

SEMANA 1: INTRODUCCIÓN

Vida y dignidad de la persona humana

Toda persona es valiosa porque toda vida es sagrada. Cada persona merece ser tratada con respeto y cuidado. Las personas son más importantes que las cosas, y nuestras decisiones, comunidades e instituciones deben proteger la vida y la dignidad de cada persona. Estamos llamados a defender la vida, cuidarnos unos a otros y trabajar por la paz.

Historia de la semana 1: Ver con nuevos ojos esta Cuaresma

La Cuaresma nos invita a ver el mundo con nuevos ojos. Al caminar con Cristo, comenzamos a reconocerlo en los rostros de nuestras hermanas y hermanos alrededor del mundo y estamos llamados a responder con amor.

El Plato de Arroz de CRS nos ayuda a poner nuestra fe en acción a través de la oración, el ayuno y la limosna. Esta Cuaresma, conoceremos a familias de Etiopía, Honduras y Líbano que trabajan para cuidar a sus hijos y construir un futuro mejor. Al igual que nosotros, quieren que sus familias tengan seguridad, salud y esperanza.

A través de sus historias, veremos cómo el agua potable, la educación y los medios de vida pueden ayudarles a pasar de cubrir sus necesidades a construir nuevas oportunidades. La Doctrina Social de la Iglesia nos recuerda que los bienes terrenales son para todos. A través del Plato de Arroz, compartimos y crecemos en compasión y solidaridad con nuestra familia humana. Preparamos nuestros corazones para la Pascua mediante la oración, el sacrificio y la generosidad.

Datos relevantes

- A través de la oración, reflexionamos sobre los desafíos que enfrentan las personas más vulnerables del mundo y sobre cómo Dios nos llama a responder.
- Mediante el ayuno, dejamos de lado nuestro deseo por las cosas materiales, lo que nos permite comprender más profundamente las necesidades de los demás y dejar que el Espíritu Santo actúe en nosotros.
- Cuando damos limosna, lo hacemos con consideración y compasión hacia nuestros hermanos y hermanas.

Plan de lección para la semana 1: Vida y dignidad de la persona humana

45 minutos

Objetivo

Los alumnos aprenderán sobre el principio de la doctrina social católica «Vida y dignidad de la persona humana». Descubrirán que toda familia merece seguridad, salud, esperanza y la oportunidad de prosperar.

Materiales

- historia y video de la semana 1, disponibles en **crsplatodearroz.org/semana-1**.
- un mapa del mundo
- hoja de actividades de la semana 1: grados 4 a 6
- opcional: lápices de colores, marcadores o crayones
- lápices o bolígrafos



Para descargar fotos, visite **crsplatodearroz.org/fotos** y vea el video en **crsplatodearroz.org/semana-1**.



Diálogo (15 minutos)

- Localicen Etiopía, Honduras y el Líbano en el mapa.
- Lean la historia de la semana 1. Usen el video para complementar la historia.
- Reflexión:
 - ¿Cuál es la diferencia entre querer y necesitar?
 - ¿Qué significa orar? ¿Ayunar? ¿Dar?
 - ¿Por qué es importante nuestra participación en Plato de Arroz de CRS?

Actividad (25 minutos)

1. Explique el principio «Vida y dignidad de la persona humana», haciendo hincapié en que todo miembro de la familia de Dios merece seguridad, salud, esperanza y la oportunidad de prosperar.
2. Entregue a los alumnos una copia de la Hoja de actividades de la semana 1: grados 4 a 6. Explique que la oración, el ayuno y la limosna son tres formas de preparar el corazón para la Pascua y de responder a las necesidades de los demás.
3. Invite a los alumnos a completar su plan de acción escribiendo un compromiso sencillo de oración, uno de ayuno y uno de limosna. Si el tiempo lo permite, pida a algunos voluntarios que compartan uno de sus compromisos con la clase.

Oración final (5 minutos)

Recen juntos en clase la oración de Plato de Arroz de CRS:

Dios de misericordia,

abre nuestros ojos a quienes padecen hambre y anhelan estabilidad.

Bendice nuestras oraciones, nuestro ayuno y nuestra limosna, y enséñanos a vivir con corazones agradecidos y manos generosas.

Ayúdanos a compartir, para que nuestros dones fortalezcan a las personas hoy y contribuyan a construir un mundo más amoroso mañana.

Amén.

En casa

1. Comparte tu tarjeta de oración con tu familia y colócala en algún lugar de tu casa donde puedas verla y rezarla todos los días.
2. Entrega las tarjetas de oración adicionales a familiares y amigos.
3. En familia, lean y dialoguen sobre la reflexión diaria que aparece en el Calendario de Cuaresma de Plato de Arroz de CRS.

Si solo dispone de 10 minutos

1. Lean la historia de la semana 1.
2. Facilite las preguntas de reflexión para el diálogo.



Hoja de actividades/Guía de la semana 1: grados 4 a 6

La oración, el ayuno y la limosna nos ayudan a poner nuestra fe en acción durante la Cuaresma. Utiliza la siguiente tabla para elaborar un plan sencillo sobre cómo vas a rezar, hacer espacio para los demás y compartir lo que tienes.

Oración Rezaré por ...	Ayuno Haré espacio para los demás ...	Limosna Compartiré lo que tengo ...
Mi plan:	Mi plan:	Mi plan:

Esta Cuaresma, le pediré a Dios que me ayude a ...

SEMANA 2: ETIOPIA

Derechos y responsabilidades

Todas las personas tienen dignidad y merecen lo necesario para llevar una vida sana y segura. Todos tenemos derechos, como el derecho a la vida, y también responsabilidades de cuidarnos unos a otros, a nuestras familias y a nuestras comunidades. El agua, la alimentación, la educación y la oportunidad de labrarse un futuro están estrechamente vinculados a los derechos humanos fundamentales.

Historia de la semana 2: Una historia de esperanza desde Etiopía

Fatuma Mussa y su familia conocían muy bien el camino hacia el río. Durante muchos años, Fatuma caminó durante horas con un burro para llevar agua a su familia en Yeka Aman, Etiopía. El viaje era difícil y le quitaba tiempo para casi todo lo demás.

Entonces, un nuevo proyecto de agua, apoyado por CRS y la comunidad local, cambió sus vidas. Hoy tienen agua cerca de casa. El agua permite a la familia de Fatuma asearse seguido, ahorrar dinero y cultivar tomates, cebollas, zanahorias y bananos.

El cambio también ayuda a Ayantu, la hija de Fatuma, quien antes ayudaba a recoger agua. Ahora tiene más tiempo para estudiar afaan oromo e inglés. Sueña con graduarse de la universidad y ser profesora de ciencias o ingeniera.

Para Fatuma, el agua limpia significa ver a sus hijos crecer sanos y prosperar. Para Ayantu, significa la esperanza de un futuro mejor.

Datos relevantes

- En muchos países de África y Asia, las mujeres y las niñas suelen caminar más de 30 minutos al día para recolectar agua.
- Etiopía es uno de los países más antiguos del mundo.
- Muchas especies de fauna silvestre, como el lobo etíope y el mono gelada, no se encuentran en ningún otro lugar de la Tierra.

Plan de lección para la semana 2: Derechos y responsabilidades

45 minutos

Objetivo

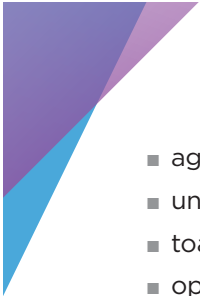
A través de la historia de Fatuma Mussa y su hija Ayantu, de 15 años, los alumnos aprenderán sobre el principio de la doctrina social católica «Derechos y responsabilidades», y comprenderán que no debemos dar la espalda a los pobres, sino garantizar que todos tengan acceso a derechos humanos básicos, como el agua y los alimentos.

Materiales

- historia y video de la semana 2, disponibles en **crsplatodearroz.org/semana-2**
- un mapa del mundo
- guía de actividades de la semana 2: grados 1 a 3
- varios vasos o recipientes pequeños



Para descargar fotos, visite **crsplatodearroz.org/fotos** y vea el video en **crsplatodearroz.org/semana-2**.

- 
- agua
 - una cubeta o tazón grande por equipo
 - toallas para limpiar derrames
 - opcional: conos o cinta adhesiva para marcar las líneas de salida y meta

Diálogo (15 minutos)

- Localicen Etiopía en el mapa.
- Lean la historia de la semana 2. Vean el video para complementar la historia.
- Reflexión:
 - ¿Por qué es importante el agua para las familias?
 - ¿Por qué cosa se sienten agradecidos después de escuchar la historia de Fatuma y Ayantu? ¿Cómo se sentirían si no tuvieran eso?
 - ¿De qué manera el tener agua cerca ayuda a Ayantu a asistir a la escuela y estudiar?

Actividad (25 minutos)

1. Explique el principio «Derechos y responsabilidades», haciendo hincapié en que no debemos dar la espalda a los pobres, sino garantizar que todos tengan acceso a derechos humanos básicos, como el agua y los alimentos.
2. Organice y dirija la actividad de carrera de relevos con cubetas utilizando la Hoja de actividades de la semana 2.
3. Una vez que los alumnos hayan terminado la carrera de relevos, invítelos a reflexionar sobre por qué es importante contar con agua limpia cerca para familias como las de Fatuma y Ayantu.

Oración final (5 minutos)

Dios amoroso,

Gracias por el agua limpia.

Bendice, por favor, a Fatuma, a Ayantu y a todas las familias que necesitan agua.

Ayúdanos a recordar que cada persona es especial y amada por ti.

Enséñanos a cuidar de los demás y a compartir tu amor.

Amén

En casa

1. Comparte con tu familia lo que aprendiste hoy.
2. En familia, lean y dialoguen sobre la reflexión diaria que aparece en el Calendario de Cuaresma de Plato de Arroz de CRS.

Si solo dispone de 10 minutos

1. Lean la historia de la semana 2. Vean el video para complementar la historia.
2. Facilite las preguntas de reflexión para el diálogo.

Hoja de actividades/Guía de la semana 2: grados 4 a 6

Derechos y responsabilidades

Carrera de relevos con cubetas

En la historia de Fatuma y Ayantu, recolectar agua les llevaba tiempo y energía que podrían haber dedicado a los estudios, al trabajo y a la vida familiar. Ahora que disponen de agua limpia más cerca de casa, su familia cuenta con más oportunidades. Esta actividad ayuda a los alumnos a reflexionar sobre cómo el acceso a agua limpia influye en la salud, la educación, la dignidad y el futuro de una familia.

Preparación

Elija un espacio cerca de una fuente de agua o utilice garrafas de agua. Llene un recipiente grande con agua en la línea de salida para que los equipos puedan rellenar sus vasos según sea necesario. Coloque una cubeta vacía o un recipiente grande para cada equipo en el otro extremo de la sala, el pasillo o el espacio al aire libre. Divida a los alumnos en equipos pequeños y entregue a cada equipo un vaso o recipiente pequeño.

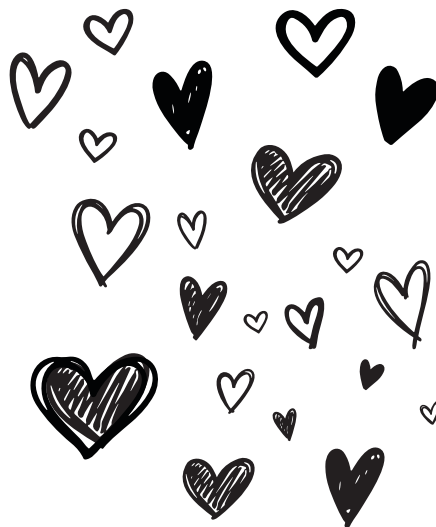
Instrucciones

1. Un alumno a la vez lleva el vaso de agua a la cubeta.
2. El alumno vierte el agua en la cubeta y regresa al equipo.
3. El siguiente alumno repite los mismos pasos.
4. Continúe durante 5 a 10 minutos o hasta que cada alumno haya tenido su turno.
5. Al final, compare cuánta agua recolectó cada equipo y analice el tiempo, el esfuerzo y la planificación que tomó recolectar agua.

Reflexión

Después de la carrera de relevos, invite a los alumnos a sentarse juntos y dialogar sobre:

- ¿Qué notaron respecto al tiempo y el esfuerzo que tomó recolectar agua?
- ¿Cómo afectaría a la vida escolar o familiar tener que recolectar agua todos los días?
- ¿Por qué tener agua limpia cerca genera nuevas oportunidades para una familia?
- ¿Qué derechos y responsabilidades conlleva el acceso a agua limpia?
- ¿Cómo ilustra la historia de Fatuma y Ayantu la razón por la que las comunidades necesitan apoyo, y no sólo el esfuerzo individual?



SEMANA 3: HONDURAS

Dignidad del trabajo y los derechos de los trabajadores

El trabajo debe ayudar a las personas y a las familias a vivir con dignidad. El trabajo es algo más que ganar dinero: es una forma en que las personas ponen en práctica sus dones y contribuyen al cuidado de la creación de Dios. Todo trabajador merece un salario justo, un trabajo seguro y la oportunidad de construir un futuro mejor para su familia.

Historia de la semana 3: Una historia de esperanza desde Honduras

Antes de que salga el sol en Intibucá, Honduras, Willian y Digna ya se preparan para comenzar el día. Mientras se preparan para cosechar fresas, su hija Vivian toma su leche.

La vida no siempre fue fácil para su familia. Durante los primeros años de su matrimonio sembraron tomate, lechuga y cebolla, pero apenas lograban salir adelante. Decididos a construir un mejor futuro, comenzaron a cultivar fresas y participaron en capacitaciones en su comunidad. Allí aprendieron a administrar su pequeño negocio, usar mejor su dinero y planificar el futuro.

Su esfuerzo dio frutos. Después de una buena cosecha, pudieron construir una casa para su familia.

Hoy sueñan con un futuro aún mejor. Willian espera que Vivian algún día estudie en la universidad y tenga las oportunidades que él nunca tuvo.

Datos relevantes

- Honduras se encuentra en el Corredor Seco, una zona que experimenta patrones climáticos extremos, como largos períodos de sequía. Esto afecta enormemente a los agricultores. Guatemala, El Salvador y Nicaragua también forman parte de este corredor.
- El español es el idioma oficial de Honduras, pero existen muchas lenguas regionales e indígenas en el país.
- Las fresas son ricas en vitamina C, que es importante para mantener la piel y los tejidos sanos. También ayuda a combatir infecciones y ayuda al cuerpo a absorber el hierro.

Plan de lección de la semana 3: Dignidad del trabajo y los derechos de los trabajadores

45 minutos

Objetivo

Los alumnos aprenderán sobre el principio «Dignidad del trabajo y los derechos de los trabajadores», y que el trabajo ayuda a las personas a utilizar sus dones, cuidar de sus familias y construir un futuro mejor. A través de la historia de Willian y Digna, entenderán cómo el trabajo duro, la capacitación y el apoyo ayudaron a una familia a hacer crecer su negocio y crear nuevas oportunidades para su hija, Vivian.

Materiales

- historia y video de la semana 3, disponibles en crsplatodearroz.org/semana-3
- un mapa del mundo



Para descargar fotos, visite crsplatodearroz.org/fotos y vea el video en crsplatodearroz.org/semana-3.

- seis carteles para las estaciones de la actividad «Ruta de movimiento de la cosecha a la esperanza»: Cultivos con dificultades, Aprendiendo nuevas habilidades, Cultivo de fresas, Aprovechamiento inteligente del excedente de fruta, Construyendo un hogar y Soñando con la universidad para Vivian
- cinta adhesiva y espacio para colocar los carteles de las estaciones por el salón
- notas adhesivas o medias hojas de papel para las respuestas de los alumnos

Diálogo (15 minutos)

- Localicen a Honduras en el mapa.
- Lean la historia de la semana 3. Vean el video para complementar la historia.
- Reflexión:
 - ¿Cómo ayudó el cultivo de fresas a la familia de Willian y Digna?
 - Qué sueño tienen Willian y Digna para Vivian? ¿Qué creen que sueñan sus padres o cuidadores para ustedes?
 - ¿Cuál es un don o una habilidad que Dios les ha dado y que pueden usar para ayudar a los demás?

Actividad (25 minutos)

1. Explique el principio de la «Dignidad del trabajo y los derechos de los trabajadores», haciendo hincapié en que el trabajo ayuda a las personas a utilizar sus dones, cuidar de sus familias y construir un futuro mejor.
2. Realice la actividad «Ruta de movimiento de la cosecha a la esperanza».
 - Coloque seis carteles con los nombres de las estaciones por todo el salón: Cultivos con dificultades, Aprendiendo nuevas habilidades, Cultivo de fresas, Aprovechamiento inteligente del excedente de fruta, Construyendo un hogar y Soñando con la universidad para Vivian.
 - Divida a los alumnos en grupos pequeños y haga que cada grupo comience en una estación diferente.
 - En cada estación, los alumnos debaten: ¿Qué desafío, fortaleza o esperanza observamos en esta parte de la historia?
 - Cada grupo escribe una palabra o una frase breve en una nota adhesiva o en media hoja de papel y la deja en la estación.
 - Tras unos minutos, los grupos rotan a la siguiente estación hasta haberlas visitado todas.
 - Reúna a los alumnos y recorran las estaciones en orden, leyendo algunas de las respuestas en voz alta.
3. Si el tiempo lo permite, repasen las siguientes preguntas de reflexión:
 - ¿Qué cambió para la familia de Willian y Digna con el tiempo?
 - ¿Qué fortalezas o habilidades ayudaron a su familia a encontrar la esperanza?
 - ¿Cómo les ayudó su trabajo a cuidar de Vivian y a planificar su futuro?
 - ¿Cómo demuestra esta historia que el trabajo puede ayudar a las familias a vivir con dignidad?

Oración final (5 minutos)

Dios de la esperanza,

Gracias por el trabajo, la escuela y la familia.

Por favor, bendice a Willian, Digna, Vivian y a todas las familias que trabajan por un futuro mejor.

Ayúdanos a usar nuestros dones para ayudar a los demás.

Enséñanos a cuidar de nuestra familia global.

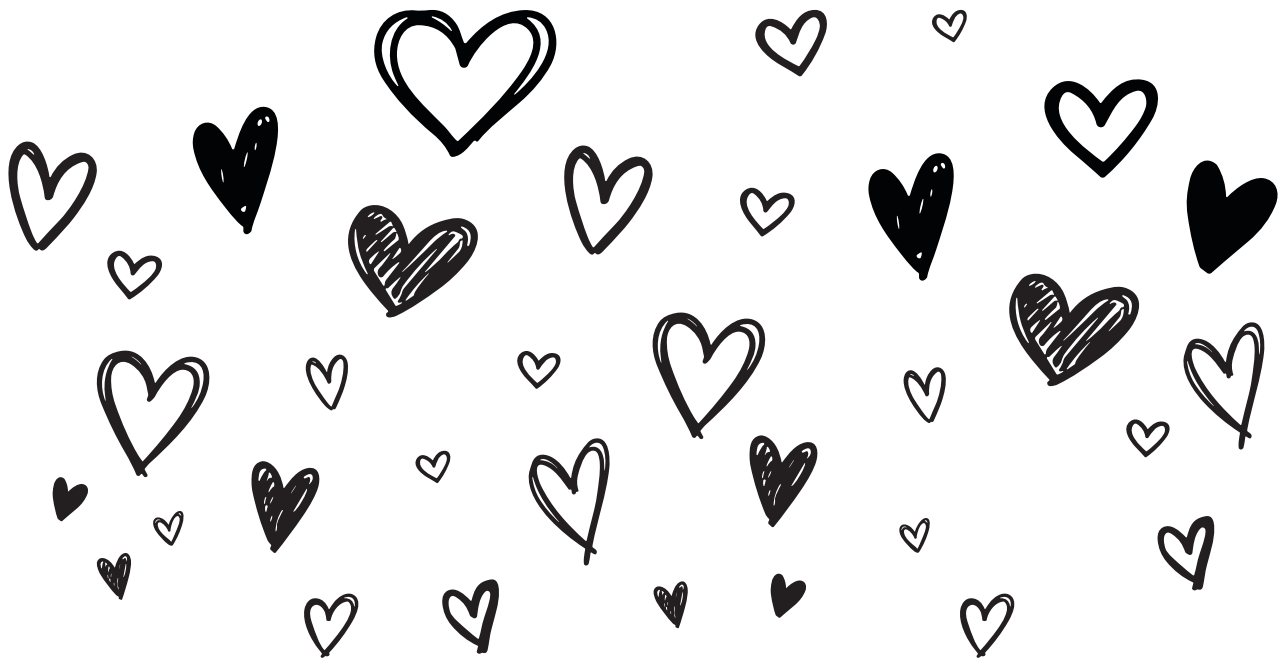
Amén

En casa

1. Comparte con tu familia lo que aprendiste hoy.
2. En familia, lean y dialoguen sobre la reflexión diaria que aparece en el Calendario de Cuaresma de Plato de Arroz de CRS.

Si solo dispone de 10 minutos

1. Lean la historia de la semana 3. Vean el video para complementar la historia.
2. Facilite las preguntas de reflexión para el diálogo.



SEMANA 4: LÍBANO

Llamado a la familia, la comunidad y la participación

Dios creó a cada persona con dignidad y nos hizo vivir juntos en familias y comunidades. Las decisiones que tomamos en nuestras comunidades, leyes y políticas influyen en cómo se trata a las personas y en su capacidad para prosperar. Las familias deben recibir apoyo y fortalecerse. Todos estamos llamados a participar en la sociedad y a trabajar juntos por el bien común, especialmente por el de las personas pobres o vulnerables.

Historia de la semana 4: Una historia de esperanza desde Líbano

En otoño se cosechan aceitunas en Kfar Shouba, Líbano. Para Zeina Brahim y su familia, es más que alimentos. Es una tradición que reúne a familiares y vecinos, y ayuda a preparar comida para el año siguiente.

«Todos se reúnen», dice Zeina. «Preparamos el almuerzo y comemos juntos». La vida se ha vuelto difícil. Muchas familias tuvieron que abandonar sus hogares, fue más difícil encontrar trabajo y algunas casas sufrieron daños o quedaron destruidas.

A través de CRS y sus socios de la Iglesia en el Líbano, las familias recibieron cajas con alimentos, calentadores, mantas y artículos de limpieza para atender las necesidades urgentes y prepararse para el invierno.

A pesar de todo, Zeina cuida a sus hijos, prepara las comidas y elabora *mouneh* —aceite de oliva, hojas de parra y verduras encurtidas para los meses fríos— Los vecinos también se ayudan a cosechar aceitunas.

Para Zeina, la comida, la familia, la comunidad y este apoyo ayudan a seguir adelante y a aferrarse a la esperanza.

Datos relevantes

- Situado en Medio Oriente, el Líbano comparte fronteras con Siria al norte y al este, con Israel al sur y con el mar Mediterráneo al oeste.
- En los Evangelios, Jesús viajó y ejerció su ministerio en la región del actual Líbano, específicamente en las ciudades de Tiro y Sidón.
- El animal nacional del Líbano es la hiena rayada.

Plan de lección de la semana 4: Llamado a la familia, la comunidad y la participación

45 minutos (parte de la actividad que se realiza en clase)

Nota para el profesor: Esta actividad incluye una colecta de alimentos en clase. Antes de empezar, busque un banco de alimentos local, una despensa parroquial o una organización comunitaria que pueda recibir los artículos donados y organice la entrega o la colecta. Asegúrese de comunicar con antelación a las familias las normas y los plazos para las donaciones.

Objetivo

A través de la historia de Zeina Brahim y su familia, los alumnos aprenderán sobre el principio de la doctrina social católica del



Para descargar fotos, visite crsplatodearroz.org/fotos y vea el video en crsplatodearroz.org/semana-4.



«Llamado a la familia, la comunidad y la participación». Dios nos creó para formar parte de una familia y una comunidad. Cuando ayudamos a los demás, construimos comunidades más fuertes donde todos pueden prosperar.

Materiales

- historia y video de la semana 4, disponibles en crsplatodearroz.org/semana-4
- un mapa del mundo
- una nota para llevar a casa o una hoja informativa para las familias sobre la colecta de alimentos
- una caja o canasta para las donaciones de alimentos en el aula
- alimentos donados por alumnos y familias para la colecta
- dos letreros con las etiquetas **“Cerca”** y **“Lejos”**
- un Plato de Arroz de CRS
- información sobre un banco de alimentos local, despensa parroquial u organización comunitaria que recibirá los alimentos donados

Diálogo (15 minutos)

- Localicen Líbano en el mapa.
- Lean la historia de la semana 4. Vean el video para complementar la historia.
- Reflexión:
 - ¿Qué alimentos ayudan a una familia a mantenerse sana?
 - ¿Qué alimentos se conservan durante mucho tiempo?
 - ¿Por qué podría una familia necesitar ayuda adicional para conseguir alimentos?
 - ¿Cómo ayudaron los alimentos a la familia de Zeina durante los momentos difíciles?

Actividad (25 minutos)

1. Explique el principio del **«Llamado a la familia, la comunidad y la participación»**, haciendo hincapié en que Dios creó a cada persona con dignidad y nos hizo para vivir juntos en familias y comunidades. Las decisiones que tomamos en nuestras comunidades, leyes y políticas influyen en el trato que reciben las personas y en su capacidad para prosperar.
2. Muestre una caja o canasta vacía.
3. Diga: “Nuestra clase organizará una colecta de alimentos para un banco de alimentos local. Esta colecta ayuda a familias de nuestra comunidad que no siempre tienen suficiente comida. Pero también hay familias en todo el mundo, como la familia de Zeina en Líbano, que necesitan apoyo durante emergencias”.
4. Invite a los alumnos a traer donaciones para la colecta de alimentos de la clase durante la semana.
5. A medida que los alumnos traigan artículos cada día, invítelos a explicar cómo cada artículo podría ayudar a una familia. Anímelos a pensar en lo que las familias necesitan para mantenerse sanas y bien alimentadas.
6. Al final de la semana, reúnanse alrededor de la caja o canasta llena. Pregunte: “¿Cómo trabajó nuestra clase en conjunto para ayudar a las familias de nuestra comunidad?”. Permita que varios alumnos compartan sus respuestas.
7. Coloquen un letrero que diga **“Cerca”** encima de la caja o canasta de artículos donados. Coloquen otro letrero en el salón que diga **“Lejos”**.

8. Muestre un Plato de Arroz y explique: "Podemos compartir de dos maneras. Los alimentos que recolectamos ayudan a las familias cercanas. El dinero que depositamos en nuestro Plato de Arroz ayuda a CRS a brindar apoyo a familias de todo el mundo con alimentos, ayuda de emergencia y otros recursos cuando atraviesan momentos difíciles".
9. Pregunte: "¿Por qué es importante cuidar tanto a las familias cercanas como a las que están lejos?". Enfatice que pertenecemos a una sola familia humana y que nuestras acciones pueden ayudar a las personas de nuestra comunidad local y de todo el mundo.
10. Invite a los alumnos a reflexionar sobre lo que aprendieron durante la semana acerca de cómo sus acciones pueden ayudar a las familias y fortalecer las comunidades.

Oración final (5 minutos)

Dios amoroso,

Gracias por los alimentos que nos nutren y por las personas que cuidan de nosotros.

Ayúdanos a recordar a las familias de nuestra comunidad y de todo el mundo que no tienen suficiente para comer.

Bendice los alimentos que recolectamos y las ofrendas que depositamos en nuestro Plato de Arroz.

Que lleven esperanza, consuelo y apoyo a las familias necesitadas.

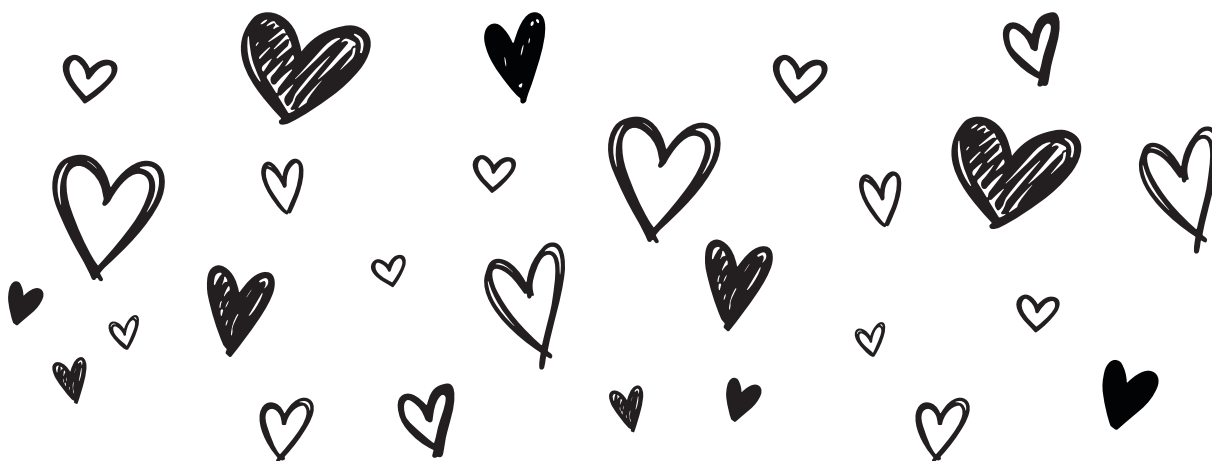
Amén

En casa

1. Comparte con tu familia cómo tu clase está ayudando a familias cercanas y lejanas a través de la colecta de alimentos y el programa Plato de Arroz de CRS.
2. Hablen sobre las formas en que tu familia participa para ayudar a la comunidad. Considera donar un alimento no perecedero para la colecta de alimentos de la clase.
3. Lean y dialoguen sobre la reflexión diaria que aparece en el Calendario de Cuaresma de Plato de Arroz de CRS.

Si solo dispone de 10 minutos

1. Lean la historia de la semana 4. Vean el video para complementar la historia.
2. Facilite las preguntas de reflexión para el diálogo.



SEMANA 5: EL VIAJE DE UN DONATIVO A PLATO DE ARROZ

Solidaridad

La solidaridad significa que formamos una sola familia humana. Nos cuidamos unos a otros, independientemente de dónde vivamos o de lo diferentes que podamos ser. Estamos llamados a amar a nuestro prójimo, a trabajar por la paz y a contribuir a que el mundo sea más justo para todos.

Historia de la semana 5: El recorrido de una donación a Plato de Arroz

Una donación a Plato de Arroz puede comenzar de una manera sencilla. Tal vez sean unas monedas ahorradas gracias a un pequeño sacrificio. Tal vez sea un dólar colocado en la cajita acompañado de una oración. Pero en las manos de Dios, los pequeños donativos pueden convertirse en algo poderoso.

Tu donación puede ayudar a familias de todo el mundo a construir vidas más seguras y saludables. Puede ayudar a acercar el agua limpia a sus hogares, apoyar a los agricultores mientras cultivan alimentos y abrir puertas para que los niños aprendan y sueñen con un futuro mejor. Nos recuerda que nuestros hermanos y hermanas necesitados no están lejos. Forman parte de nuestra única familia humana.

Esta Cuaresma, cada oración, sacrificio y donativo importa. Juntos, estos actos se convierten en signos del amor de Dios en acción. Al prepararnos para la Pascua, que tu Plato de Arroz te recuerde que incluso el acto de amor más pequeño puede ayudar a construir un futuro lleno de esperanza.

Datos relevantes

- Las donaciones a Plato de Arroz ayudan a las familias de muchas maneras diferentes, incluyendo el acceso a agua limpia y alimentos nutritivos, así como apoyo agrícola, educación, atención médica y oportunidades para ganarse la vida.
- Las pequeñas donaciones suman. Cuando muchas personas rezan, ayunan y hacen donativos durante la Cuaresma, sus sacrificios se convierten en parte de un esfuerzo mayor para servir a nuestros hermanos y hermanas necesitados.
- La solidaridad nos recuerda que quienes viven lejos también forman parte de nuestra gran familia humana. El programa Plato de Arroz de CRS nos ayuda a recordar que nuestras decisiones pueden marcar la diferencia para nuestros prójimos, tanto cercanos como lejanos.

Plan de lección de la semana 5: Solidaridad

45 minutos

Objetivo

Los alumnos aprenderán que la solidaridad significa que somos una sola familia humana. A través del recorrido de una donación a Plato de Arroz, verán cómo la oración, el sacrificio y la generosidad pueden ayudar a nuestros hermanos y hermanas, tanto cercanos como lejanos.

Materiales

- historia y video de la semana 5, disponibles en crsplatodearroz.org/semana-5
- un ovillo de hilo
- opcional: lista de necesidades basada en las historias de Plato de Arroz de CRS de este año



Para descargar fotos, visite crsplatodearroz.org/fotos y vea el video en crsplatodearroz.org/semana-5.

Diálogo (15 minutos)

- Lean la historia de la semana 5. Vean el video para complementar la historia.
- Pida a los alumnos que mencionen algunas necesidades que todas las personas comparten, tales como agua limpia, alimentos suficientes, un hogar seguro, educación, atención médica, familia, amistad y oportunidades para ganarse la vida.
- Reflexión:
 - ¿Por qué nos importan las necesidades de las personas en otros países?
 - ¿Cómo nos ayuda una donación a Plato de Arroz de CRS a cuidar de nuestra familia global?

Actividad (25 minutos)

1. Pida a los alumnos que se sienten en círculo con un ovillo de hilo.
2. Invite a un alumno a sostener el extremo del hilo y a responder: «¿Qué es algo que toda persona necesita para llevar una vida sana y llena de esperanza?».
3. Después de responder, el alumno lanza el hilo a otra persona mientras sigue sosteniendo su parte.
4. El siguiente alumno responde: «¿Cómo podría alguien ayudar a satisfacer esa necesidad?».
5. Continúe alrededor del círculo, alternando entre mencionar una necesidad y mencionar una forma de ayudar a satisfacerla, hasta que todos estén conectados por el hilo.
6. Pida a los alumnos que observen la red que crearon y noten cómo cada persona está conectada con las demás.

Reflexión

- ¿Qué te llama la atención de nuestra red?
- ¿Qué pasaría si se rompiera una parte de la red?
- ¿Por qué nos importan las necesidades de las personas en otros países?
- ¿Cómo ayuda a fortalecer la red una donación a Plato de Arroz de CRS?

Enfatice: la solidaridad significa más que sentir lástima por alguien. Significa reconocer que pertenecemos a una sola familia humana. Cuando una parte de la familia atraviesa dificultades, nos preocupamos y respondemos porque estamos conectados.

Actividad complementaria opcional

Una vez terminada la red, mencione las necesidades que se destacan en las historias de Plato de Arroz de CRS de este año, tales como el acceso a agua limpia, mejores cosechas, educación para los niños, alimentos saludables y oportunidades laborales. Ante cada necesidad, tire suavemente del hilo y pida a los alumnos que observen cómo se mueve toda la red. Explique: «Aunque los desafíos ocurran muy lejos, afectan a personas reales que forman parte de nuestra familia humana. A través de la oración, el sacrificio y la generosidad, podemos ayudar a fortalecer la red».

Oración final (5 minutos)

Dios de amor,

Gracias por hacernos una sola familia humana.

Ayúdanos a cuidar de nuestros hermanos y hermanas cercanos y lejanos.

Bendice nuestras oraciones, sacrificios y donaciones de Plato de Arroz de CRS.

Que lleven esperanza a las familias de todo el mundo.

Amén



En casa

1. Comparte con tu familia lo que aprendiste sobre la solidaridad.
2. Hablen sobre un pequeño sacrificio que tu familia pueda hacer en conjunto antes de la Pascua.
3. En familia, lean y dialoguen sobre la reflexión diaria que aparece en el Calendario de Cuaresma de Plato de Arroz de CRS.

Si solo dispone de 10 minutos

1. Lean «El recorrido de una donación a Plato de Arroz».
2. Facilite las preguntas de reflexión para el diálogo.
3. Diga: «Aunque estas personas vivan lejos, forman parte de nuestra única familia humana».