

CUARESMA 2020

RECURSOS PARA COORDINADORES



Foto de Philip Laubner/CRS

¡COMPARTE LA JORNADA
DE CUARESMA CON
TU COMUNIDAD!

Recursos para la planeación

- Comienza con cinco pasos sencillos 2
- Consejos para recolectar los Platos de Arroz de CRS 3

Recursos para la oración

- Bendición para iniciar el tiempo de Cuaresma 4
- Oraciones de intercesión semanales 5
- Oración durante la presentación de dones para concluir la jornada de Cuaresma 6

Recursos de comunicación

- Anuncio desde el púlpito: Introducción a Plato de Arroz de CRS 7
- Carta a las familias 8
- Volante para boletín 9
- Anuncios para boletines y circulares 10

COMIENZA CON CINCO PASOS SENCILLOS

¿Estás listo para darle vida a 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 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 circulares.
- Descarga 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 de que cada familia reciba uno!)

Incluye el lanzamiento de Plato de Arroz de CRS de tu comunidad en la liturgia. Distribuye las cajitas de Plato 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.

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 semanales de Cuaresma.

CONSEJOS PARA RECOLECTAR LOS PLATOS DE ARROZ DE CRS

PASO 1

Decide qué método de recolección funciona mejor para tu comunidad.

● OPCIÓN 1

Los participantes llevan su Plato de Arroz de CRS con sus donativos al área de recolección designada. Recolectar las cajitas de Plato de Arroz de CRS hace los esfuerzos cuaresmales de tu comunidad concretos y visibles.

ASPECTO A CONSIDERAR: Debes estar preparado para vaciar las cajitas, contar monedas y manejar cheques. ¡Recluta miembros de los grupos juveniles o candidatos a la Confirmación para ayudarte!

● OPCIÓN 2

Solicita a los participantes que conviertan sus donativos a Plato de Arroz de CRS en cheques a nombre de tu parroquia o escuela para facilitar el recuento. Combina los donativos en un solo cheque, escribe “Plato de Arroz de CRS” en la línea de concepto, y envíalo a tu director diocesano local (visita crs.org/contact (en inglés) para encontrar a tu director diocesano) o a:

**Catholic Relief Services
Plato de Arroz de CRS
P.O. Box 17090
Baltimore, Maryland 21297-0303**

● OPCIÓN 3

Los participantes donan directamente a CRS. Tú puedes donar en línea en crsplatodearroz.org/donar o enviar un cheque a la dirección antes mencionada.

PASO 2

Planea una ceremonia de recolección significativa.

Plato de Arroz de CRS ofrece una **Oración durante el ofertorio para concluir la jornada de Cuaresma** para ayudar a tu comunidad a finalizar este tiempo sagrado. Visita crsplatodearroz.org/parroquias para ver más ideas.

PASO 3

Publica cuándo y dónde se van a recolectar los Plato de Arroz de CRS.

Anuncia los detalles de tu colecta de varias maneras, incluyendo tu boletín o circular, en las páginas de las redes sociales de tu comunidad, en los anuncios durante la misa o la escuela y colgando el cartel que recibirás a mediados de la Cuaresma.

PASO 4

Recolecta y cuenta los donativos de Cuaresma.

Recluta voluntarios de tus ministerios parroquiales, programas de catequesis, ministerio juvenil o escuela parroquial para ayudarte a contar las monedas. Envía un cheque a tu diócesis o directamente a CRS a la dirección en el Paso 1.

PASO 5

Agradece a tu comunidad, y hazles saber el impacto que tendrán sus donativos.

Cuelga el **cartel de agradecimiento** que recibes de CRS al finalizar la Cuaresma. Consulta crsplatodearroz.org para otras formas creativas de dar las gracias a tu comunidad.

BENDICIÓN PARA INICIAR EL TIEMPO DE CUARESMA

Esta bendición ayudará a tu comunidad a comenzar su jornada de Cuaresma con Plato de Arroz de CRS. Tú la puedes incluir en la misa después de la homilía, o durante los ejercicios de oración u otras reuniones. Asegúrate de tener suficientes Platos de Arroz de CRS para repartir después de que hayan sido bendecidas—y recluta voluntarios para entregar una a cada familia.

INTRODUCCIÓN

En anticipación a nuestra jornada de Cuaresma, que nuestro ayuno sea un hambre de justicia, nuestros donativos una ofrenda de paz y nuestras oraciones un reflejo de corazones humildes y agradecidos. Pedimos al Espíritu Santo que nos acompañe a medida que pasamos estos cuarenta días reflexionando sobre nuestra responsabilidad de compartir lo que tenemos con nuestra familia humana global. ¿Cómo puede nuestra reflexión cuaresmal inspirarnos para llegar a los más necesitados? ¿Cómo pueden nuestras oraciones, ayuno y donativos apoyar a aquellos en todo el mundo, especialmente a aquellos que tienen hambre y carecen de una nutrición adecuada? Te lo pedimos por nuestro Señor Jesucristo, que vive y reina con el Padre y el Espíritu Santo, un solo Dios por los siglos de los siglos.

Amén

LECTURA

Leamos el Evangelio de Marcos (6,35-44).

ORACIONES DE INTERCESIÓN

Reza por los necesitados en todo el mundo y en tu propia comunidad. (Consulta la página 5 o crsplatodearroz.org/parroquias.)

BENDICIÓN DE LOS PLATOS DE ARROZ DE CRS

Dios de la abundancia,

Tú eres la fuente de toda bendición. Que podamos ser conscientes de tu presencia ahora y a medida que utilizamos estos Platos de Arroz de CRS en la oración, el ayuno y la donación. Que sean instrumentos de encuentro, acercándonos más a ti, nuestro Dios, y a nuestros prójimos, tanto cercanos como lejanos. Que nuestro viaje cuaresmal nos inspire a llevar esperanza a los más vulnerables—especialmente a aquellos que padecen hambre y falta de oportunidades económicas. Durante estos cuarenta días, que profundicemos nuestra fe en ti, y nuestro amor mutuo, mientras nos preparamos para la gran celebración de la Pascua.

Amén



Foto de Philip Laubner/CRS

ORACIONES DE INTERCESIÓN SEMANALES

Incluye Plato de Arroz de CRS en tus celebraciones litúrgicas con estas oraciones de intercesión.

INTRODUCCIÓN

Confiados en la misericordia y amor de nuestro Señor Jesucristo que nos llama a reconocer las necesidades de nuestra familia humana global, expresamos nuestras peticiones, pidiendo por lo que necesitamos, y por las necesidades de nuestros hermanos y hermanas en todo el mundo, diciendo, *“Señor, que podamos amar como una sola familia humana”*.

PRIMER DOMINGO DE CUARESMA

Por nuestros hermanos y hermanas que luchan por poner comida en la mesa, para que puedan encontrar los recursos para cuidar y mantener a sus familias. Roguemos al Señor ...

Por nuestra comunidad, para que podamos estar agradecidos por los dones que tenemos y reconocer que al compartirlos se multiplican para satisfacer las necesidades de nuestra familia global. Roguemos al Señor ...

SEGUNDO DOMINGO DE CUARESMA

Que podamos seguir el ejemplo de Jesús en la multiplicación de los panes y reunirnos alrededor de la mesa para compartir la generosidad del Señor. Roguemos al Señor...

Que nunca olvidemos que un lugar vacío en nuestra mesa es una oportunidad perdida para hacer que alguien se sienta como en casa, donde se comparte la comida y se vive en comunidad. Roguemos al Señor ...

TERCER DOMINGO DE CUARESMA

Por Yvone y su familia, a quienes encontramos a través de Plato de Arroz de CRS, y todas las familias que luchan por mantener a sus hijos, para que puedan ofrecer un estilo de vida sana a sus seres queridos. Roguemos al Señor ...

Por nuestras comunidades, para que podamos promover la buena salud y el bienestar de todos los miembros de nuestra familia humana. Roguemos al Señor ...

CUARTO DOMINGO DE CUARESMA

Por Trinh y su familia, a quienes encontramos a través de Plato de Arroz de CRS, y todos los agricultores afectados por el cambio climático, para que sean bendecidos con abundantes cosechas para satisfacer las necesidades de sus familias. Roguemos al Señor ...

Por nuestra comunidad, para que no ignoremos los efectos que nuestras acciones tienen en el medio ambiente y cómo afectan a los que cultivan la tierra para su alimentación y vida. Roguemos al Señor ...

QUINTO DOMINGO DE CUARESMA

Por María Ana, a quien encontramos a través de Plato de Arroz de CRS, y todos los estudiantes que buscan alcanzar sus sueños, para que reciban la nutrición necesaria para enfocarse en sus estudios y tener un futuro mejor. Roguemos al Señor...

Que como comunidad reconozcamos la importancia de apoyar a los estudiantes y sus sueños, para lograr que sus comunidades prosperen. Roguemos al Señor ...

DOMINGO DE RAMOS

Por nuestras comunidades, para que no seamos ciegos a la realidad de nuestros hermanos más vulnerables, sino que veamos en su sufrimiento el sufrimiento de Cristo que nos redime. Roguemos al Señor ...

DOMINGO DE PASCUA

Por aquellos que encontramos a través de Plato de Arroz de CRS, y todos los miembros de nuestra única familia humana, para que no pasen hambre y que siempre tengan la alimentación adecuada para poder construir sus sueños y un futuro mejor. Roguemos al Señor ...

ORACIÓN DURANTE LA PRESENTACIÓN DE DONES PARA CONCLUIR LA JORNADA DE CUARESMA

Utiliza esta oración durante el ofertorio en una ceremonia de clausura de Plato de Arroz de CRS o como parte de la misa. Anima a los niños y a las familias a llevar en procesión sus Platos de Arroz de CRS y colocarlos en una canasta u otra área de recolección en el santuario u otra ubicación de la iglesia.

Dios de la abundancia,

Generosamente provees para satisfacer todas nuestras necesidades.

Al terminar nuestra jornada de Cuaresma, permítenos seguir recordando a nuestros hermanos de todo el mundo que sufren de hambre, que no tienen la oportunidad de soñar y que necesitan nuestro apoyo.

Oramos para que estos, nuestros sacrificios de Cuaresma, puedan ser una ofrenda de solidaridad y una promesa de compromiso continuo con nuestra única familia humana.

Como buenos administradores de tus muchos dones, que siempre podamos responder al llamado de Jesús a ir más allá de nosotros mismos y compartir tu abundancia.

Te lo pedimos por Cristo nuestro Señor.

Amén

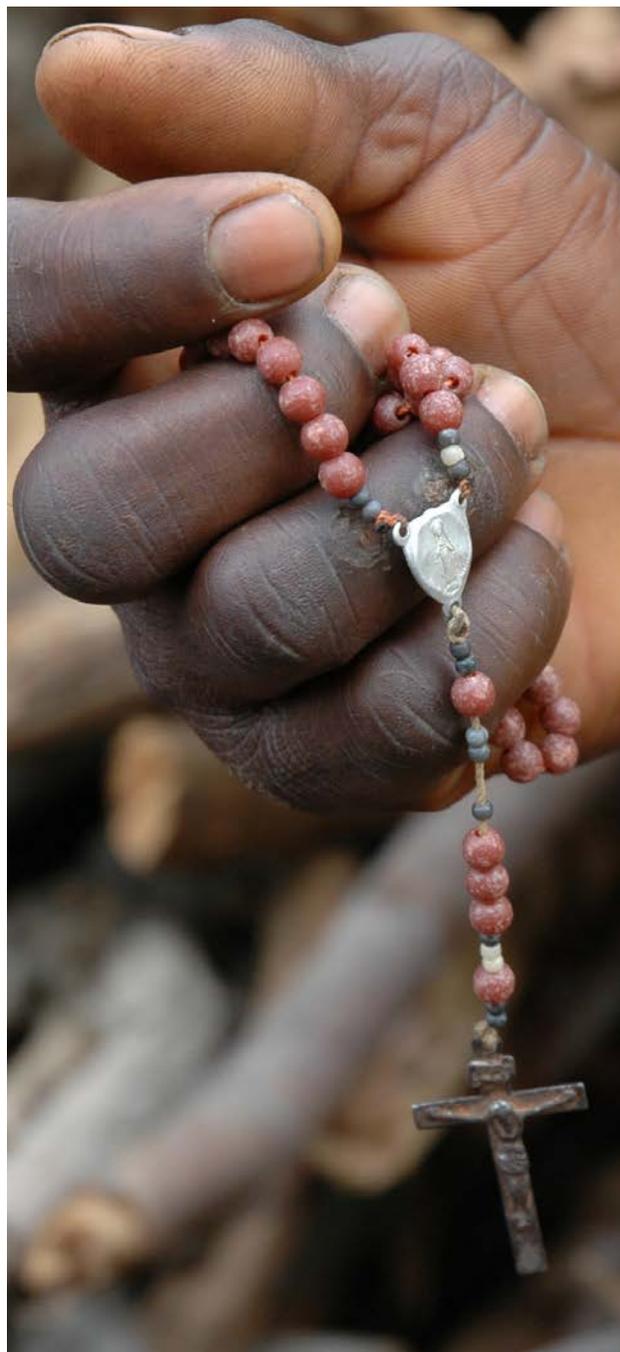


Foto de Sean Warren/Getty Images

ANUNCIO DESDE EL PÚLPITO: INTRODUCCIÓN A PLATO DE ARROZ DE CRS

Buenos(as) días/tardes. Mi nombre es _____, y estoy aquí para invitar a cada uno de ustedes a participar en Plato de Arroz de CRS durante la Cuaresma.

Plato de Arroz de CRS es el programa de Cuaresma de fe en acción de Catholic Relief Services. Ofrece oportunidades diarias para que sus familias participen en los pilares espirituales de la Cuaresma: la oración, el ayuno y la donación. Además, es una oportunidad para que nosotros como parroquia/escuela nos reunamos como una comunidad y reflexionar sobre lo que significa vivir nuestro llamado del Evangelio para buscar a los afligidos y ayudar a los necesitados.

Durante los próximos 40 días, encontraremos historias de personas en Kenia, Vietnam y Honduras donde CRS está trabajando. Se nos invitará a probar comidas sencillas sin carne de estos países. Y, a través de las historias, aprenderemos acerca de los principios de la Doctrina Social de la Iglesia y cómo podemos ponerlos en práctica durante la Cuaresma y el resto del año.

Reflexionaremos sobre cómo estamos llamados a reconocer las necesidades de nuestra familia humana global. Veremos cómo nuestras oraciones, ayuno y donativos pueden proveer para los que más lo necesitan, especialmente aquellos que sufren de hambre y carecen de una nutrición adecuada.

Me emociona vivir esta jornada con nuestra comunidad parroquial/ escolar, y asociar las oraciones y reflexiones de cada una de nuestras familias con nuestra comunidad global de fe. Espero que se lleven a casa un Plato de Arroz de CRS, ubicado en _____.

Si ustedes tienen alguna pregunta, por favor, comuníquense conmigo al _____ o hablen conmigo después de la misa. Gracias por su tiempo.

“Tomó Jesús los cinco panes y los dos pescados, levantó los ojos al cielo, pronunció la bendición, partió los panes y los iba dando a los discípulos para que se los sirvieran a la gente. Asimismo, repartió los dos pescados entre todos.” – Marcos 6,41

Estimadas familias,

Durante la Cuaresma, nuestra comunidad participará en Plato de Arroz de CRS, un programa de fe en acción que nos invita a reflexionar sobre los desafíos del hambre mundial y nuestra responsabilidad de responder a las necesidades de nuestra familia humana global.

Se nos recordará a través del pasaje del Evangelio sobre la multiplicación de los panes que si nos comprometemos a compartir lo que tenemos con los necesitados, confiando en la generosidad de Dios, hay más que suficiente para alimentar a todos. A través de nuestras oraciones, ayuno y donativos de Cuaresma podemos responder al llamado de asegurarnos que todos nuestros hermanos tengan alimentos saludables y nutritivos que les brinden lo que necesitan para alcanzar su potencial dado por Dios.

Durante este tiempo santo, es importante unirnos como familia y reflexionar sobre la cruz del hambre y la falta de una nutrición adecuada que tantos de nuestros hermanos, cercanos y lejanos, se ven obligados a llevar. Al hacerlo, nos comprometemos a permanecer firmes junto a estos miembros de nuestra familia humana, apoyándolos como el Evangelio nos llama a hacerlo.

Por favor, consideren estas sugerencias en el plan de Cuaresma de sus familias:

- Utilicen su Plato de Arroz de CRS y Calendario de Cuaresma todos los días para guiar su oración, ayuno y donativos.
- Lean las Historias de esperanza y reflexiones diarias para inspirar su jornada de Cuaresma—y guiar su donación cuaresmal.
- Preparen comidas sencillas sin carne los viernes durante la Cuaresma para comer en solidaridad con nuestros hermanos y hermanas de todo el mundo.
- Visiten crsplatodearroz.org para ver videos de las personas y comunidades a las que apoyan a través de sus donativos cuaresmales a Plato de Arroz de CRS.

Recolectaremos sus Platos de Arroz de CRS al final de la Cuaresma, así que deben estar atentos para más información.

Gracias por participar en Plato de Arroz de CRS con su familia.

Atentamente,

PARA LA CUARESMA POR LA VIDA



Foto de Philip Laubner/CRS

Esta Cuaresma, comprométete con nuestra familia humana global a través de

- la oración diaria
- el ayuno semanal
- donativos que cambian vidas

Jesús nos pide compartir lo que tenemos con los necesitados. Con Plato de Arroz de CRS como nuestra guía, podemos responder a ese llamado del Evangelio.

ANUNCIOS PARA BOLETINES Y CIRCULARES

DOMINGO(S) ANTES DEL MIÉRCOLES DE CENIZA

SOMOS LLAMADOS

Únete a nuestra comunidad de fe—y a más de 14,000 comunidades católicas en los Estados Unidos—en una jornada de Cuaresma que cambia vidas con Plato de Arroz de CRS. Consigue el Plato de Arroz de CRS de tu familia en [LUGAR] el [FECHA]. Durante los 40 días de Cuaresma, reflexionaremos sobre el desafío del hambre mundial y cómo afecta a nuestra familia humana.

PRIMERA SEMANA DE CUARESMA

HAMBRE EN NUESTRO MUNDO

Cuando Jesús alimentó a los 5,000, dijo: "Denles algo de comer". Reflexiona sobre el desafío del hambre en el mundo. ¿Cómo puedes contribuir a apoyar a los que sufren de hambre en tu comunidad? Visita crsplatodearroz.org para más información.

SEGUNDA SEMANA DE CUARESMA

UN ENCUENTRO CON TRINH

La familia de Trinh es agricultora en Vietnam y se han visto afectados por el cambio climático. ¿Qué harías si tu fuente de nutrición estuviera amenazada? ¿Cómo podemos apoyar a aquellos cuyos medios de vida son vulnerables al clima? Visita crsplatodearroz.org para más información.

TERCER SEMANA DE CUARESMA

UN ENCUENTRO CON YVONE

Conoce a Yvone de Kenia. Yvone aprendió prácticas adecuadas de nutrición e higiene que le ayudan a mantenerse sana para no faltar a clases. Yvone ahora tiene la oportunidad de soñar y la fuerza para seguir esos sueños. ¿Cómo puedes garantizar que los jóvenes de tu comunidad reciban una nutrición adecuada? Visita crsplatodearroz.org para más información.

CUARTA SEMANA DE CUARESMA

UN ENCUENTRO CON MARÍA ANA

María Ana y sus hermanos reciben una comida al día en la escuela para que puedan enfocarse

en alcanzar sus sueños. ¿Por qué es importante la educación para tu futuro? ¿Cómo podemos asegurarnos de que todos los jóvenes tengan la oportunidad de recibir una educación? Visita crsplatodearroz.org para más información.

QUINTA SEMANA DE CUARESMA

OPORTUNIDAD PARA SOÑAR

Los jóvenes deben recibir una buena alimentación para poder perseguir sus sueños. ¿Tuviste la oportunidad de soñar? ¿Qué puedes hacer para darle a los jóvenes la oportunidad de soñar? Visita crsplatodearroz.org para más información.

DOMINGO DE RAMOS

HAZ ESTO EN CONMEMORACIÓN MÍA

A medida que entramos en la Semana Santa, celebramos el don de la Eucaristía como nuestro alimento celestial. Continuamos reflexionando sobre el desafío del hambre mundial. ¿Cómo nos inspira nuestra fe a compartir los dones que Dios nos ha otorgado? Visita crsplatodearroz.org para más información.

DOMINGO DE PASCUA

¡FELICES PASCUAS!

Rezamos, ayunamos y donamos—iy ahora celebramos al Señor resucitado! A medida que comenzamos el tiempo de Pascua, nuestra jornada con Plato de Arroz de CRS nos desafía a compartir lo que tenemos con nuestra familia global. No olvides entregar tu Plato de Arroz de CRS en [LUGAR] el [FECHA].*

MENSAJE DESPUÉS DE LA PASCUA

GRACIAS

¡Nuestra comunidad transformó vidas esta Cuaresma, y Plato de Arroz de CRS quiere decirte GRACIAS! No olvides entregar tu Plato de Arroz de CRS en [LUGAR] el [FECHA].*

*Puede ser útil incluir el método preferido de tu comunidad para entregar donaciones de Cuaresma