

---

## Germania: “7 settimane più facili”, proposte per la Quaresima in famiglia

La campagna quaresimale 2022 del Gruppo di lavoro per l'educazione familiare cattolica (Akf) è stata presentata ieri a Bonn. Si intitola "7 settimane più facili" e prevede 7 lettere, una per settimana quaresimale, per incoraggiare le coppie e le famiglie con bambini in età scolare a vivere consapevolmente il tempo tra il mercoledì delle Ceneri e Pasqua, modellando le proprie attività in uno spirito evangelico. Le lettere offrono una varietà di suggerimenti di vari tipi di digiuno e danno idee da provare insieme oltre a spunti meditativi. Inoltre sono disponibili testi di accompagnamento, modelli di assemblee comunitarie e familiari. Dopo la registrazione, i partecipanti riceveranno gratuitamente una lettera settimanale secondo le modalità che avranno scelto: per posta, per e-mail o sul proprio cellulare. Il presidente della Commissione per il matrimonio e la famiglia della Conferenza episcopale tedesca, l'arcivescovo di Berlino, mons. Heiner Koch, ha sottolineato la positività dell'offerta: "Soprattutto in tempo di pandemia, la Quaresima offre buone opportunità per vivere e riflettere insieme sulla propria fede. Se molto viene perso a causa della mancanza di tempo e delle scadenze ravvicinate, la Quaresima è un periodo che offre pause che dovremmo usare. Invito tutte le coppie e le famiglie a usare la Quaresima in modo così positivo". Con le campagne e i sette diversi temi settimanali, l'Akf vorrebbe incoraggiare le coppie e le famiglie a valorizzare la Quaresima per se stesse e in modo vicendevole. "Le famiglie spesso affrontano sfide speciali nella loro vita quotidiana, non ultimo a causa della pandemia - afferma Franziska Feil, consulente presso l'Akf -. Con le lettere di digiuno settimanali, invitiamo le coppie e le famiglie a guardare e percepire la loro vita familiare e il loro partenariato da una prospettiva diversa". Dal 4 marzo 2022, il contenuto sarà disponibile settimanalmente sui siti dedicati dalla Akf.

Massimo Lavena