

Una comida de Cuaresma comunitaria

Prepara las comidas sin carne semanales de uno de los países destacados de Plato de Arroz de CRS con y para tu comunidad. Utiliza este esquema para prepararte para el evento y guiar tus conversaciones y reflexiones.

Preparación:

- Invitar a alguien de tu comunidad a compartir sus reflexiones sobre la [Historia de esperanza de Irak](#).
- Preparar una comida sin carne. Considerar la comida de Irak, [sopa Lablabi](#). Reunir a los miembros de la comunidad antes de la comida de la tarde para cocinar juntos, o invitar a las personas y las familias a traer comida sencilla de su casa.

Organización:

Considerar la impresión y colocación de copias del mantel de Plato de Arroz de CRS para cada asistente. Colocar algunos Platos de Arroz de CRS en el centro de cada mesa.

Programa:

Utilizar la siguiente secuencia tal como está, o seleccionar los componentes que mejor cumplen las necesidades de tu comunidad.

- **Bienvenida y oración de apertura**
 - Enfocar tu tarde en la oración recitando juntos la oración de Cuaresma, que se encuentra en el panel del Plato de Arroz de CRS.
- **¿Qué es Plato de Arroz de CRS y CRS?**
 - Compartir sobre el trabajo y la misión de [Catholic Relief Services](#) (CRS) y Plato de Arroz de CRS, señalando que Plato de Arroz de CRS es el programa oficial de fe en acción de Cuaresma de la comunidad católica en los Estados Unidos. (Encuentra más información sobre el [tema de Plato de Arroz de CRS para el 2018](#).)
- **Video sobre el ayuno**
 - Comenzar la parte de reflexión del evento recordando a los reunidos la importancia del ayuno durante la Cuaresma, y cómo brinda la oportunidad de eliminar los obstáculos que nos impiden amar a nuestro prójimo y amar a Dios. [Encuentra el video aquí](#).
- **Historia de esperanza: un momento para salir al encuentro**
 - Reflexionar sobre lo que significa encontrarse con nuestro prójimo viendo la [Historia de esperanza de Majd](#) de Irak. Reflexionar sobre cómo somos llamados a la solidaridad con Majd, su familia y todas las familias que migran en busca de seguridad.
- **Presentación**
 - Invitar a los voluntarios predeterminados a compartir una reflexión sobre la historia de Majd.
- **Reflexiones y conversaciones**
 - Animar a los participantes a reflexionar sobre lo que han visto y escuchado.
 - ¿Qué te llamó la atención en la historia?
 - ¿Cómo puedes dar la bienvenida y amar a tu prójimo?
 - ¿Cómo podemos, como comunidad de fe, cuidar y amar a nuestros prójimos?
- **Oraciones de intercesión**
 - Rezar por las comunidades en todo el mundo usando estas [oraciones de intercesión](#).
- **Oración final**