



SJAF e-Magazine

SJA FOUNDATION

Centru Antida

51, Tarxien Road

Tarxien TXN1090

Reception Desk Tel. 27672367; 21808981; 21809011

Email: miriam.sjaf@gmail.com

a monthly e- magazine – Issue No.39, Novembru 2010

DEJEM TIKBER U TITGHALLEM

minn Tony u Emma Pulis (Servizz Edukazzjoni Nanniet)

Aħna nanniet li nieħdu ħsieb 6 neputijiet. Risponsabbiltà kbira li tqanqlek, torbtok u tagħtik ħafna ferħ. Huwa ta' pjaċir u sodisfazzjoni kbir għalina li naħdmu fil-qasam ta' edukazzjoni mhux formali mmirata lejn nanniet oħra li jerfgħu din ir-risponsabbiltà ta' trobbija u kura tat-tfal fi ħdan il-familja stess.



Ilna naħdmu f'dan il-qasam mal-Fondazzjoni mill-bidu tas-sena 2008. Mexxejna 9 Klabb Nannakola f'sitt parroċċi - Ħal-Tarxien, Paola (2), Marsaskala (2), Birkirkara, Fleur-de-lys Ħaż-Zabbar (2). Bħalissa qed immexxu wieħed fiż-Zona Marija Bambina f'Ħaż-Zabbar bħala parti mill-Proġett Vinċi. Illum xtaqna naqsmu magħkom xi ftit esperjenzi tagħna t-tnejn.

☺L-ebda Klabb ma kien l-istess. Kull darba li bdejna nhejju ruħna għall-Klabb Nannakola li jmiss, ikun il-pjaċir tagħna li nibdew nippreparaw is-sessions, ice breakers ġodda, nagħmlu xi ftit ricerka oħra, nippruvaw krafs ġodda li minnhom nkunu nixtiequ nwasslu xi tip ta' messaġġ jew loġħob li jgħaqqad il-familja.

☺ **Għalkemm bosta t-temi mixtieqa mill-membri ta' kull Klabb jixxiebħu jew ikunu l-istess, dejjem trid tadattahom skont il-lokal u l-membri li jattendu. Mhux l-ewwel darba li l-istess membri jkunu jridu li nkomplu fuq l-istess tema il-ġimgħa ta' wara wkoll, għax iħossu li jridu jidhlu aktar fil-fond. Il-partecipanti nfushom jagħtuna ħafna idejat ta' x'jixtiequ anke fil-feedback bil-miktub li jagħtuna fl-aħħar ta' kull sessjoni.**

☺Aħna nemmnu ħafna fil-feedback u evalwazzjoni u ġemmajna munzell ta' feedback forms u kitbiet mill-partecipanti ta' kull Klabb li mexxejna. Dawn iżommuna ħajja, spontanji, flessibbli u miftuħa għal dak li jixtiequ l-partecipanti.

☺**Il-ħegġa u entuzjażmu tan-nanniet hija xi ħaġa li tqawwilna qlubna. Tmiss b'idejx ix-xewqa li wieħed jithaddet u jitgħallem. Thoss qawwi l-bini ta' relazzjonijiet ġodda u ferħ miksub mid-djalogar.**

☺Tieħu gost waqt l-icebreakers fejn joħroġ ħafna mill-karattru tan-nanniet prezenti u nispiċċaw nidħqu bina nfasna. Li wieħed jitgħallem jidħaq bih innifsu hi ħila li kulhadd għandu jizviluppa!

Tkompli pg. 2

KONTENUT

Tikber u Titgħallem.....	pg 1/ 2
St Jeanne Antide's 200years Mission in Naples.....	pg 3
L-Inkarnazzjoni u Jien.....	pg 5
Minn kliem Giovanna Antida.....	pg 7
Rokna Poezija	pg 9

Kraft għal żmien il-Milied.....	pg 2
Proġett Vinċi Zabbar.....	pg 4
Tiftakar Meta?.....	pg 6
Komunikazzjoni mat-tfal.....	pg 8
Avviżi	pg 10

☞ **Mid-diskussjonijiet tirrealizza x'għatx kbir għandhom in-nanniet għat-tagħlim. Kulma jkunu jridu hi opportunità bħal din li noffru u mbuttatura ċkejna permezz tal-metodi parteċipatorji li nużaw. Minn hemm jinfethu. Dejjem insibu lil xi hadd jirrakkonta kif sab soluzzjoni għal xi nkwiet li jkun inqalghalu minn xi haġa li jkun qal haddiehor. Jien u Tony ukoll nitgħallmu minn kull grupp u ta' spiss nieħdu noti sabiex nużawhomw aktar 'il quddiem.**

☞ **Jiena, Emma, inħobb immens nagħmel u noħloq il-krafts, u dawn nużahom biex inżomm in-neputijiet hdejjja, mhedija, jitgħallmu u ferħana. B'għemili nurihom kemm tista' żzomm ruħek okkupat, bla ħela ta' ħin waqt li tieħu gost u tirrorlassa wkoll. Naħseb li rnextielna ngħaddu din in-namra lin-nanniet li attendew kull Klabb. Mill-esperjenza tagħna, in-nanniet jibdew jagħmlu krafts aħjar mill-originali tagħna. Isiru kreattivi!**

☞ **1-aktar li nieħdu sodisfazzjon hu meta l-membri jgħidulna li jipprattikaw dak li niddiskutu, ġo darhom, mar-raġel, man-neputijiet u ma' uliedhom adulti. Jgħidulna wkoll li n-nannu wkoll jidħol fix-xogħol tal-krafts. Forsi jagħti l-kulur jew iwaħħal xi stampi u fl-istess ħin jinħoloq djalogu bejniethom. Jgħidulna wkoll li meta jkunu miġburin id-dar joqogħdu jaqraw u jiddiskutu l-handouts li nqassmu u jirriflettu fuqhom ukoll. Ġieli qalulna li meta uliedhom jmorru jiġbru t-tfal, jistaqsuhom għal fotokopji tal-handouts!**

☞ **Nieħdu ritratti, narawhom flimkien bil-powerpoint, nieħdu break għal kafe' u naqsmu xi haġa ta' l-ikel li kulhadd iġib miegħu biex jaqsam, nidhqu, nidhadt, nirroriflettu, niktbu, niċċajjaw, ġieli nibku flimkien ukoll, intaffu xi ftit mit-tensjoni tal-ħajja, nitgħallmu.**

Insomma, fi ftit kliem, Klabb Nannakola joffri esperjenza ħolistika.



Sigra tal-Milied mill-forma ta' l-idejn



Ikollkom bżonn;

Kartonċina ta' liema kulur trid.

Kartonċina ħadra.

Karta jew biċċa kartonċina safra (mhommx għalfejn kbira).

Karta jew biċċa kartonċina kannella jew sewda (mhommx għalfejn kbira).

Kolla.

Glitter glue jew buttuni żgħar jew karti żgħar ikkulluriti.

Metodu:

- Poġġi id it-tifel/tifla fuq rokna tal-kartonċina l-ħadra u immarka madwar is-swaba u l-pala ta' l-id u aqta' bl-imqass min fuq il-marka li tkun għamilt. Ikollok bżonn madwar 8 jew 9 biċċiet minn dawn sabiex jiġu friegħi tas-sigra.
- Mill-karta s-safra aqta' stilla u mill-kannella jew sewda aqta' z-zokk tas-sigra.
- Ibda waħħal iz-zokk fuq in-naħa t'isfel tal-karta u mbgħad ibda waħħal waħda, waħda il-forom ta' l-idejn sabiex tiffirma s-sigra.
- Fl-aħħar waħħal l-istilla u ibda żejjen is-sigra b'dak li jogħoġbok.

Aktar ħjiel:

- Itwi l-kartonċina fi tnejn jew aktar sabiex tkun qed taqta' aktar forom fl-istess ħin.
- Qabel ma twaħħal, poġġi kollox fuq il-karta f'postu ħalli tkun ċerta minn dak li qed tagħmel qabel ma tkun użajt il-kolla.
- Din is-sigra tista tużha bħala kartolina.
- Jekk il-ponot tas-swaba tal-karta trembilhom ftit il-barra, ikollok effet aħjar.

➤ Fudu gost flimkien, int u t-tfal !!!!



ST JEANNE ANTIDE'S 200-YEAR MISSION IN NAPLES

Nora Macelli

November 18 is a memorable date for the Congregation of the Sisters of Charity of St Jeanne Antide. The date is enshrined in the collective memory of the Sisters of Charity as the day on which Jeanne Antide arrived in Naples, tired and bedraggled, after a long and tortuous journey across some 1,500 kilometres from France, to take over the management of the Hospital for Incurables. Accompanying her were 6 professed sisters and two of her young nieces.

Many Neapolitans familiar with the history of the Hospital of the Incurables will tell you that around 33 persons associated with the hospital were either beatified or sainted. Jeanne Antide was one of these much loved and venerated holy persons who dedicated their life to being a channel of God's divine grace by caring for and educating the poorest of the poor. The celebration commemorating 200 years since the congregation's foundation in Naples took the form of a European Convention attended by over 200 sisters, priests and lay associates. Both the current Archbishop of Besancon in France, Monsignor André Lacrampe and Archbishop emeritus Monsignor Lucien Daloz took an active part in the proceedings. The highly successful and often moving Convention was the result of two years of planning by a team of Sisters of Charity and lay associates. The starting point was a pilgrimage to the Duomo of San Gennaro along the old narrow winding cobbled lanes around Regina Coeli convent in Vico San Gaudioso. At the Duomo, built in the 12th century, pilgrims were given a historical overview of the riches inside the chapel of the treasures of San Gennaro and of the succession of key measures in the city to combat poverty dating back to the sixteenth century.

Spirituality, history, music and dance and cuisine combined to provide pilgrims with an unforgettable multi-sensory experience that culminated in a eucharistic celebration on Sunday 21st in the historic conventual church at Regina Coeli in which pilgrims and families from the neighbouring alleyways took part. Other highlights of the Convention included impeccably researched and profound studies on the earlier life and work of St Jeanne Antide in France (Sr Nicole Marie Roland), and later in Naples (Sr Wandamaria Clerici), and two impassioned presentations by Professor Antonio Nanni on *Per Una Nuova Diaconia Della Carità*, and by Professoressa Giuliana Martirani on *Fotografie del Futuro delle Donne della "Carità di S. Giovanna Antida – dall'im-pegno all' in-pegno*. Guided tours were additionally organised to the Ospedale degli Incurabili where Jeanne Antide worked tirelessly with her sisters to care for, feed, clothe and heal the sick and the poor, and around the Regina Coeli convent itself. Students from the Regina Coeli junior and middle schools and lay volunteers provided Convention participants with a guided tour of the convent, highlighting the old pharmacy started by Jeanne Antide, the frescoed refectory in which sisters still dine daily, the choir where Jeanne Antide prayed, Jeanne Antide's bedroom which today serves as a shrine and meditation hub, the green room whose frescoes were painted by a poor artist whom Jeanne Antide fed to steer him away from hunger and total destitution, the alcove which houses a large antique neapolitan crib and the conventual church itself which today includes a shrine of the saint. The Convention moreover included a ballet piece on the life of the saint by School of Dance Fiori di Maggio led by Carla e Laura Boriello (the main dancer was Sr Giusi) and an international prayer session at which novices from Vietnam, Indonesia, India and Pakistan danced to the twirling of oil lamps.

These three days were indeed memorable. But what made them more so were a number of moving moments. Just before tea time on Thursday 18, the bells surrounding the cloistre at Regina Coeli started ringing. Sisters of Charity, old and young, ran out to the cloistre from numerous corridors and doorways. The bells kept ringing. At one point, the large iron gate leading to Vico San Gaudioso opened inwards and in walked Sister Nunzia de Gori with a group of pilgrims from Rome. Everyone ran to greet and welcome her – she had driven in a coach for the occasion with a number of nuns, novices and juniors all based in Rome. Everyone was ecstatic to see her; she is the new Mother General nominated at the closure of the General Chapter held in Rome in June this year. Sr Nunzia hugged and greeted everyone by name, including the lay associates who travelled to the convention. It was a poignant moment where pure love and joy was intensely experienced by everyone present.

Other memorable moments included the meditation time spent in the Saint's room, the silence of the impeccably maintained cloistre, meal times which were very happy occasions, the love for the saint shared by her daughters and lay persons alike, the total acceptance and inclusion of lay persons throughout the process and the spontaneous multi-cultural singing during the closing dinner at which even the two Besancon Archbishop and Archbishop Emeritus sang with gusto.

Thank you Sr Nunzia De Gori and congregation for another unforgettable experience in the fold of your congregation in the spirit of St Jeanne Antide!



TASSEW WORTH IT TKOMPLI THABBAT IL-BIBIEN -

MINN PAULINE AGIUS, COMMUNITY WORKER, PROĠETT VINĊI, HAŻ-ŻABBAR

Wara l-esperjenza ta' sentejn *community work* f'Hal-Kirkop stajt naffaċċja l-ħidma ta' l-*outreach* f'Haż-Żabbar b'bagol t'esperjenza li għallmitni sew kif għandi nħares lejn sitwazzjonijiet li niltaqa' magħhom b'mogħdrija u għarfien.

- Tgħallimt nilmaħ aktar dawk il-familji li huma ġenwinament vulnerabbli;
- Fil-proġett VINĊI, it-tim huwa akbar u varjat; allura nistgħu naqsmu diffikultajiet, esperjenzi u approaches b'aktar saħħa u riżultat.
- Il-familji li tiltaqa' u taħdem magħhom jimmarkawk: bla ma jafu, jgħallmuk. Il-lezzjonijiet huma profondi u jibdluk.

Il-ħidma mal-familji fil-komunità saħħitni kemm bħala persuna kemm ukoll bħala community worker. L-aktar li ħallew effett fuqi kienu dawk il-familji li, minkejja li jkunu għaddejin minn diffikultajiet kbar, jibqgħu iħarsu lejn il-ħajja b'mod pożittiv.

Ftit taż-zmien ilu, flimkien mal-kollega tiegħi Claire, morna nagħmlu outreach f'parti li hija kkunsidrata bħala zona bi problem soċjali kumplessi. Meta bdejna nħabbtu l-bibien u niltaqgħu ma' diversi familji, kważi kulħadd beda jgħidilna l-istorja twila tiegħu bla tlaqliq u kantunieri. Hassejna li kien importanti ħafna għalihom li jaqsmu n-narrattiva tagħhom ma' xi ħadd li għandu l-ħin li jaf jisma' u jagħder. Huwa naturali li wieħed jikkonsidra s-sitwazzjoni tiegħu bħala l-aktar diffiċli u mill-aktar iebes tant li jħossu mgħaffeg bil-piż. Uħud jistennew mingħandek soluzzjoni għat-tbatija tagħhom.

Tiltaqa' ukoll ma' oħrajn verament imfarrka u fizikament għajjiena li ma jħallux dan it-toqol jgħaffiġhom u allura jistennewk biss li tismagħhom. Jaffaxxinani kif dawn in-nies li l-anqas ikunu jafuk, tant jesprimu sens ta' fiduċja fik li jgħidulek l-istorja ta' ħajjiġhom għas-sempliċi raġuni li inti tkun mort tkellimhom biex tara jekk jeħtiġux appoġġ.

Waħda miż-żjajjar kienet ma' persuna li, wara li ħabbatna l-bieb, stednitna ġewwa, kellimniha fuq is-servizzi tal-Fondazzjoni u staqsejniha jekk hemmx xi ħaga li nistgħu ngħinuha fiha wegħbitna, bi tbissima kbira u serena: "Isma jien għandi ħafna bżonnijiet, għaliex jiena għandi l-lukimja u wkoll problema fl-ispina, imma nirringrazzja l-ħanin Alla, għaddejja. Nieħu l-ġurnata kif tiġi u, sakemm nista' inkompli, nikkumbatti." **Fuq wiċċ din il-persuna deher is-sens ta' telqa f'idejn il-Mulej u serenità. Lili ġegħlitni nirrifletti u nistaqsi: jien għalfejn ingerger meta tiġini waħda ħażina?**

Persuna oħra li kompliet issaħħaħli l-importanza tal-fidi u telqa f'ħoġor il-Mulej waqt li ngħixu l-mument kienet omm ta' tlett itfal. L-iżgħar fosthom għandha bżonnijiet speċjali. Hija rrakuntat li dawn l-aħħar sitt snin kienu l-isbaħ żmien ta' ħajjitha għaliex qiegħda tieħu ħsieb lil dan il-wild – l-aqwa teżor tagħha. Qaltilna li tħoss in-nuqqas tagħha anke meta tkun l-iskola. Kull ma talbet kient biss ftit għajnuna għaliex issa l-persuna qiegħda tikber u għalhekk għandha bżonn lil xi ħadd li jkun jista' jgħinha biex tkun tista' taqdiha f'xi bżonnijiet u tgħin fit-terapija. Matul dawn is-snin għaddiet minn ħafna tbatija u ħafna wegħghat imam, billi emmet li bl-imħabba u l-kura tal-familja din il-persuna setgħet issalva, iddedikat lilha nfisha għall-familja. Dan kollu qalitu b'serenità bla ma titħassar lilha nfisha. Aħna ma kellniex kliem xi ngħidu ħlief li nitolbu għalihom, u anke hawn, fir-risposta tagħha wriet altruwiżmu kbir: "Le m'hemmx għalfejn, itolbu għal min għandu bżonn aktar minni."

Wara dan kollu, ir-riflessjoni tiegħi hija din: meta tara u tisma' stejjer bħal dawn u oħrajn diversi - iwassluk għall-konkluzzjoni li minkejja d-diffikultajiet li tiltaqa' magħhom waqt dan ix-xogħol tal-outreach, minħabba li ma tkunx taf kif ser tintlaqa' min-nies, fl-aħħar mill-aħħar tirrealizza li huwa verament "worth it". Għaldaqstant, tibqa tħabbat il-bibien għaliex mingħajr ma trid titgħallem tilbes iż-żarbun tagħhom u titgħallem tapprezza u tirringrazzja għall dak kollu li għandek.

L-INKARNAZZJONI U JIEN

It-tifsira ġewwinija tal-Milied huwa t-twelid mill-ġdid ta' Alla, ta' Kristu, fil-livelli fondi tagħna nfusna

Miktub minn Tony Macelli. Dan huwa l-iscript tar-raba' EasterSpirit video fis-sensiela "Inċedi", magħmula għall-istagun tal-Milied 2010. Tista' tarahom jew bil-Malti jew bl-Ingliż jew bit-Taljan, online, fuq www.EasterSpirit.com. Ibagħthom lil sħabek!

--000--

It-tifsira ġewwinija tal-Milied huwa t-twelid mill-ġdid ta' Alla, ta' Kristu, fil-livelli fondi tagħna nfusna.

Din it-tixbiha, jew metafora, hija limitata, għax fil-verità Kristu diġà dejjem fina.

In-Nifs t'Alla, il-Verb jew il-Logos, dejjem fina, u huwa dak li xi mistiċi jsejhu l-quċcata tar-ruħ, jew il-pedament sigriet divin ta' ruħna. Iżda jkun ta' għajjnuna jekk naħsbu fi twelid speċjali li jsir kull Milied u, tassew infatti, anzi fi kwalunkwe mument li nifthu nfusna għal Alla. Dawk huma żminijiet ta' grazzja speċjali. Anke l-aktar bniedem spiritwali jkollu bżonn tiġdid bħal dan.

Meta nduru lejn Alla, jew saħansitra meta nibdew infittxu lil Alla, dan ifisser li Alla jkun diġà sabna.

Il-vjaġġ huwa wieħed ta' matul il-ħajja kollha.

Hemm talb bil-kliem u bil-ħsieb, u hemm anki talb mingħajr kliem u mingħajr ħsieb (contemplatio). Permezz ta' dawn għandna ċ-ċans glorjuż li nidhlu f'rabta, jew nagħmlu pont, bejn dak li huwa limitat u dak li huwa infinit fina.

Sigriet li jafuh biss xi whud huwa illi "il-ħidma ta' wieħed hija il-ħidma ta' kulħadd.": jiġifieri, il-progress li tagħmel inti f'din id-direzzjoni jkun ta' għajjnuna lil oħrajn; u, min-naħa l-oħra, ix-xirka tal-qaddisin diġa', b'mod li ma jidhirx, tagħtek

imbuttatura fil-bini ta' dak il-pont, dik ir-rabta. L-akbar imbuttatura, u wkoll il-qafas ta' dak il-pont, huwa Kristu nnifsu, "it-triq, il-verità, u l-ħajja."

F'dan il-proċess misterjuż, inti fi Kristu u Kristu fik. Ħudu dan il-proċess b'serjetà (u b'ferħ) aktar minn f'kull ħaġ'ohra, u b'hekk din ir-realtà divina li hija diġà fik tikber u ssir il-menti t'Alla, *God-Consciousness*, u inti tassew tkun l-inkarnazzjoni tal-Verb etern. Huwa propjament dan, il-wegħda u t-tama tal-Milied.

Nista' niprova nħalli l-ispirtu tiegħi jinfetaħ lejn is-sbuħija u il-Preżenza (divina) fin-natura u fil-bnedmin.

Li nħobbu lil xulxin huwa ċans li nilmħu ġamra mid-dawl il-kbir, mill-ħuġġieġa l-kbira. Niċcelebraw! Niċcelebraw!

Fi kliem il-qassis Ġizwita, xjenzat u mistiku, Pierre Teilhard de Chardin: "Hija l-imħabba biss li tista' tgħaqqad il-ħlejjaq ħajjin b'mod li ġġibhom shaħ... għax hija l-imħabba biss li tgħaqqadhom permezz ta' dak li huwa l-aktar fond fihom. Kull m'għandna bżonn nagħmlu hu li nġibu quddiem għajnejna il-ħila li għandna għall-imħabba tikber u tiżviluppa sakemm tħaddan fiha lill-bnedmin kollha kemm huma u l-pjaneta tagħna magħhom."

Fi kliem l-Ewwel Ittra ta' San Ġwann,

[1Ġw:4:7] Għeziež, ejjew inħobbu 'l xulxin, għax l-imħabba ġejja minn Alla ... kull min iħobb hu mwieled minn Alla u jagħraf lil Alla.

[1Ġw:4:16] ... Alla hu mħabba, u min jgħammar fl-imħabba jgħammar f'Alla, u Alla jgħammar fih.



TIFTAKAR META...? RIFLESSJONIJIET SPONTANJI MIN-NANNIET LI HADU SEHEM FI KLABBS NANNAKOLA

minn Tony u Emma Pulis (Servizz Edukazzjoni Nanniet)

- It-televixin ma kienx dejjem jagħti fi djarna, donnu hu biss jeżisti!
- Kważi t-tfal kollha kienu jsibu lil ommijiet i d-dar wara l-iskola
- Hadd ma kien jilbes xejn tad-ditta
- Restorant bikemm konna nafu x'inhu; biċċa ħobż biż-żejt fil-beraħ konna nieklu
- B'xelin fil-but kont tħossok sinjur
- Konna ningabru d-dar qabel jidlam u ngħidu r-rużarju flimkien
- L-għalliema rġiel kienu jilbsu l-ingravata
- Konna nsibu ġugarelli ċkejknin fil-kaxxa taċ-ċereali
- Kont tibqa' *repeater* jekk ma tgħaddix mill-eżamijiet
- Karozza kienet lussu
- Konna nħallu ċ-ċwieviet fil-karozza u mal-bibien ta' barra ta' darna miftuħin bla biza' ta' serq
- Konna noqogħdu naqtgħu l-forom ta' sħab, b'wiċċna 'il fuq, mimdudin fuq il-ħaxix
- Konna mmorru naqtgħu il-qrempuċ u nieklu il-buqares
- Konna nilagħbu bin-nannakola
- Konna nilagħbu b'xi vapur tal-karti fil-wied ifawwar l-ilma ġieri
- Konna nilagħbu barra mingħajr ma hadd joqgħod għassa tagħna u nimxu mar-regoli tal-logħob
- Konna nibzġħu li l-ġenituri jsiru jafu li bagħtuna għand il-*Madam* waqt l-iskola.
- Ma konniex nibzġħu li ser ittajjarna karozza misjuqa bl-addoċċ, fit-triq; li ser jisirqulna li uliedna, li uliedna ser isibu drogi wara l-bieb...
- Konna niddejjqu niksruha mal-ġenituri tagħna, kellna temenza.

Illum, b'dan il-progress kollu - ħsejjes, tidwin, bumbardament ta' riklami, tniġġiz, kompetizzjoni qalila - qatt tixtieq li tmur lura fiż-żmien ma' uliedek u man-neputijiet biex taqsam magħhom dik it-trankwillità? Forsi iva, forsi le. Li hu żgur hu li xorta konna kapaċi nirbħu l-ġlieda kontra l-faqar u kbirna sew għax fejn tidhol l-imħabba, din tiżboq kull theddida oħra li nistgħu niltaqgħu magħha.

Forsi l-aħjar li tgħix hieni, fil-preżent, ISSA!! b'mod sempliċi, mingħajr kilba żejda għall-affarijiet li m'għandekx bżonn, b'ħafna turija ta' mħabba, ankrati fl-imħabba tal-Mulej.

MINN KLIEM GIOVANNA ANTIDA -

DOCUMENTI E LETTERE, 1974

DWAR IL-JIEN TAS-SOLTU Minn bikri, Giovanna Antida għarfet il-konsegwenzi tal-intriċċi tal-jien tas-soltu, il-jien li jdaħħalna f'xibka mħabbli li tirrendina skjavi u skuntenti. Il-jien li jzommna u jmantnina fuq livell superfiċjali, il-bogħod mill-Mulej u mill-livell profund li qiegħed hemm jistenniena biex insiru haġa waħda mal-Mulej u ma' għajrna. Giovanna Antida titkellem biċ-ċar li, sakemm nibqgħu nikkuppaw ruħna b'x'jgħid haddieħor, nieħdu għalina mix-xejn, nimitlew b'rizientimenti, moħħna biex nidhru sbieħ, niddandnu, nilhqu pożizzjoni għolja, niddakkru minn haddieħor, infittxu kuntentizza bil-kisba ta' oġġetti, allura se nibqgħu kkontrollati mill-jien tas-soltu. Giovanna Antida fehmet sew il-kilba għall-kontroll tal-jien tas-soltu u għarfet ukoll li, l-uniku mezz kif bniedem jista' jinħall minn din il-morsa u xibka li jinsgħilna l-jien huwa billi nintreħew fil-Mulej b'imħabba profunda u umiltà u nħallu lilu biss jużana.

“Kemm xkiel niltaqgħu miegħu fi qlubna stess! Il-jien tas-soltu jhossu mweġġha f'elf okkażjoni; dak li nixtiequ kważi dejjem jiġi injorat; l-ideat u s-soluzzjonijiet tiegħi jiġu mwarrba; ir-rabta mad-dinja, mal-qraba, ma' dak kollu li toffri d-dinja; għall-unuri, għall-pjaċiri, għall-istima tad-dinja...” (p.20)

“Jekk insibuha diffiċli li nintelqu fil-Mulej, għandu mnejn li għadna marbutin wisq mal-volontà tagħna. Meta l-jien tas-soltu jfettillu jirribella għax xi hadd ikun waħħal fih jew ċanfru, għid li int haddt għalik għax il-jien tas-soltu għad għandu kontroll; għadu marbut wisq mal-opinjonijiet, ideat u ġudizzji. Meta nixxenqu għal pożizzjoni għola minn haddieħor sabiex inħossuna rispettati, ibqa' żgur li l-bniedem il-qadim, dak li mimli frugħa u vanità, għadu ma mietx fina kompletament.” (Circolare del 1808, Besançon, p.43)

DWAR IL-VOLONTÀ T'ALLA Il-qawwa ta' ħajjet u ħidmet Santa Giovanna Antida kienet ġejja mill-fatt li, minn bikri, hija għarfet tintelaq fil-Mulej u tħallih jagħmel il-volontà tiegħu permezz tagħha. Giovanna Antida kitbet:

“Inħossni nitqawwa u megħjuna mill-fatt li nemmem li Alla jista' kollox u li noqgħod għar-rieda tiegħu.” (Ittra lil Signor Fulgoro, 10/7/1815, D&L, 1974, p.239)

“Il-qawwa tagħna mhix ġejja minna, imma mill-grazzja Divina u mill-umiltà.” (p.20)

“Ħarsti biss fuq il-Mulej, ħsibijietni biss fih, nixtieq biss lilu, ngħix biss għalih.”

DWAR IL-KARITÀ Ħajjet Giovanna Antida kienet ankrata biss fit-talb u karità għall-foqra.

“Ma taħsibx li meta ngħallmu lill-foqra, lill-morda u lit-tfal biex isiru jafu, jħobbu u jservu lil Alla, nkunu qegħdin inwettqu dak li Alla ġie fid-dinja biex iwettaq?” (p.26)

“Fil-persuna tal-foqra, tqisu xejn għajr Ġesù Kristu. Aqdu lill-foqra bl-istess mod li sservu lill-Ġesù. Aqduhom b'umiltà, rispett, mogħdrija u karità. Issapportu b'paċenzja kbira dak kollu li jdejjaqkom fihom: manjieri goffi, nuqqas ta' sensibilità, ingratitudni, tnikkir, garr, tmehil, gideb u miżerji tal-ġisem, jiddisgustawkom kemm jiddisgustawkom.” (p.27)



IL-KOMUNIKAZZJONI MAL-ULIED

Silta mis-sit eletroniku tal-Università ta' Missouri tradotta minn Claire Farrugia – Community Worker

Bejn 3 u 6 snin: Ta' din l-età, it-tfal jibdew jikkellmu b'sentenzi sħaħ li jkunu grammatikament korretti. Ħafna drabi ssib li ż-żgħar ibgħatu xi ftit biex jgħidu storja f'ordni tajba. Iżda sa 6 snin ikunu kapaċi jirrakuntaw storja sew. Tfal ta' din l-età jieħdu gost jirrakuntaw xi jkun għalhom. Jesperimentaw billi jippretendu u jilgħabu taparsi huma xi ħadd. Jiffantasizzaw fil-logħob u xi kulltant jiddiskrivu xi ħaġa li immaġinaw li għalhom.

Tfal ta' din l-età jibdew jindunaw bil-konnessjoni bejn il-kelma mitkellma u l-kelma miktuba. Ħafna drabi jagħrfu sinjali tat-traffiku bħal STOP u sinjali ta' ħwienet mingħajr ħadd ma jkun qalijhom x'għandhom jgħidu. Ninnutawhom ukoll jikkellmu weħidhom meta jkunu qedin jilgħabu b'ċertu logħob bħal xi puzzle jew xi logħob ieħor ta' natura kreattiva.



Inti tista' tinkoraġġixxi l-komunikazzjoni ma' uliedek billi;

- Tistaqsihom dwar xi ħaġa li tkun diġà għat. Għinjom jidhlu ftit aktar f'xi dettal u pprovi kliem għodda sabiex tkabbar id-deskrizzjoni ta' l-esperjenza. Per eżempju, staqsihom: "Għidli ma min l-għabt illum l-iskola. X'għamiltu flimkien?"
- Inkoraġġijhom jikkellmu fuq dak li qed iħossu, jew fuq kif ħassewhom meta għara dak li jkunu qed jirrakkontaw, sew jekk pożittiv kemm ukoll jekk negattiv. Imbgħad staqsi x'seta' wassal biex iħossuhom hekk.
- Oħloq opportunitajiet biex jidhlu fl-immaġinazzjoni u fantazija permezz ta' logħob ta' taparsi, kemm jekk weħidhom kemm ukoll ma' xi tfal oħra. Per eżempju: "Ara, taparsi qed naħslu l-pupa, taparsi qed innaddfu d-dar, taparsi aħna xi astronawti".
- Ipprovi opportunitajiet biex jesperjenzaw konnessjoni bejn il-kelma mitkellma u dik miktuba. Per eżempju: "X'ngħidulhom dawk il- postijiet jew partijiet mill-ambjent li jgħixu fih (għnien, parapett, rokna, kamra, kċina). Għidilhom jgħidulek storja u int iktibha. Ħallijhom jippruvaw jiktbu huma l-istorja tagħhom kif jafu huma (mhux importanti l-iżbalji tal-kitba). Ħajjarhom jiktbu messaġġ fuq kartolina lil xi ħadd. Ħajjarhom jgħid xi affarijiet mid-dar li huma kapaċi jaqraw l-isem tagħhom bħal kaxxa, lapes, karta. Ikteb l-isem ta' l-oġġetti fuq karta u huma jridu jpoġġu l-oġġett ħdejn l-isem tiegħu.
- Meta jkunu qegħdin jikkellmu weħidhom waqt il-logħob, ħallijhom. Dan jgħinjom sabiex jiffokaw fuq dak li jkunu qed jgħamlu.

Bejn 6 u 12-il sena:

- Issa jibdew jikkellmu aktar bħall-adulti u s-sentenzi jkunu aktar sħaħ u itwal. Jibdew isaqsu aktar, jiftakru affarijiet f'aktar dettal u jfittxu aktar informazzjoni u għustifikazzjoni għal-affarijiet li jaraw u jisimgħu.
- Jifhmu u jikkellmu dwar kif tidher għalihom xi persuna oħra u jibdew jindunaw bl-effet li jkollu l-aġir tagħhom fuq l-oħrajn.
- F'din l-età, it-tfal ikunu kapaċi jzommu biċċiet itwal ta' informazzjoni fl-istess ħin u bl-għajjnuna ta' l-adulti jistgħu jaslu biex joħolqu miri u jsolvu problemi.
- It-tfal ta' din l-età jibdew iqattgħu aktar ħin jikkellmu u jilgħabu ma' tfal oħra.



Allura, inti issa tista':

- Tinkoraġġixxi aktar il-komunikazzjoni fit-tfal.
- Tuża konverżazzjoni bħala mod ta' kif ileħħaq ma' tfal oħrajn f'attivitajiet. Bħal per eżempju jidhadt ma' oħrajn dwar x'jogħgħobhom u x'ma jgħogħobhomx. Il-ħbieb huma importanti f'din l-età u billi titkellem magħhom regolarment, tista' żzomm ruħek informata dwar ir-relazzjonijiet tagħhom ma' sħabhom.
- Tuża l-konverżazzjoni sabiex tgħinjom jagħmlu miri u jsolvu problemi. Per eżempju: "Jekk illum trid tmur l-i-Scouts, ejja ħalli nitkellmu dwar meta se tkun tista' tagħmel il-homework." Ħu l-ħin sabiex tiddiskuti strategiji u soluzzjonijiet u ħalli lilhom jikkellmu dwar il-konsegwenzi li jistgħu jgħid jekk ix-xogħol ma jsirx f'ċertu ħin.
- Meta tikkoreġi l-imġieba tagħhom, ipprovi spjegazzjoni għal dak li tixtieq mingħandhom bil-kalma. Meta tagħti raġuni tkun qed tgħinjom jifhmu dak li jista' jwassal għall-imġieba tagħhom lejn l-oħrajn. Per eżempju, jekk it-tifel tiegħek għajjar tifel ieħor għaliex dan għandu nuċċali, spjegalu li dak it-tifel għandu bżonn in-nuċċali biex ikun jista' jara sew u fakkru li meta jgħajjar ikun qed iweġġa s-sentimenti ta' l-oħrajn.
- Dejjem inkoraġġixxi lit-tfal sabiex jikkellmu fuq dak li jħossu u x'jaħsbu li hija r-raġuni għal dawk l-emozzjonijiet.
- Uża t-taħdit sabiex tgħinjom jittgħallmu ħiliet dwar kif jimmaniġjaw konflitti. Dan għaliex relazzjonijiet ma' sħabhom ikunu qegħdin isiru aktar importanti u l-konflitti bejn tfal huma komuni ħafna. Għinjom jimmaniġġjaw konflitti b'mod effettiv u f'l-istess ħin jippreżervaw ir-relazzjoni mal-ħbieb. Irreċta magħhom is-sitwazzjoni li jkunu jinsabu fiha u urijhom kif konflitti jistgħu jgħid solvuti skont kif jaġġixxu f'dik is-sitwazzjoni partikulari.

Rokna Poezija

Can you please write *haiku* with *kigo* and *kireji* for this page?

Japanese verse counts sound units, roughly corresponding to English syllables, instead of watching its rhythmic structure or metre as in poetry in many other languages. One form of traditional Japanese verse which has spilled over into English is the *haiku*. Traditional *haiku* consist of 17 sound units, or syllables, which

Here is an example of a Japanese haiku by the ancient writer Bashō. Tr. Darlington (Wikipedia)

ひやひやと 壁をふまへて 昼寝哉

how cool the feeling
of a wall against the feet —
siesta

in English are written in three lines with 5,7, and 5 syllables respectively.

Traditional Japanese, but not always English, *haiku* contain a word or phrase that indicates, or indirectly implies, a season. This element is known as a *kigo*.

Traditional haiku also contain another element, called a cutting word or *kireji*. This element, in Japanese, is a word but in English there is no direct

equivalent, so it in English the *kireji* can be a punctuation mark - typically a dash (—) or an ellipsis (...) a kind of cut. Typically it occurs in English at the end of one of the three lines. If it occurs in the middle of the haiku, the *kireji* serves to pause and separate the previous and the following thoughts in the poem, and also to join them by causing the reader to contemplate the relationship between what went before and what comes after it. If the *kireji* occurs at the end of the haiku, it may be an expression of wonder, a pause of stillness, and may encourage the

Warm cat

hello garden cat
eagerly comes, jumps on lap—
shared warmth this autumn

Gray wallaby

sad, gray wallaby
not even grass, in your cage—
how far, Australia

Love-bird

it's safe for me here
my food, my nest, my love-mate
but it's still a cage...

reader to read the haiku again. We invite you to write and send us your haiku with *kireji*, in any language – well, we do suggest English, Maltese, Italian, or French, otherwise we will be approaching you for a translation as well! You can also include a *kigo* if you wish. The best will be published on this page. Notice any *kigo* and *kireji* in the four boxes shown here? The shaded boxes show some examples in English resulting from my recent visit to a garden restaurant next to San Anton Gardens at Balzan. Happy *haik*'ing! — Tony

Minnufih

minnufih l-għasfur iferfer denbu
l-isbaħ ikhal li qatt rajt
għerja, d-dinja tinza' l-velu
gejt li xejn ma rajt minn dak li drajt
għax kull ma issa nista' nara
huwa Int

minnufih ir-ragħad ifaqqa' bomba
l-akbar ħoss li regħed il-qalb
ara, ntemm id-daqq u l-kitba
niżlet ħemda bħal ... ta' taħt il-talb
għax kull ma issa nista' nisma'
huwa Int

minnufih il-ħsieb jintemm għax ċeda
għebu t-tifkiriet li ndraw
ebda ħsieb, jew daqq, jew dehra
l-issa għeri — xejn ħlief issa w'hawn
u kull ma issa jista' jara
huwa Int

tony macelli



GRUPP TA' APPOĠĠ ĠDID

Għal Min?: Għal min qed jielhu hsieb membru tal-familja b'mard mentali
Jibda: Nhar FERGĦA, 1 ta' Diċembru
Min: 11:00 ta filghodu
Post: Fk-Ċentru Antida, Hal Tarxien
Tmexxih: Is-Sinjura Connie Magro, Mental Health Nurse

II-BENEFIĊĊJI għalija meta niehu sehem fi grupp ta' appoġġ

- Nagħti rigal lili nnifsi billi nohloq spazju f'hajti fejn nitgħallem niehu hsieb tiegħi n-niesi
- Nifhem l-importanza li nqatta' hin ma' persuni li bħali jfihmu l-presa mentali tal-kunja kombinata ta' membru tal-familja marid.
- Niehu n-nifs għax insib mezz ta' kif nesprimi dak li qed inħoss u jtaqqalni.
- Nikseb appoġġ li jgħinini nitqawwa u nqieq id-dieqa, dipressjoni, sens ta' hejja li kultant ikollu, rabja, frustrazzjoni, riżentiment. Naf li dawn il-hsus jgħaddsun i l-isfel allura n-nid nitgħallem nissuperahom.
- Tliet il-hbieb li kelli minhabba r-risponsabbiltà li niehu hsieb membru tal-familja. Il-grupp jgħinini ma nħossnix aktar waħdi u iżolata u nsir naf nies li jfihmu u jgħinuni.
- Nikseb informazzjoni mingħand il-mexxejja tal-grupp fuq hwejjeġ li jikkonċernawni: servizzi, politika soċjali.
- Inqawwi qalbi, inħossni aħjar u nikseb nifs ġdid.

X'nitgħallem?

- Fuq aspetti differenti ta' kura
- Kif innaqqas l-istress u kif nirrilassa
- Is-servizzi li jeżistu
- In-natura ta l-marda tal-qarib u l-kura tagħha

TEMI tal-laqqgħat

- Kif niehu hsieb saħħti
- Kif ninvolvi l-qarab u hbieb b'leż jgħinuni
- X'nagħmel fi krizi
- Kif inkampa bid-dieqa u n-nifs
- Meta u kif għandi niehu break
- Kif ma nitraskurax lill-membri l-oħra tal-familja
- Kif ninkolez min n-hsus li qed jgħetruani



ST JEANNE ANTIDE FOUNDATION (SJAF)
 FONDAZZJONI SANTA GIOVANNA ANTIDE
 51 Tarxien Road, Tarxien TXN 1090 Tel. 21308981; 27672367
 email: miriam.sjaf@gmail.com - www.antidemalta.com
 Registrazzjoni: VO/005

DONATIONS

Your donation is truly appreciated; it enables us to consolidate our services to vulnerable individuals and families from surrounding parishes. Cheques are to be issued to the St Jeanne Antide Foundation. Bank transfers can be made to the following bank account:
APS Bank – St. Jeanne Antide Foundation –IBAN Number:
MT03APSB77080005504720000681886

THANK YOU! WE PROMISE TO PRAY FOR YOU AND YOUR FAMILY

FOUNDATION SERVICES

1. The Antide Centre: a drop-in centre in Tarxien open from 7.30am to 5.30 pm daily in winter time (sometimes later as well).

2. The Social Work & Counselling Service: includes home-visits by a nurse to home-bound lonely elderly, family-focused community outreach work and youth work.

3. The Learning Support programme: includes (a) a Homework Support Service for children and young persons; (B) the Bridge Programme - a basic skills training initiative for youths aged 16 to 24 including those with mild cognitive developmental delays and mental health problems; (c) non-formal learning opportunities for vulnerable adults (courses on self-esteem, basic ICT, etc). (d) Mentoring youths-at-risk.

4. Caring for Family Carer-givers Programme: includes (a) Grandparent Education which supports parishes to start and run a NannaKola Club for grandparents who care for their grandchildren. Also: monthly dialogue sessions with experts take place at the Ċentru Antida. (b) support to family care-givers of persons with mental health problems, disability and chronic ill-health; (c) Young Carers support (in the pipeline)

5. Consultations to Diaconia Commissions: regarding service provision.

6. Vinċi Project: Community work in the parish of Ħaz-Żabbar undertaken in collaboration with the parish and partially funded by STRINA of the Malta Community Chest Fund. Services include social work in zones with a concentration of families in difficulty, counselling, groupwork

7. Proġett fil-Pakistan: Bħalissa qed tinbena l-Grace Clinic fil-Pakistan.