



PENSIERO

della settimana

A un certo punto della vita, l'uomo trova la verità stando fermo, meditando, più che rincorrendo il mondo

Luigi Barzini

FOGLIO SETTIMANALE n. 195

Domenica 22 Agosto 2004

La pagina del VANGELO

SFORZATEVI DI ENTRARE PER LA PORTA STRETTA PERCHÉ MOLTI CERCHERANNO DI ENTRARVI MA NON VI RIUSCIRANNO

VANGELO DI LUCA

GITA IN VAL D'AOSTA...

Si parte Venerdì sera: ti sei iscritto?

IL CIBO FA PROBLEMA *Bulimia e anoressia*

DECALOGO PER I GENITORI

1. Ricordatevi che l'ANORESSIA è un disturbo caratterizzato dalla tendenza a ridurre progressivamente il cibo per paura di ingrassare. L'anoressia si trasforma nel contrario, la BULIMIA, ovvero abbuffate seguite da vomito.
2. Migliorate la comunicazione con i figli.
3. Ricordatevi che il problema non si risolve nel disturbo alimentare, ma ha valenze psicologiche.
4. Non litigate a tavola.
5. Non chiedete ai figli di mangiare o non mangiare per farvi felici.
6. Non chiedete il resoconto giornaliero di quello che hanno mangiato.
7. Non controllate il loro peso.
8. Non polarizzate l'attenzione sul figlio malato, soprattutto se ne avete altri.
9. Invitateli a sedersi a tavola con voi anche se rinunciano al pasto.
10. Dite loro cosa avete intenzione di cucinare: potrebbero desiderare qualcosa di diverso.

IL CIBO FA PROBLEMA

Bulimia e anoressia

Iniziamo a trattare un tema che ci vedrà impegnati perché tocca un numero sempre più alto di persone anche ad Alberobello e non va trascurato

Più che adolescenti, bambine. Piccole, anche piccolissime. E' l'inquietante fenomeno che viene registrato dall'Osservatorio dell'Alba: cresce il numero delle bambine tra gli otto e i dieci anni che iniziano ad avere problemi con il cibo. Secondo una recente indagine su un campione di mille alunni delle elementari, è emerso che **un terzo delle bambine ha pensato di mettersi 'a dieta' e qualcuna ha anche provato a 'vomitare per dimagrire' oppure a digiunare.** L'indagine è stata condotta dalla Società italiana studi sul comportamento alimentare. Sui mille intervistati **ben 328 vorrebbero dimagrire** e sono **soprattutto femmine**: il 31 per cento di loro sostiene di sentirsi grassa. Nel caso di bambini di tre-quattro anni, sono le madri a essere sottoposte a terapia, mentre per i più grandicelli bisogna modificare le abitudini famigliari: spesso i pasti veloci e lo stress che si percepiscono a tavola contribuiscono a offrire una percezione ansiosa del cibo. Anche i modelli culturali che piacciono tanto alle giovani madri ('magro è bello') vengono riproposti ai bambini che già prima dell'adolescenza possono manifestare vistosi disturbi alimentari.

Dall'omelia...SPUNTI

- Spesso abbiamo presentato **un cristianesimo scontato sul prezzo originario**, per allettare i clienti. La porta è stretta.
- Se la fede riduce, ammorbidisce, concede agevolazioni, **tradisce Cristo e il Vangelo**, anche se rinfoltisce le file.
- Il Vangelo è sì **una scelta semplice**, ma è sempre la scelta *del più difficile*, senza transazioni e patteggiamenti.
- Si tratta comunque di **essere sale della terra**, non zucchero!

AVVISI PER TUTTI I GIOVANI

- **Giovedì 26 sera** alle ore 21 **Messa di Ringraziamento** insieme con Lorenzo e Fenisia. Poi festa insieme...
- **Entro Domenica** tutti Biennio, Triennio e Grandi devono aver consegnato il **Foglio con le preferenze** di servizio per il prossimo anno. Ritirate il Foglio!