

Haz un plan de Cuaresma

REZA

Dedica un momento cada día para la oración y la reflexión.

AYUNA

Piensa de qué te abstendrás esta Cuaresma para ayudar al prójimo.

DONA

Establece una meta para tu ofrenda a Plato de Arroz de CRS.

APRENDE

Conoce a nuestra familia mundial. Descubre historias, recetas y más en crsplatodearroz.org.

Recuerda visitar crsplatodearroz.org/familias para descargar tu calendario de Cuaresma.

Foto de Benny Manser/CRS

CRS PLATO
50 AÑOS de ARROZ

PARA LA
CUARESMA
POR LA **VIDA**



HAZ TU PROPIO PLATO DE ARROZ DE CRS PEGANDO LA PARTE INFERIOR A UN RECIPIENTE. PON LA PARTE SUPERIOR EN TU REFRIGERADOR.

TUS SACRIFICIOS DE CUARESMA CAMBIAN VIDAS!

Mi Compromiso de Cuaresma

Nombre _____

Esta Cuaresma voy a _____

y donar \$ _____

Al terminar la Cuaresma devuelve tu cajita o envía tu donación en línea en:
crsplatodearroz.org/dar

Oración de Cuaresma

Jesús, Pan de Vida,

Al encontrarnos contigo en la Eucaristía esta Cuaresma,
aliméntanos con tu amor,
únenos en comunión con nuestros hermanos
mostrándonos cómo estamos conectados.

Transforma nuestros corazones para que seamos movidos
a compartir el pan *para* la vida con nuestra familia mundial
y trabajar por un mundo en el que todos puedan prosperar.

AMÉN