE CONTATTO

Chefredakteur: P. Gabriele Parolin

Redaktion: Barbara Lambiase

RIVISTA TRIMESTRALE CONTATTO

Quattro numeri all'anno

Foto Copertina: Basilica San Francesco

Copyright Sala Stampa del Sacro Convento
di San Francesco

Spende — Quota annuale di sostegno 10 euro

*Salvo diversa indicazione, tutte le immagini non
dichiarate sono libere da copyright.*

COORDINATE BANCARIE

Erzd. KdöR München-Freising Ital. Kath. Gmd.
München

Liga Bank EG München

IBAN: DE28 7509 0300 0002 2086 01

BIC (Swiftcode): GENODEF1M05

Causale: Spende Missione Cattolica Italiana

PER RIMANERE IN CONTATTO CON NOI
ISCRIVITI ALLA NOSTRA **NEWSLETTER**



*Riceverai ogni mese per e-mail
tutte le informazioni della
Missione Cattolica Italiana di
Monaco di Baviera*

SACERDOTI E COLLABORATORI PASTORALI

P. Gabriele Parolin

P. Arkadiusz Czempik

Suore del Bell'Amore

Sr. Maria Foti

Sr. Giovanna Bignone

Dr. Manuel Caballero González

Informazioni utili

PATRONATO ITAL-UIL:

Alramstr. 4, 81371 München Tel. 089 74640814

CARITAS CENTRO

Arnulfstrasse 83, 80634 München

Servizio sociale: tel. 089 500355-0

Servizio psicologico: tel. 089 23114951

COMITES

Hermann-Schmid-Str. 8, 80336 München

Tel. e fax 089 721 31 90

CONSOLATO GENERALE D'ITALIA

Möhlstr. 3, 81675 München

Tel. 089 418 00 30 - Fax 089 47 79 99

PATRONATO ACLI

Pettenkoferstr. 8 / IV, 80336 München

Tel. 089 55 48 76

PATRONATO INAS/CISL

Neumarkter Str. 22, 81673 München

Tel. 089 53 23 32

PATRONATO INCA

Häberlstr. 20, 80337 München

Tel. 089 53 41 03

Marzo 2026 CONTATTO

IN QUESTO NUMERO | INHALT

04 LA PAROLA

800 ANNI DEL TRANSITO DI SAN FRANCESCO

06 LA PAGINA TEOLOGICA

DONNE NELL'ANTICO TESTAMENTO
SARA, LA MOGLIE DI ABRAMO

09 A SERVIZIO DEL MIGRANTE

IL SERVIZIO SOCIALE DEL
CONSOLATO

11 SALUTE E BENESSERE

INTELLIGENZA ARTIFICIALE NELLA
PRATICA CLINICA
INDAGINE SU DISPOSITIVI DIGITALI

14 LA RICETTA DI CONTATTO

TORTA DI MELE PER IL DIABETE

16 ARTE E CULTURA

LA CASA NATALE
DI SAN FRANCESCO

18 LA VOCE DEI GRUPPI

FESTA DELLA PACE
I PICCOLI GESTI
LA FESTA DEL PERDONO

26 INFO UTILI

LE LITURGIE PASQUALI DELLA
SETTIMANA SANTA 2026

Collaborano alla rivista di Contatto:

Sr. Giovanna Bignone, Dr. Manuel Caballero González,
Cristiana Filtri, Sr. Maria Foti, Barbara Fradeani, Isabella
Guarino, Barbara Lambiase, Paola Maran, Elisabetta Officio,
P. Gabriele Parolin.



ERZDIOESE MÜNCHEN
UND FREISING

L'editoriale

Care lettrici, cari lettori,

dedichiamo il primo numero di Contatto del 2026 alla figura di San Francesco. L'anno 2026 è iniziato con una ricorrenza strettamente legata ad Assisi:

VIII centenario del Transito di San Francesco.

Ispirandosi al Cantico delle Creature, il Vescovo di Assisi, S.E. Mons. Domenico Sorrentino, ha dato inizio con la prima celebrazione del 10.01.2026 a un nuovo anno giubilare, voluto e indetto da Papa Leone XIV. Un anno che viene affidato al Serafico Francesco per invocare il dono della Pace, tema tanto caro al nostro nuovo Papa e tanto necessario sia a livello individuale che mondiale, viste le numerose guerre e sfide politiche che minano la pace dei popoli e delle nazioni. San Francesco e i suoi confratelli, per affrontare con letizia le discordie a cui spesso andavano incontro, cantavano ad alta voce il Cantico delle Creature, un inno, una lode a Dio creatore, Padre della vita, del creato e dell'umanità. La preghiera, la semplicità e la povertà erano i loro strumenti per portare la bellezza del vangelo ovunque andassero.

"Beati quelli che perdonano per il Tuo amore"

Camminando per le strade del centro Italia San Francesco invitava costantemente al perdono, passo essenziale e fondamentale per costruire dei legami pacifici. Rifacendoci allora a questo importante invito del Santo, desideriamo pregare specialmente in questo nuovo anno giubilare il 2026 con la Chiesa, con il Papa, con la Famiglia Franciscana per chiedere il dono della Pace, per noi stessi, per le nostre famiglie, per la Chiesa e per il mondo intero.

Auguri di Buona Pasqua!

Erzdiözese München und Freising KdöR
Vertreten durch das Erzbischöfliches Ordinariat München
Generalvikar Cristoph Klingan, Kapellent. 4 - 80333 München
Herausgegeben von Italienische Katholische Gemeinde

VIII centenario del **Transito** di **San Francesco**

A San Francesco da Papa Leone XIV

*“San Francesco, fratello nostro,
tu che ottocento anni or sono andavi incontro a
sorella morte come un uomo pacificato,
intercedi per noi presso il Signore.*

*Tu nel Crocifisso di San Damiano
hai riconosciuto la pace vera,
insegnaci a cercare in Lui la sorgente
di ogni riconciliazione che abbatte ogni muro.*

*Tu che, disarmato,
hai attraversato le linee di guerra
e di incomprensione, donaci il coraggio
di costruire ponti dove il mondo erige confini.*

*In questo tempo afflitto da conflitti e divisioni,
intercedi perché diventiamo operatori di pace:
testimoni disarmati e disarmanti
della pace che viene da Cristo.
Amen”.*

Nel centro della spiritualità francescana ad Assisi è iniziato **VIII Centenario del Transito** di San Francesco.

Nell'autunno del 1226 Francesco concluse la sua esistenza terrena, scegliendo di incontrare Sorella Morte *“nudo sulla nuda terra”*.

Papa Leone XIV, ha stabilito che, dal 10 gennaio 2026 al 10 gennaio 2027, si celebri l'**Anno di San Francesco**, durante il quale tutti i fedeli cristiani sono invitati a seguire l'esempio del Santo di Assisi, diventando modelli di santità di vita e testimoni instancabili di pace.



LA PAROLA

Ricorrenza giubilare

È stata donata la concessione dell'indulgenza plenaria, alle consuete condizioni, valida per tutto il periodo del centenario nelle chiese francescane di ogni continente. Un inizio che chiede conversione personale e non solo celebrazione.

Papa Leone XIV: la pace come dono che chiede responsabilità

"Il Signore ti dia pace".

Il Pontefice ha aperto il suo messaggio nella prima celebrazione, ripartendo dal saluto più caro di San Francesco. La pace, scrive Papa Leone XIV, non è un'idea astratta né un obiettivo politico, ma "somma di tutti i beni di Dio" e "dono che scende dall'Alto".

Nel testo, il Papa mette in guardia da una visione illusoria e autoreferenziale: *"Che illusione sarebbe pensare di costruirla con le sole forze umane! E tuttavia è un dono attivo, da accogliere e vivere ogni giorno".*

Un passaggio che risuona con particolare forza in un'epoca segnata da conflitti armati, tensioni sociali e fratture profonde. Papa Leone XIV assicura così la sua vicinanza spirituale in particolare a tutta la Famiglia Franciscana e a quanti parteciperanno alle celebrazioni, augurandosi che **"il messaggio di pace possa trovare eco profondo nell'oggi della Chiesa e della società"**.

L'icona del Transito

"Qui il mio letto, sia da vivo che da morente".

L'Icona del Transito è il vero simbolo di questa ricorrenza. Detta Icona del Maestro di San Francesco, è considerata l'immagine più antica del Santo Poverello. Considerata una vera reliquia, è composta da colori, forme inserite in uno spazio equilibrato e tendente a sottolineare il Sacro. San Francesco viene qui rappresentato con le stigmate circondato da due angeli; una carne trasfigurata a immagine del Cristo, che fa emergere l'esperienza di Dio e il compimento dell'obbedienza alla Sua volontà.

Questo testamento iconografico ci invita non solo a camminare verso Dio individualmente, ma anche a vivere il Vangelo insieme. Un ricordo visivo fatto carico del testamento scritto che San Francesco lasciò ai suoi frati prima di morire. Nei prossimi numeri di Contatto desideriamo sottolineare sei aspetti della spiritualità e della vita del Santo, con meditazioni e testimonianze che hanno aperto il 10 gennaio 2026 ad Assisi, l'anno giubilare.

La misericordia, la preghiera, la fraternità, il lavoro, la pace e la benedizione saranno i temi per entrare nella Sua spiritualità e nella sua particolarissima chiamata come innovatore della Chiesa.



"Qui il mio letto, sia da vivo che da morente".

Icona del Transito



San Francesco d'Assisi (1181-1226) è uno dei santi più celebri della Chiesa cattolica e il fondatore dell'Ordine dei Frati Minori (Francescani). Nato ad Assisi, Francesco visse una vita mondana. Tuttavia, dopo un'esperienza di guerra e una malattia, cominciò a riflettere sul significato della vita e a sentire una profonda vocazione spirituale. La sua vita da agiata divenne povertà, preghiera e servizio a poveri e ammalati. La sua scelta radicale di povertà e umiltà lo rese un simbolo di amore per la natura e per tutte le creature di Dio. Nel 1209 fondò l'Ordine dei Francescani, che si ispirava a vivere secondo il Vangelo con semplicità, povertà e gioia. Ricevette anche le stigmate, i segni della passione di Cristo. Morì il 3 ottobre 1226 ad Assisi e fu canonizzato santo solo dopo due anni.

QUATTRO DONNE DELL'ANTICO TESTAMENTO



Sara, la moglie di Abramo

Quattro sono le donne dell'Antico Testamento che hanno segnato la Storia della Salvezza e la cui impronta è legata direttamente al Messia atteso durante i secoli, il figlio di Giuseppe e di Maria, Gesù di Nazareth.

PAGINA TEOLOGICA

Le prime due donne che proponiamo e che sono legate al capostipite della stirpe di Israele e Padre del popolo ebraico, Abramo, sono sua moglie, Sara, e sua nuora, Rebecca, sposa di Isacco. Per le ultime due donne invece abbiamo preferito prendere spunto dalla genealogia di Gesù tramandataci dall'evangelista Matteo e di soffermarci su due donne chiamate con il proprio nome nel quinto versetto di questo brano, vale a dire, Racab e Rut. In questo primo articolo presenteremo la figura di **Sara**, sposa di Abramo e una dei grandi pilastri della fede del popolo ebraico. Infatti gli israeliti hanno una predilezione per il numero sette, che significa *perfezione*, ma non come noi lo intendiamo oggi, bensì in una maniera spirituale che spiegheremo in un altro articolo di Contatto. Ebbene, sette sono i grandi personaggi del popolo ebraico che stanno alla nascita di questa grande nazione: tre patriarchi (*Abramo, Isacco e Giacobbe*) e quattro matriarche (*Sara, Rebecca, Rachele e Lia*). Cerchiamo dunque di capire meglio chi è la prima matriarca di Israele.

Sara appare in **Gen 12, 5** quando Abramo obbedisce alla voce del Signore e parte da Ur per raggiungere la Terra Promessa: Abram prese la moglie Sarà e Lot, figlio di suo fratello, e tutti i beni che avevano acquistati in Carran e tutte le persone che lì si erano procurate e si incamminarono verso la terra di Canaan. Come si può notare, il nome della nostra protagonista era diverso all'inizio del racconto biblico: non si chiamava Sara, bensì *Sarà*. Questo nome significa in ebraico *mia principessa* o *mia signora*; successivamente cambierà di significato perché Sara diventerà *principessa* o *signora di molte nazioni*, secondo la promessa fatta ad Abramo da Dio. Abbiamo delineato, a tal proposito, alcuni punti della sua personalità e della sua storia con l'aiuto di quattro temi come la bellezza, la sterilità, il sacrificio di Isacco, la sua morte e rifletteremo su come questi tratti della sua vita possono aiutare noi oggi.

La bellezza

Sara era una donna bellissima e Abramo ne era consapevole. Di fatto, quando arrivò una grande carestia e Abramo dovette scendere in Egitto per non morire di fame, disse a Sara: "Vedi, io so che tu sei donna di aspetto avvenente. Quando gli Egiziani ti vedranno, penseranno: «Costei è sua moglie», e mi uccideranno, mentre lasceranno te in vita. Di', dunque, che tu sei mia sorella, perché io sia trattato bene per causa tua e io viva grazie a te» (**Gen 12, 11-13**)". E così fece Sara!

In realtà si trattava di una semi bugia, perché Sara era infatti sorellastra di Abramo, figlia dello stesso padre, Tera, ma non della stessa madre. Non aveva torto Abramo quando temeva per la sua vita; in quel tempo uccidere il marito e dare la sua donna ad un altro, in questo caso al Faraone, era assai frequente. Come sorella invece, Abramo non correva pericolo e poteva ricevere grandi benefici dal Re di Egitto, compiacendolo, come così accadde.

La bellezza è un dono di Dio, ma cosa ne facciamo noi con il regalo che Dio ci ha fatto? La bellezza invita all' esercizio d'una virtù essenziale del cristianesimo: *la prudenza*. Dobbiamo imparare a gestire questo dono per fare bene al nostro corpo, tante volte disprezzato con una teologia anticristiana e meramente platonica, per la nostra anima e per la vita dei nostri confratelli.

La sterilità

La bellissima Sara, una donna straordinaria per la sua fedeltà e la sua fede nel Dio d'Abramo, si trova davanti a una prova durissima: è sterile e dunque non può dare un discendente al suo caro sposo. Ma com'è possibile? Dio stesso gli ha fatto una promessa inequivocabile: «Alla tua discendenza io dò questa terra, dal fiume d'Egitto al grande fiume, il fiume Eufrate» (**Gen 15, 18**). Allora, non solo la tristezza, ma anche la paura si impadronì della nostra protagonista: se Dio vuole dare una discendenza a suo marito e lei non è in grado di generare figli, forse è esclusa dalla promessa di Dio e non conta nulla in questo progetto?

La vita ci porta a volte durissime prove che, mentre le subiamo, non le capiamo: **perché mi succede questo? Perché a me? Come mai non trovo la donna o il marito dei miei sogni? Come mai non riesco ad avere figli e fondare una famiglia? Come mai mi è venuta questa malattia? Come mai non trovo lavoro?** E così via. La pazienza di Sara ci fa capire un'altra virtù cardinale importantissima: *la forza*. Nei momenti bui della vita dobbiamo essere forti e non soccombere sotto i primi colpi che il diavolo ci dà. E la forza è una virtù che si acquiesce tramite lo sforzo e il sacrificio. Non dimenticatelo, genitori! Non fate dei vostri figli persone deboli e senza resistenza! Guardate la vita di Sara e imparate! E Sara prende una decisione che molti hanno interpretato come mancanza di fede: Sarà disse ad Abram: «Ecco, il Signore mi ha impedito di aver prole; unisciti alla mia schiava: forse da lei potrò avere figli». Abram ascoltò l'invito di Sarà (**Gen 16, 2**).



«Giunsero al luogo che Dio gli aveva indicato; Abramo vi costruì l'altare, collocò la legna, legò Isacco suo figlio e lo depose sull'altare, sopra la legna... »

Era la pratica in quel tempo. Nel momento del parto, la schiava si sedeva sui ginocchi della signora della casa e partoriva; come se fosse quest'ultima a dare alla luce il figlio (si chiamerà Ismaele), che poi sarebbe suo; una specie di maternità surrogata.

La stessa Parola di Dio ci indica che Sara non dubitò mai di Dio: "Per fede, anche Sara, sebbene fuori dell'età, ricevette la possibilità di diventare madre, perché ritenne degno di fede colui che glielo aveva promesso" (Eb 11,11). E dunque? Come giudicare l'azione di Sara? Come un atto di sano realismo. Uno vede un problema e cerca una soluzione con i dati che ha a disposizione e secondo le sue possibilità. Se Dio vuole fare in un altro modo, agirà nel momento appropriato.

Il sacrificio d'Isacco

Dopo che il miracolo è accaduto e Sara ha partorito lei stessa Isacco, succede qualcosa di ancora più assurdo: la promessa di Dio è valida, le è nato un figlio nella vecchiaia e, ora, Dio stesso lo chiede in sacrificio? Com'è possibile?

I tempi di Dio sono inscrutabili e le azioni del Signore, incomprensibili. Prima, promette l'impossibile; dopo anni di sofferenza estrema regala un dono straordinario; finalmente, quello che è stato concesso senza possibile spiegazione, viene tolto proprio da Dio!! Pazzesco!

Sara ci insegna in questo caso la virtù della **temperanza**: l'equilibrio delle proprie passioni, la costante fiducia in Dio e la prudenza, rendendola capace di prendere decisioni sagge.

La morte di Sara

La Bibbia ci dice: "Gli anni della vita di Sara furono centoventisette; questi furono gli anni della vita di Sara" (Gen 23,1). È l'unica donna in tutta la Sacra Scrittura della quale si dice l'età nell'ora della morte, nonché delle modalità di sepoltura. Neppure della Vergine Maria abbiamo questo riferimento!

La versione letterale del testo ebraico è un poco sconcertante: «E furono (le) vite di Sara cento (riguardo all')anno e venti (riguardo all')anno e sette (riguardo all')anno; (gli) anni de(lle) vite di Sara». Si parla delle vite di Sara perché ebbe diversi tipi d'esistenza: nella città di Ur, nella terra di Canaan, in Egitto, come donna sterile, come madre della promessa, ecc. Ma la domanda è perché dividere la sua età in questo modo: cento, venti, sette? Il saggio interprete ebraico chiamato Rashi, uno dei più importanti commentatori della Bibbia, lo spiega così: all'età di 100 anni la sua anima era ancora pura come a 20 anni, e a 20 anni Sara era bella come una bambina di 7 anni.

Noi possiamo non pensare qui alla virtù della **giustizia**: mantenere l'anima giusta come quando uno è giovane e rimanere sempre bello davanti a Dio come lo siamo quando nasciamo. In conclusione la vita di Sara è una vita piena di fiducia e di amore, che supera gli ostacoli con prudenza e pazienza, con temperanza e sano realismo, con forza e giustizia.

Quando il *Consolato* diventa sostegno

Un'assistenza poco conosciuta ma fondamentale, il servizio di Assistenza Sociale del Consolato Generale d'Italia a Monaco di Baviera, al fianco dei connazionali per dare un aiuto concreto nei momenti più delicati. Oltre i documenti.

Molti connazionali conoscono il Consolato per i passaporti, le carte d'identità o le pratiche anagrafiche. Molti meno sanno che, accanto a questi servizi, esiste un intero settore dedicato all'assistenza sociale, spesso decisivo nei momenti più delicati della vita all'estero. In questo articolo vogliamo proprio far luce su questa parte, ancora poco conosciuta ma preziosa per chi vive in Baviera. *L'Ufficio Assistenza Sociale del Consolato Generale d'Italia a Monaco* riceve su appuntamento, da fissare via email (sociale.monacobav@esteri.it) o telefonicamente (089 4180030, ore 9-11).

Un aiuto concreto nelle pratiche quotidiane

L'Ufficio segue numerose procedure utili: certificazioni di esistenza in vita, autentiche, dichiarazioni sostitutive, nulla osta per l'introduzione di urne o salme in Italia, dichiarazioni per rimborsi sanitari, visti per conferma e attestazioni economiche. Alcune di queste possono essere svolte anche via posta, semplificando molto la vita dei cittadini.

Sussidi, prestiti e assistenza nei momenti difficili

Per chi vive una situazione di indigenza, il Consolato può erogare sussidi straordinari, previa presentazione della documentazione economica. Per chi è solo di passaggio e si trova improvvisamente in difficoltà, è possibile richiedere un prestito con promessa di restituzione, rimborsabile tramite Poste Italiane o presso gli Uffici consolari. Il Consolato offre anche supporto ai **detenuti italiani** in Baviera, mantenendo i contatti con le famiglie e fornendo informazioni legali, pur senza poter intervenire nei processi o coprire spese legali.

Rimpatrio delle salme: un sostegno nel dolore

Quando un decesso avviene all'estero, il Consolato aiuta i familiari ad avviare la procedura per ottenere dal Comune italiano il nulla osta al rimpatrio della salma.

In casi di comprovata indigenza, può contribuire alle spese funebri sostenute in loco. Un aiuto discreto ma fondamentale in un momento di grande fragilità.

Assistenza sanitaria e convenzioni

Grazie a convenzioni con ospedali e istituzioni locali, i cittadini italiani indigenti possono accedere a cure ambulatoriali, ricoveri e assistenza farmaceutica.

Esistono anche accordi specifici per connazionali anziani e non autosufficienti, che necessitano di assistenza continua.

Rimpatri sanitari ed economici

In situazioni particolarmente gravi – malattie non curabili in loco, minori abbandonati, anziani soli, connazionali espulsi o al termine della detenzione – la Farnesina può organizzare un rimpatrio sanitario o economico, spesso in collaborazione con Prefetture, Comuni e servizi sociali italiani.

I rimpatri a carico dello Stato sono riservati ai casi di indigenza; negli altri casi è previsto un prestito da restituire.

Protezione consolare e ricerche di connazionali

La protezione consolare comprende interventi in caso di incidenti, arresti, sottrazione internazionale di minori e ricerche di persone irreperibili. Il Consolato può visitare detenuti, informare le famiglie, facilitare i contatti con avvocati e, quando previsto da accordi



internazionali, seguire procedure di trasferimento in Italia. Per la sottrazione internazionale di minori, lo strumento principale è la Convenzione dell'Aja del 1980. Le ricerche di connazionali all'estero sono possibili solo nel rispetto delle norme sulla privacy: una volta rintracciata la persona, è necessario il suo consenso per comunicare informazioni ai richiedenti.

Un servizio che merita di essere conosciuto

Il servizio di assistenza sociale del Consolato Generale d'Italia a Monaco di Baviera è una presenza silenziosa ma essenziale. Conoscere questi servizi significa sapere che, anche lontano dall'Italia, esiste una rete pronta a sostenere i connazionali nei momenti più complessi della vita.

A SERVIZIO DEL MIGRANTE

L'Ufficio Assistenza Sociale del Consolato Generale d'Italia a Monaco

CONTATTI UTILI

Dal Lun. - Ven. ore 9 alle ore 11

E-mail: sociale.monacobav@esteri.it

Tel. 089 4180030

www.consmonacodibaviera.esteri.it

IMPORTANTE

Riceve solo per appuntamento, da concordare via e-mail o telefonicamente.

Intelligenza artificiale nella pratica clinica quotidiana: *decisore o strumento di supporto decisionale?*

Negli ultimi anni l'intelligenza artificiale (IA) ha acquisito un'importanza sempre maggiore e trova applicazione crescente nella pratica clinica quotidiana.

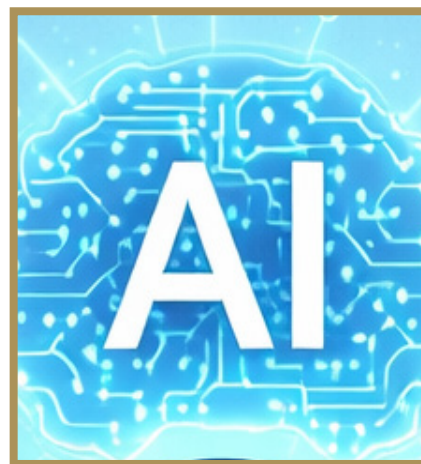
Salute e Benessere

Con il termine IA si intendono sistemi in grado di simulare i processi cognitivi umani e di ricavare schemi e modelli a partire da grandi quantità di dati. In questo specifico contesto, abbiamo due aspetti importanti da evidenziare: l'apprendimento automatico ovvero il *machine learning* e il *deep learning* che rivestono un ruolo centrale. L'IA, secondo **Stuart Russell** e **Peter Norvig**, due tra i più influenti ricercatori, autori ed educatori nel campo dell'Intelligenza Artificiale a livello mondiale, come noto, comprende tutte le tecniche che consentono ai computer di imitare il comportamento e l'intelligenza umana.

Eric Topol famoso cardiologo americano e sostenitore di una medicina personalizzata che utilizza l'analisi del genoma,

nuovi metodi digitali e biosensori, sottolinea che la combinazione di intelligenza umana e artificiale può dare origine a una “*medicina ad alte prestazioni*”, in grado di accelerare le diagnosi e migliorare le decisioni terapeutiche.

In medicina, l'IA viene utilizzata per rendere fruibili le quantità di dati in costante aumento provenienti dai diversi laboratori, la diagnostica per immagini e la documentazione dei pazienti. In particolare nel campo della diagnostica emerge chiaramente il potenziale dell'IA: metodiche di imaging come le radiografie o le famose risonanze magnetiche beneficiano di alcuni algoritmi capaci di riconoscere pattern difficilmente riconoscibili e identificabili dall'occhio umano. **McKinney** e colleghi hanno dimostrato in uno studio che



il sistema di IA sviluppato da Google Health per la rilevazione del carcinoma mammario forniva, in alcuni casi, risultati più accurati rispetto a quelli dei radiologi. Nella gestione del paziente, dispositivi indossabili e app sanitarie basati su IA supportano il monitoraggio continuo dei parametri vitali e consentono l'individuazione precoce di condizioni critiche, come l'infarto miocardico.



Nonostante le numerose opportunità, permangono tuttavia diverse sfide. La letteratura scientifica discute ampiamente la scarsa trasparenza dei processi decisionali (come la cosiddetta “problematica della black box”), le molteplici questioni etiche legate alla responsabilità e le preoccupazioni in materia di protezione dei dati.

Inoltre, non tutti i sistemi di IA sono ugualmente adatti all’uso clinico: mentre strumenti di uso generale come ChatGPT o Perplexity AI rappresentano supporti utili per una rapida acquisizione di informazioni, sistemi specializzati come OpenEvidence o Micromedex forniscono utili risultati basati

su evidenze scientifiche e clinicamente utilizzabili.

I vari sostenitori della medicina classica intesa come lo era una volta non apprezzano il valore aggiunto dei sistemi digitali oppure additano a tutti questi la mancanza della costruzione di un percorso che coinvolge due persone: **medico e paziente**.

La loro relazione, infatti, è decisiva per un vero percorso di cura che assuma e accompagni la persona e non solo alcuni sintomi o parametri. Al tempo stesso non si può non riconoscere alla digitalizzazione applicata alla medicina il progresso che questa ha prodotto nella ricerca degli ultimi 30 anni. Digitalizzazione in ogni caso non significa in

nessun modo eliminazione del rapporto medico-paziente nel percorso di cura.

In conclusione, si può affermare che di certo l’IA offre grandi opportunità a tutta la medicina odierna, ma non può sostituire in tutta la sua realtà l’essere umano. Essa supporta le diagnosi e le decisioni terapeutiche, che devono però essere sempre integrate dall’esperienza clinica, dalle competenze specialistiche, da una valutazione critica e dal confronto diretto col paziente.

Come dimostra quindi l’esempio della possibilità di pianificare una terapia personalizzata per il singolo paziente, una certa expertise medica e farmaceutica rimangono imprescindibili.

I dispositivi digitali nelle scuole

Un'indagine statistica fatta su una popolazione di studenti tra i 10 e i 20 anni, nella Scuola Europea di Monaco di Baviera, ci mostra dei risultati interessanti sull'uso dei dispositivi digitali

In questo articolo presentiamo i risultati di un questionario condotto tra gli studenti della Scuola Europea di Monaco di Baviera sul tema dell'uso dei dispositivi digitali a scuola. L'indagine analizza le diverse opinioni degli studenti riguardo all'introduzione, all'utilità effettiva e all'impatto di questi strumenti sul rendimento scolastico.

Vengono inoltre affrontati aspetti legati alla vita quotidiana e al cyberbullismo.

Questa ricerca del tutto privata mira a dare uno sguardo sulla tendenza dei giovani nell'uso del mondo digitale tra i 10 e 20 anni. I dati raccolti sono usati come sondaggio privato a motivo conoscitivo e non statistico.

Per capire meglio quale fosse l'opinione dei giovani riguardo ai mezzi digitali, in collaborazione con la rivista della Scuola Europea di Monaco (ESM) abbiamo preparato un questionario che è stato inviato a tutti gli studenti. La prima domanda chiedeva agli studenti da quale anno dovrebbero essere utilizzati i dispositivi elettronici privati come strumenti durante le lezioni. Attualmente, all'ESM tali dispositivi vengono

usati a partire dalla terza superiore. Mentre quasi la metà degli studenti del primo anno avrebbe voluto che l'età di introduzione fosse anticipata alla prima media, e solo l'8% pensava che non fossero utili per l'insegnamento, gli studenti degli anni più avanzati avevano infatti un'opinione molto diversa: un quinto riteneva che non dovessero mai essere usati a scuola e quasi due terzi pensavano che dovessero essere implementati dalla terza superiore o più tardi. Si può quindi osservare che l'opinione degli studenti riguardo ai dispositivi privati a scuola cala drasticamente nel momento in cui iniziano a utilizzarli.

Per quanto riguarda l'influenza sullo studio, il 13% ha dichiarato che l'utilizzo nella scuola dei dispositivi digitali ha peggiorato il loro vero rendimento; tuttavia, in media prevale l'idea che i dispositivi abbiano, seppur di poco, migliorato il rendimento scolastico. Il 54% degli studenti (64% tra quelli dell'ultimo anno e 30% tra quelli del primo anno) pensa che i dispositivi dovrebbero essere utilizzati tanto quanto lo sono ora o addirittura di meno. Si nota ancora una volta che gli

studenti più grandi credono meno nell'utilità dei dispositivi.

Alla domanda su quale aspetto della vita quotidiana fosse stato maggiormente migliorato dai dispositivi digitali, la maggior parte degli studenti ha risposto lo studio: in particolare sono stati menzionati i modelli di intelligenza artificiale e le piattaforme di video esplicative. Inoltre, alcuni trovano molto comoda la possibilità di prendere appunti in formato digitale, rendendo lo zaino più leggero. Infine, per altri l'aspetto della ricerca è molto importante: grazie a Internet, infatti, riescono ad accedere facilmente a moltissime informazioni.

Un terzo degli studenti si è sentito sopraffatto durante l'uso dei dispositivi digitali, soprattutto perché all'inizio non era molto esperto nel loro utilizzo.

Infine, le ultime domande del questionario trattavano il tema del cyberbullismo. Mentre l'84% dei partecipanti ha dichiarato di non averlo mai visto, un decimo ha affermato di avervi assistito senza esserne vittima e solo l'1% ha dichiarato di aver vissuto episodi di cyberbullismo su larga scala.

LA RICETTA DI CONTATTO



LA TORTA DI MELE



Ingredienti per 4 persone

<i>Farina (integrale o di farro)</i>	<i>g 270</i>
<i>Zucchero (integrale)</i>	<i>g 110</i>
<i>Burro</i>	<i>g 100</i>
<i>3 Uova</i>	
<i>2 Mele</i>	
<i>1 Bustina di lievito</i>	
<i>1 Bicchiere di latte</i>	
<i>1 Fialetta di rhum (si può anche evitare e sostituire con un po' più di latte)</i>	
<i>1 Una tortiera imburrata e spolverata di pane grattugiato oppure rivestita di carta da forno</i>	
<i>1 Un pizzico di sale</i>	
<i>Forno prescaldato a 180° gradi per 40/45 minuti.</i>	

Procedimento

Dividere i rossi d'uovo dai bianchi, aggiungere ai rossi il burro a temperatura ambiente, lo zucchero e mescolare con energia; lentamente versare la farina, il latte, il lievito e il rhum. A parte montare a neve gli albumi con il sale e poi unirli con l'altro impasto mescolando lentamente dal basso verso l'alto fino a che siano amalgamati e versare il tutto in una tortiera. Pelare le mele, togliere il torsolo e tagliarle a fette sottili infine conficcarle in verticale e in modo circolare nell'impasto.

Ricetta tratta da "Taccuino di ricette - cucinare bene, cucinare informati."



*La torta di mele per chi soffre di **diabete***

*Il diabete, considerato anche una forma di “**Epidemia del terzo millennio**” si sta sviluppando principalmente nei paesi più evoluti, con stili di vita sedentari e nutrizione paradossalmente meno sana. La ricetta di Contatto si ispira ai dolci per diabetici.*

Purtroppo, ancora oggi, le conseguenze del diabete vengono spesso sottovalutate, e oltre all'uso di medicinali, non si dà adeguata importanza ad uno stile di vita più sano con una dieta equilibrata e regolare attività fisica.

In breve, “il **diabete mellito** è una malattia cronica caratterizzata dall'incapacità del nostro organismo di utilizzare al meglio uno dei suoi principali combustibili, il glucosio. Ogni cellula del corpo umano ha bisogno di utilizzare glucosio correttamente. Il glucosio entra nelle cellule grazie ad un ormone prodotto dal pancreas, che si chiama insulina. Se il pancreas non produce una quantità sufficiente di insulina oppure le cellule non riescono a rispondere ai messaggi portati dall'ormone, i livelli di glucosio nel sangue aumentano. Questo è quello che succede alle persone con diabete.”*

Per le persone diabetiche è essenziale una alimentazione sana e ben calibrata, necessaria per tenere sotto controllo il livello degli zuccheri nel sangue. Altresì inderogabile è il raggiungere e mantenere il peso corporeo ideale, tenere controllata l'assunzione giornaliera di calorie e praticare regolarmente attività fisica e sport.

La principale attenzione va rivolta alla riduzione della quantità di zuccheri assunti giornalmente, evitando dolci e dolciumi, carboidrati soprattutto quelli semplici, ovvero prodotti a base di farine bianche, evitare o limitare il consumo di frutta ad alto contenuto di zuccheri quali i cachi, i fichi, le banane, l'uva, la frutta secca, non bere bevande dolcificate tipo coca-cola, aranciate ecc. e succhi di frutta, ridurre drasticamente le bevande alcoliche e i superalcolici, inserendo nella propria dieta quotidiana cibi più ricchi di fibre (prodotti integrali), verdure, proteine ed infine evitare i grassi soprattutto se animali. L'importante è però sapere che una alimentazione per diabetici non deve essere restrittiva e nemmeno troppo complessa. A tale proposito vi propongo quest'anno una serie di ricette di “**dolci per diabetici**”, anche se questo potrebbe sembrare un paradosso.

Fonti: *<https://www.centromedicoviola.it/diabete-epidemia-del-terzo-millennio/>

ARTE E CULTURA



IMMAGINE DELL'ALTARE ALL'INTERNO DELLA STANZA DOVE HA VISSUTO SAN FRANCESCO

*“E Monna Pica,
sua mamma, ai
vicini diceva:
che sia mai
Francesco, se non
un grande figliolo
di Dio per sua
grazia...”*

*San Francesco nasce ad Assisi il giorno
3 Ottobre 1226 col nome di Giovanni di Pietro
di Bernardo. La sua famiglia era benestante, il
padre di nome Pietro Bernardone dei Moriconi
era commerciante di stoffe. Visse in casa
paterna per ventiquattro anni tra feste e sogni
di gloria per poi intraprendere un cammino di
conversione.*

*“Dio mi chiamava a
riparare la Sua casa
in me e poi quella di
Suo Figlio... era meglio
obbedire a Dio, che a
mio padre Pietro...”*

Casa natale di San Francesco in Assisi, *la Chiesa Nuova*

*Nel cuore di Assisi, alle radici della vocazione di San Francesco,
tra storia, arte e spiritualità.*

Il nome originale del Poverello di Assisi era Giovanni, nome dato dal padre alla nascita, ma dopo un viaggio di lavoro in Francia iniziò a chiamare il figliolo Francesco.

Francesco era molto intelligente e cresciuto cominciò ad aiutare il padre nel commercio di stoffe. Fino al giorno della sua conversione era un giovane gioioso che amava le feste ed i divertimenti. La casa natale di Francesco dove visse per circa 24 anni viene collocata ad Assisi nel luogo in cui oggi sorge la “Chiesa Nuova”.

Questa venne eretta nel 1615 a cura dei Frati Minori con l'aiuto generoso di Filippo III, Re di Spagna. La tradizione vuole che la camera di San Francesco fosse esattamente dove oggi si trova l'altare maggiore della chiesa.

Ancora oggi si può visitare la cella dove il padre Pietro di Bernardo rinchiuse il figliolo Giovanni (San Francesco), dopo che lui era fuggito a Foligno per vendere le stoffe paterne e con il cui ricavato contribuì al restauro della chiesa di San Damiano. Fu la madre a rompere le catene per farlo scappare: aveva infatti capito che Francesco non era pazzo ma solo innamorato di valori più autentici dell'egoistica ricchezza proposta dal padre.



CELLA DOVE FU RINCHIUSO SAN FRANCESCO DAL PADRE

INTERNO DELLA CASA DI FAMIGLIA DI SAN FRANCESCO



Si può visitare anche il “Fondaco”, che era il negozio di stoffe del padre, dove Giovanni (San Francesco) aiutava il padre che gli insegnava il mestiere.

Le finestre del Fondaco oggi sono arricchite di vetrate policrome realizzate nel 1975 dal frate minore, Padre Alberto. Sovrasta l'altare della cappellina votiva un bel bassorilievo in terracotta di autore non ben identificato. Antistante la Chiesa Nuova vi è una piccola piazzetta dove sono collocate ai lati 2 statue recenti dello scultore R. Joppolo, realizzate nel 1984, raffiguranti i genitori di San Francesco. Ogni anno, nella seconda domenica di settembre, si festeggia in loro ricordo la festa della Famiglia di San Francesco.

Nel convento attiguo alla Chiesa Nuova si trova una biblioteca in cui sono conservati importanti documenti e manoscritti originali di San Francesco.

Segnaliamo il sito ufficiale dei francescani di Assisi per le visite e gli orari di apertura della Chiesa Nuova, del Fondaco e della Biblioteca: www.assisiolfm.it

LA VOCE DEI GRUPPI

Festa della Pace **C'è Spazio per Te**

La festa della Pace organizzata dai ragazzi dell'ACR ha riscosso un grande interesse. Un musical per esprimere il desiderio di portare la pace nella vita



Anche questa edizione dello Spettacolo per la Pace, che si è tenuta sabato 7 febbraio 2026 al teatro del Luise Kulturzentrum, è stata un successo di pubblico, di ragazzi e soprattutto di Pace.

I ragazzi e i giovanissimi dell'Azione Cattolica hanno regalato alle tante famiglie presenti in sala e ai nostri sacerdoti Gabriele, Epheng, Arek, seduti in prima fila, un pomeriggio unico grazie a un programma ricco e variegato e hanno dato un piccolo contributo alla pace. Lo spettacolo è iniziato con il recital **"C'è Spazio per Te"**, con la partecipazione della VFG Band, canti, balli e recitazione, tutto rigorosamente dal vivo. I musicisti della band – Edoardo alle percussioni, Marta al flauto traverso, Sara al basso e Sofia alla tastiera – sono stati impeccabili, così come le voci di Ada, Arianna, Beatrice, Chiara F., Chiara L. e Marina. Ventuno tra ragazze e ragazzi hanno ballato seguendo le coreografie di Emma e Marta. Oltre ai protagonisti, Mario e Julia, sul palco c'erano altri 18 ragazzi/e tra attori e comparse. Il recital ha mostrato che Dio è sempre pronto ad accoglierci e che nella Chiesa c'è spazio per tutti e sempre, anche

quando facciamo fatica a vivere pienamente il Vangelo.

Terminata la prima parte, nel foyer è stato allestito un bar per offrire la possibilità di rifocillarsi. Alberto, Clara, Daniele, Federico, Francesca e Silvana hanno distribuito bevande, dolci e degli stuzzichini preparati dai genitori, e il ricavato è stato devoluto in beneficenza.

La seconda parte, presentata da Sara e Sofia, è iniziata con la testimonianza di Nadia e Ferdinand Pfützner, una coppia che ha fondato, insieme ad altri amici, l'associazione **Uganda-Hilfe Nordendorf** per aiutare i ragazzi del posto a costruirsi un futuro dignitoso nella propria terra. Il messaggio è stato chiaro: non solo soldi, ma formazione per grandi e piccoli, tecniche per la creazione di pozzi d'acqua e strumenti per migliorare le condizioni di vita della popolazione locale.

È stata poi la volta della band **"Thunderbones & Sugar"**, con Corrado alla chitarra, Lorenzo alla tastiera, Edoardo alla batteria, Adriano al sassofono e Vincenzo al basso e alla voce: uno spettacolo incredibile sulle note di brani iconici.

È quindi iniziata una serie di esibizioni



Festa della Pace **C'è Spazio per Te**



preparate dai singoli ragazzi: il mimo di Giovanni ed Emanuele; le canzoni di Gaia e del trio Francesco, Pietro e Vincenzo; un brano musicale con Lucio alla batteria e Leonardo alla tastiera; le barzellette di Iris, Mathias, David e Gabriel per ridere a crepapelle; il pezzo al pianoforte di Ester e quello al clarinetto di Marina; il balletto di Giulia, Eliana e Maria Matilde. Durante lo spettacolo, Sara, Aurora e Sofia hanno raccolto le offerte tra il pubblico e distribuito ai presenti un messaggio di pace preparato dai ragazzi. Silvio e Adriano si sono occupati delle luci, Claude delle riprese video, mentre Rachel, Sofia, Naomi e Celia hanno aiutato dietro le quinte. Al termine dello spettacolo genitori e ragazzi hanno partecipato alla Santa Messa delle ore 17 presso la chiesa di St. Andreas. Il ricavato dello spettacolo, frutto dell'impegno e del talento dei ragazzi e dei giovanissimi, è stato destinato a tre progetti di formazione e socializzazione: il sostegno all'iniziativa di Nadia e Ferdinand in Uganda, un progetto in Terra Santa tramite l'Azione Cattolica Italiana e un contributo per permettere a tutti di partecipare al camposcuola. Lo spettacolo, nel



nome della pace da costruire nel quotidiano, è stato possibile anche grazie alla collaborazione degli educatori ACR, di Antonio, Dario, Emanuela e Vincenzo che hanno diretto musicalmente i ragazzi impegnati nel recital, e di Davide e delle persone che hanno aiutato a preparare e riordinare la sala del teatro.

In Missione, di sabato pomeriggio, si riuniscono gruppi di Ragazzi e Giovanissimi di Azione Cattolica (8-18 anni) non solo per la preparazione alla prima comunione o alla cresima, ma soprattutto per seguire un cammino basato su tante attività e per vivere insieme la gioia del Vangelo. Vieni e vedi che

“C'è Spazio per Te!”



I QUATTRO SIMBOLI PASQUALI



OLTRE AI TANTO FAMOSI E BEN AMATI CONIGLIETTI PASQUALI DI CIOCCOLATA, LA PASQUA CRISTIANA VIENE RAPPRESENTATA CON DIVERSI SIMBOLI LEGATI ALLA TRADIZIONE, PER SPIEGARE IL SIGNIFICATO DELLA RISURREZIONE DI GESÙ.

IL CERO PASQUALE



UNO DEI SIMBOLI PRINCIPALI. RAPPRESENTA CRISTO RISORTO, LUCE DEL MONDO, CHE VINCE LE TENEBRE DELLA MORTE.

L'AGNELLO PASQUALE



SIMBOLEGGIA GESÙ, INNOCENTE, CHE DONA LA SUA VITA PER LA SALVEZZA DELL'UMANITÀ PER RICEVERE LA VITA ETERNA.

L'UOVO

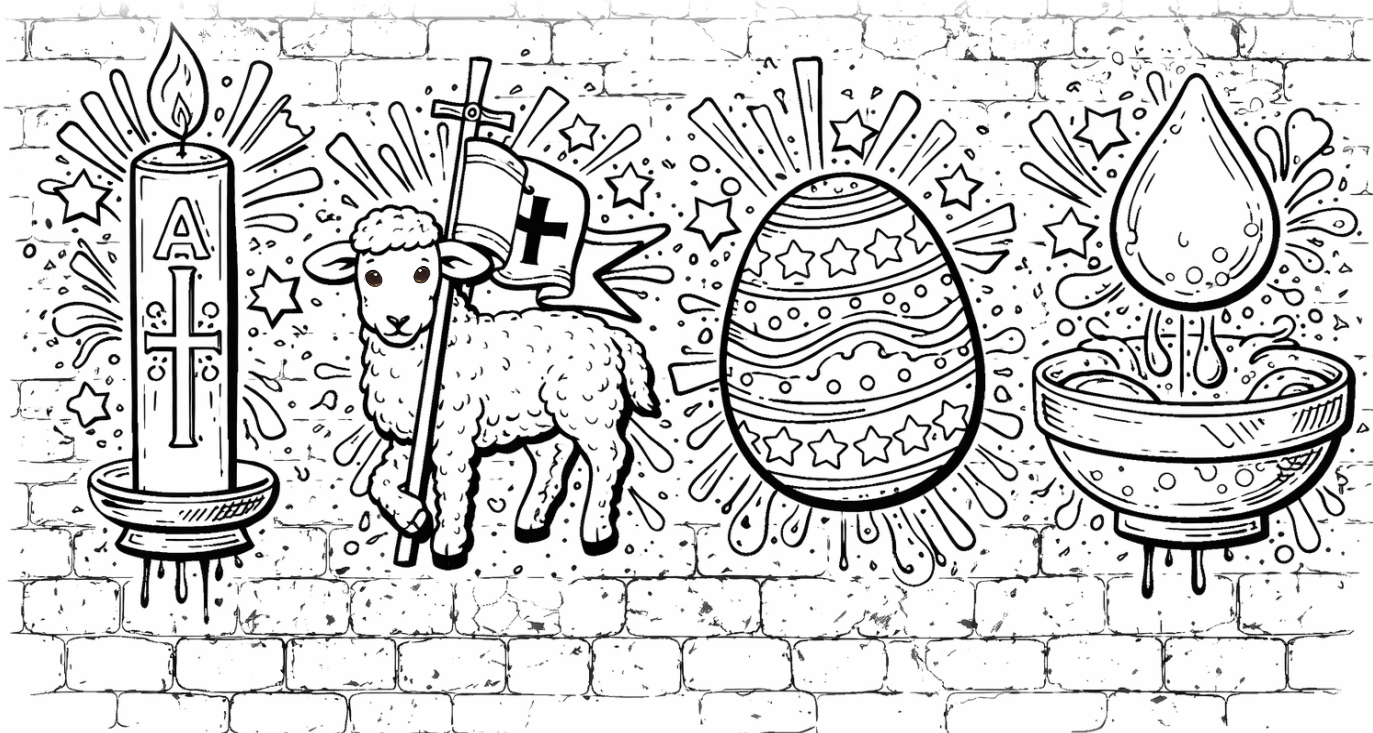


SEGNO DI VITA NUOVA E DI RINASCITA, PERCHÉ DA UN GUSCIO CHIUSO NASCE UNA NUOVA VITA.

L'ACQUA



RAPPRESENTA LA PURIFICAZIONE E IL BATTESIMO, ATTRAVERSO IL QUALE I CRISTIANI PARTECIPANO ALLA VITA NUOVA DI CRISTO.



PREGO *COLORANDO*



Dai piccoli gesti nasce una grande solidarietà: *condividere per crescere insieme*

Ogni mese i bambini della comunità italiana del gruppo Fanciulli, si ritrovano regolarmente per vivere un'esperienza importante di incontro, dialogo e crescita.

Questi appuntamenti non sono solo momenti di gioco, ma vere occasioni per aprire il cuore al mondo e imparare cosa significa vivere da “piccoli cristiani e volersi bene”. Da ottobre a dicembre, attraverso racconti, immagini e canti, i bambini hanno conosciuto realtà diverse dalla propria, hanno imparato che esiste un mondo e che tutti siamo legati tra noi.

Hanno preso coscienza che ci sono bambini meno fortunati di loro, che vivono in condizioni di guerra e difficoltà, che non hanno cibo, vestiti e, ancor meno, giocattoli. Hanno cominciato a imparare due parole importanti: solidarietà e mondialità.

Due figure ci hanno accompagnato in questi mesi: San Martino e San Nikolaus, esempi vivi e attuali di generosità e attenzione verso chi è nel bisogno. Sull'esempio di San Martino, che divide il suo mantello con un povero, è stato suggerito loro di portare un proprio giocattolo, non un oggetto nuovo, ma qualcosa di importante per loro, da donare con il cuore. Dare qualcosa di proprio non è facile, ma è questo gesto che assume un valore profondo: è un segno concreto di attenzione e di amore verso altri bambini che non hanno le stesse possibilità. Così, coinvolgendo anche i loro genitori, tutti insieme abbiamo preparato dei grandi



pacchi. I bambini li hanno abbelliti con i loro variegati disegni, immaginando la gioia di chi li riceverà, e imparando che la felicità cresce se viene condivisa. Questi pacchi sono stati consegnati alla comunità di lingua spagnola per

raggiungere i bambini più poveri dell'America Latina presenti a Monaco.

La figura di San Nikolaus, con la sua generosità verso i più piccoli, ci ha aiutato a comprendere che “chi dona riceve”.

Anche i bambini, infatti, hanno ricevuto dei doni concreti durante un momento di festa in vista del Natale, e... con l'arrivo di San Nikolaus! La condivisione, allora, non è solo un gesto del passato, ma diventa impegno concreto anche nell'oggi. In un mondo spesso segnato da divisioni e disuguaglianze, questi incontri mensili mostrano come cambiare i cuori e vedere con occhi diversi sia possibile. Nei gesti semplici dei bambini – un giocattolo donato – si nasconde una grande lezione per tutti: guardare oltre il proprio orizzonte e accorgersi dell'altro.

È così che la carità diventa concreta, fatta di volti, storie e speranze condivise. Educare i bambini a questo sguardo aperto significa seminare oggi un futuro più giusto, dove nessuno si senta solo e ogni dono diventi un ponte tra cuori lontani.

La Festa del Perdono: *incontro con la misericordia di Dio*

La Festa del Perdono è un'iniziativa prevista dal percorso di preparazione ai sacramenti, per riscoprire il valore dell'incontro personale con il Signore.

La Festa del Perdono è stata una giornata di riflessione, preghiera e riconciliazione, sia per i bambini della Prima Comunione che per i giovani della Cresima, attraverso la meditazione di alcuni brani del Vangelo e nell'esperienza personale e intima del sacramento della

Riconciliazione, ovvero la confessione.

I ragazzi in preparazione alla Comunione hanno risposto con entusiasmo partendo dal tema: «*Rallegrati, il Signore è con te!*» (Lc 1,26-38), le parole dell'Angelo a Maria, invito ad ascoltare il Signore, ad accogliere la sua chiamata e a fidarsi della sua presenza nella vita quotidiana. Il gruppo della Cresima ha invece riflettuto sulla Prima Lettera di San Pietro (1 Pt 2,4-5), sottolineando la parola “*pietra viva*”, uno spunto ad avvicinarsi a Cristo per costruire insieme la sua Chiesa. Un messaggio che fa comprendere quanto ognuno di noi sia importante all'interno della vita comunitaria e dell'intera Chiesa. Uno dei momenti centrali della giornata è stato il sacramento della Riconciliazione, segno concreto della misericordia di Dio. Ovviamente, per i ragazzi della Prima Comunione, questo momento ha coinciso con la prima confessione, tappa fondamentale del loro percorso di fede e primo incontro consapevole con l'amore misericordioso di Dio. La giornata, iniziata



alle ore 10:00 e aperta dagli educatori Michela e Julio, Domenico ed Elena, Barbara e Dario, è stata vissuta da tutti in modo sereno e familiare. Il rito penitenziale, guidato da P. Epheng, è stato preceduto da un momento di ascolto della Parola di Dio, di

silenzio e di riflessione personale. In seguito, grazie alla disponibilità di P. Arek, P. Gabriele e, come detto, di P. Epheng, tutti hanno potuto accostarsi al sacramento della Riconciliazione, vivendo il valore del perdono come elemento essenziale della vita cristiana. Infine, con la celebrazione della Messa alle ore 17:00, si è vissuto un momento comunitario e di fede condivisa con i genitori e i ragazzi. Attraverso la Festa del Perdono, l'esperienza della prima confessione, come la riscoperta della stessa, è stata un'occasione per rientrare in dialogo con Dio e con sé stessi, centrando il proprio sguardo interiore non tanto su quanto siamo bravi o su quanto abbiamo mancato, ma su quanto ci fidiamo e affidiamo all'amore di Dio.

La Missione Cattolica Italiana offre durante la settimana e nei momenti richiesti di potersi confessare su appuntamento o negli orari di ufficio. Consigliamo di telefonare, i nostri sacerdoti saranno ben disposti e pronti ad accogliervi.

29.03.2026 *Domenica delle Palme*

S. MESSE DOMENICALI IN LINGUA ITALIANA

ore **11:30** a St. Andreas Kirche (Poccistraße U3/U6)

ore **12:00** a St. Michael (U2 Josephsburg)

ore **18:00** nella Bürgersaal-Kirche (Fußgängerzone)

02.04.2026 *Giovedì Santo*

**CELEBRAZIONE EUCARISTICA E
BENEDIZIONE DEI PANI**

ore **18:00** nella Krypta della Bürgersaal-Kirche
(Neuhauser Str. 14)

03.04.2026 *Venerdì Santo*

CELEBRAZIONE DELLA VIA CRUCIS

ore **10:00** Kreuzweg der Völker da St. Michael (Fußgängerzone)

ore **17:30** Confessioni nella Chiesa di St. Andreas

ore **18:00** Passione e Adorazione della Croce a St. Andreas.

04.04.2026 *Sabato Santo*

VEGLIA DI RESURREZIONE

ore **21:00** a St. Andreas Kirche (Poccistraße U3/U6)

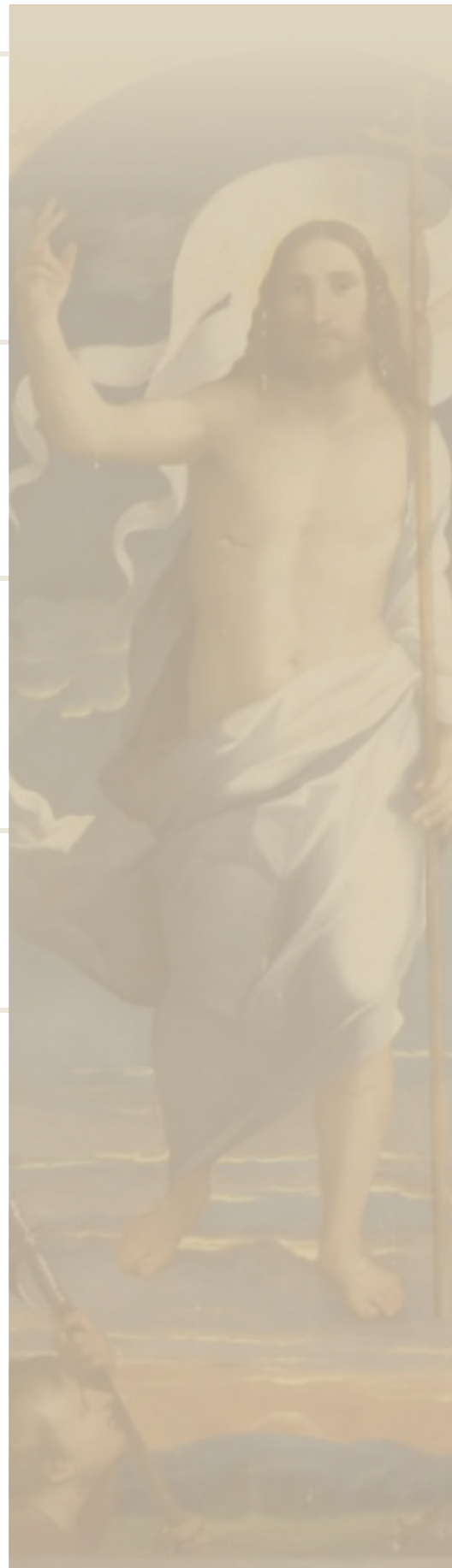
05.04.2026 *Domenica di Pasqua*

S. MESSE IN LINGUA ITALIANA

COME LA DOMENICA DELLE PALME

Nelle chiese St. Andreas, St. Michael e Bürgersaal

Dalla **Domenica delle Palme** ci uniamo a Gesù che fa il suo ingresso a Gerusalemme, accolto con rami di palma e di ulivo. Il **Giovedì Santo** celebriamo il memoriale dell'Ultima Cena, istituzione dell'Eucaristia e del Sacerdozio. Nel **Venerdì Santo** entriamo nel cuore della Passione di Cristo. La Comunità celebra, il **Sabato Santo**, la **Veglia Pasquale** e l'**Annuncio della Risurrezione** ed, infine, la **Domenica di Pasqua** concludiamo la Settimana Santa con la festa della **Risurrezione di Cristo** che ha vinto la morte.



GRUPPI PER BAMBINI E GIOVANI

FANCIULLI | 3 - 7 ANNI

Si incontra un sabato al mese dalle ore 10:30 alle 12:30 nei locali della Missione.

Contatto: Sr. Giovanna Bignone

Tel. 089 2137 74211

Email: gbignone@eomuc.de

ACRagazzi | 7 - 14 ANNI

Suddiviso in 4 gruppi, si incontrano sabato pomeriggio dalle ore 14:30 alle 17:00.

Contatto: Barbara Fradeani e Domenico Vasile

Email: monacoacr@gmail.com

ACGiovannissimi | 15 - 18 ANNI

Si riunisce il sabato alle ore 14:30.

Contatto: Barbara Fradeani

Email: azionecattolicamonaco@gmail.com

GIOVANI | 18 - 35 ANNI

Si incontra ogni giovedì alle 19:00.

Contatto: Leonardo Bersigotti

Tel. 0039 3282227424

CORO | DAI 18 ANNI

Si incontra il giovedì sera dalle ore 19:00 in poi.

Contatto: Andrea Orta

Tel. 015175043208

GRUPPI PER ADULTI

ACAdulti | ADULTI

Si riunisce un sabato al mese alle ore 18:30.

Al termine dell'incontro, cena conviviale.

Contatto: Paolo Brusegan

Email: azionecattolicaadulti.monaco@gmail.com

GRUPPO | SPOSI

Si incontra una domenica al mese. Dopo la S. Messa pranzo, riflessione comunitaria e preghiera.

Contatto: Michele Orlando

Email: mik.orlando@gmail.com

Tel. 0170 7049614

Contatto: Davide Canavesi

Tel. 01525 9860207

GRUPPO | GIOVANI COPPIE

Si incontra un venerdì al mese dalle ore 18:30.

Contatto: Sr. Giovanna Bignone

Tel. 089 2137 74211

Email: gbignone@eomuc.de

GRUPPO | RINNOVAMENTO NELLO

SPIRITO SANTO (RnS)

Si incontra ogni martedì alle ore 19:00.

Contatto: Daniele Marconi

Email: rnsmonaco@gmail.com

GRUPPO | SAN PADRE PIO

Si incontra il primo e il terzo mercoledì del mese alle ore 17:00, termina con la S. Messa alle 18:30.

Contatto: Walter Graziano Fasson

Tel. 089 3108584

GRUPPO | TERZA ETÀ

Si incontra il secondo e il quarto mercoledì del mese dalle ore 14:30 alle ore 17:00.

Contatto: Sr. Maria Foti

Tel. 089 2137 74207

Email: mfoti@eomuc.de

FORMAZIONE E PREPARAZIONE

SACRAMENTO | BATTESIMO

Contatto: P. Gabriele Parolin

Tel. 089 2137 74200

SACRAMENTO | EUCARESTIA

Il gruppo ACRagazzi si occupa della preparazione della Prima Comunione.

SACRAMENTO | CRESIMA

Corso di preparazione alla Cresima.

Contatto: Dr. Manuel Caballero González

Tel. 089 2137 74208

Email: mcaballerogonzalez@eomuc.de

SACRAMENTO | MATRIMONIO

Corso per fidanzati in preparazione al matrimonio.

Contatto: P. Gabriele Parolin

Tel. 089 2137 74200

ISCRIVITI ALLA NOSTRA NEWSLETTER



*Riceverai ogni mese per e-mail
tutte le informazioni della
Missione Cattolica Italiana di
Monaco di Baviera*

Auguri di buona PASQUA

SOSTIENI CONTATTO

Se vuoi ricevere la rivista **CONTATTO** a casa sostienici con un'offerta e non dimenticarti di inviarci l'indirizzo di spedizione per Email: italienische-gemeinde.muenchen@eomuc.de

Coordinate bancarie - Bankverbindung

Erzd.-München-Freising (EMF)

Ital. Kath. Gem. München (IKM Lindwurmstraße 143, München)

Liga Bank EG München

IBAN: DE28 7509 0300 0002 208601

(Konto-Nr.: 2208601 BLZ: 75090300)

BIC (Swiftcode): GENODEF1M05

Verwendungszweck: SPENDE MISSIONE CATTOLICA ITALIANA

ATTENZIONE

Se siete abbonati e avete cambiato indirizzo, vi preghiamo di farci avere per Email o telefonicamente il vostro indirizzo corretto.

CONTATTO
Rivista trimestrale della
Missione Cattolica Italiana
di Monaco di Baviera

