



### EMPIEZA CON CINCO PASOS SENCILLOS

¿Estás listo para salir al encuentro de la Cuaresma con Plato de Arroz de CRS? Sigue estos **cinco** pasos sencillos para una Cuaresma enriquecida.

#### 1 Habla con tu párroco o director.

Conseguir el apoyo de tu párroco o director de la escuela es esencial para el éxito de Plato de Arroz de CRS. Él o ella puede ayudar a involucrar a la comunidad en general, reclutar voluntarios y promover el programa desde el púlpito o en las reuniones.

#### 2 Ordena materiales.

Haz tu pedido para materiales GRATUITOS de Plato de Arroz de CRS al menos tres semanas antes de la Cuaresma. Tú puedes ordenar en línea en [crsplatodearroz.org](http://crsplatodearroz.org) o llamando al 800-222-0025. Ordena un Plato de Arroz de CRS y un Calendario de Cuaresma para cada familia, y utiliza los carteles, recursos educativos, reflexiones comunitarias y videos para enriquecer tu jornada de Cuaresma.

#### 3 Corre la voz—¡Se acerca Plato de Arroz de CRS!

Coloca el cartel de Plato de Arroz de CRS de este año en un lugar visible. Incluye nuestros anuncios ya preparados en tu boletín semanal o boletín de noticias. Solicita un anuncio de nuestra página web. Y corre la voz desde el púlpito o a través de los anuncios de la mañana: ¡Plato de Arroz de CRS se acerca, y nuestra comunidad va a participar!



Foto de Lauren Carroll/CRS

#### 4 Distribuye los Platos de Arroz de CRS en la misa. (¡Asegúrate que cada familia reciba uno!)

Incluye el lanzamiento de Plato de Arroz de CRS de tu comunidad en la liturgia. Distribuye los Platos de Arroz de CRS a cada familia en tu parroquia o escuela el domingo antes de la Cuaresma o el Miércoles de Ceniza. La **Bendición para empezar el tiempo de Cuaresma** en la página 4 puede ayudarte.

#### 5 Haz de los materiales de Plato de Arroz de CRS parte de la jornada de Cuaresma de tu comunidad— visita [crsplatodearroz.org](http://crsplatodearroz.org).

Hay 40 días entre el Miércoles de Ceniza y el Domingo de Pascua, y Plato de Arroz de CRS tiene recursos para cada día. Nuestras oraciones de intercesión integran los temas de Plato de Arroz de CRS en las liturgias semanales, y nuestros retiros digitales con el Vía Crucis infunden esta devoción cuaresmal de los viernes con la doctrina social católica. A las familias, estudiantes, grupos de jóvenes y pequeñas comunidades que comparten la fe les encantará incorporar sencillas recetas sin carne de todo el mundo en las cenas de Cuaresma semanales.