

## COMIENZA CON CINCO PASOS SENCILLOS

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

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

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



### 2 Ordena materiales.

Coloca tu pedido para materiales **GRATUITOS** de Plato de Arroz de CRS al menos 3 semanas antes de la Cuaresma. Puedes ordenar en [crsplatodearroz.org/pedido](http://crsplatodearroz.org/pedido) 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, herramientas en línea 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; corre la voz desde el púlpito o a través de tus anuncios matutinos: ¡Plato de Arroz de CRS se acerca, y nuestra comunidad va a participar!

### 4 Distribuye los Platos de Arroz de CRS durante 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 iniciar 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 uno. 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 (crsplatodearroz.org/via-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.