DIOCESE OF SACRAMENTO
2110 Broadway ▪ Sacramento, California 95818 ▪ (916) 733-0253 ▪ (916) 733-0224

OFFICE OF CATHOLIC
CHARITIES & SOCIAL
CONCERN

To: Pastors, Administrators, Deacons, School Principals, DRE's and CRE's

From: Miriam Sammartino, Director

Re: **Plato de Arroz de CRS: Feb 14 – March 31**

Date: 2 de febrero 2024

Durante la Cuaresma estamos llamados a vivir nuestra fe de manera más ferviente mediante el ayuno, la oración, la limosna y un corazón que ve a Cristo en los rostros de nuestros hermanos en necesidad. En este tiempo litúrgico, a través de Plato de Arroz de CRS, el programa cuaresmal de Catholic Relief Services, haremos un recorrido a Uganda, El Salvador e Indonesia para aprender cómo problemas como el hambre y el cambio climático están afectando a nuestra familia mundial. En el camino, reflexionaremos sobre cómo la Eucaristía, el Pan de Vida, nos impulsa a compartir el pan para la vida con todas las personas.

Juntos, apoyaremos a nuestros hermanos en todo el mundo mientras formamos familias y comunidades de fe para ser discípulos misioneros.

Éstas son algunas maneras fáciles de comenzar:

- **Anuncio en el boletín:** incluya una breve information en el boletín de su parroquia, que incluya información sobre cómo participar.

- **Orar:**
  - La *Oración para comenzar la Cuaresma* ayuda a que su comunidad a comenzar su jornada con el Plato de Arroz de CRS.

- **Aprender:**
  - *Historias de esperanza de CRS*: conozca cómo problemas como el hambre y los desafíos climáticos están impactando a nuestra familia global. visite: https://www.crsricebowl.org/es/stories-of-hope/intro
  - *Actividades de Cuaresma para familias:* ¡CRS proporciona hojas de trabajo y actividades gratuitas para que sus hijos aprendan más sobre la Cuaresma! Visita: https://www.crsricebowl.org/es/educacion-religiosa

- **La limosna:** La limosna es central en la forma en que practicamos la Cuaresma, fluye de la oración y el ayuno. A través del reconocimiento de las necesidades del mundo y el compromiso personal de actuar, damos limosna.
  - **Plato de arroz de CRS:** Comuníquese con Robert Montes, rmontes@scd.org o al 916-733-0251 si está interesado en Platos de Arroz para su parroquia, ministerio o clase. *Opciones de recoger y de envío por correo disponibles*
  - **Platos de arroz que puede hacer usted mismo:** seleccione un recipiente, etiquételo como "Tazón de arroz CRS" y recoja sus limosnas durante la Cuaresma. Haga sus donaciones directamente a su parroquia o done en línea en https://support.crs.org/donate/cambia-una-vida-esta-cuaresma

Gracias por invitar a las familias de su parroquia o escuela a un enriquecido viaje de Cuaresma a través de Plato de Arroz de CRS. Juntos, haremos que el efecto del Plato de Arroz de CRS de este año sea mayor que nunca.

Sinceramente,

Miriam Sammartino
Director

PD El Plato de Comida Diocesano ahora está incluido en el Programa de Cuaresma del Plato de Arroz de CRS.

ROMAN CATHOLIC
DIOCESE OF SACRAMENTO
DIÓCESIS CATÓLICA ROMANA DE SACRAMENTO

CRS PLATO de ARROZ

ANUNCIOS PARA EL BOLETÍN

DOMINGO(S) ANTES DEL MIÉRCOLES DE CENIZA:
¡SE ACERCA LA CUARESMA!

Únete a nuestra comunidad durante la Cuaresma a través de Plato de Arroz de CRS. Conoceremos a personas en Uganda, El Salvador e Indonesia que están trabajando para superar los desafíos del hambre y el impacto del cambio climático. Durante los 40 días de Cuaresma, reflexionaremos sobre nuestra conexión como una misma familia en Cristo y trabajaremos juntos para garantizar que nuestros hermanos en todo el mundo puedan prosperar.
Visita ***crsplatodearroz.org*** para obtener más información

PRIMERA SEMANA DE CUARESMA:
Un Tiempo Para Reflexionar

Durante este tiempo santo, estamos llamados a hacer una pausa y prestar más atención a nuestra relación con Dios y nuestro prójimo. Reflexiona sobre cómo las prácticas cuaresmales de la oración, el ayuno y la limosna pueden guiar tu camino y cómo la Eucaristía nos ayuda a vivir en solidaridad con nuestros hermanos alrededor del mundo.
Visita ***crsplatodearroz.org*** para obtener más información y leer la Historia de Esperanza de esta semana.

SEGUNDA SEMANA DE CUARESMA:
Superando El Hambre

En Akwangagwel, Uganda, los agricultores dependen en gran medida de la temporada de lluvias para tener buenas cosechas. Sin embargo, debido al cambio climático, ahora la lluvia suele llegar más tarde que antes y a veces llega con tal fuerza que provoca inundaciones y arruina los sembradíos. Conoce cómo Adolf y Florence hacen frente a la situación implementando nuevas técnicas agrícolas que aprendieron de un programa de Catholic Relief Services para mejorar sus cultivos y luchar contra el hambre en su comunidad.
Visita ***crsplatodearroz.org*** para leer la Historia de Esperanza de esta semana.

TERCERA SEMANA DE CUARESMA
Criando Pollos Para Apoyar A Su Familia

Actualmente, en Morazán, El Salvador, es muy difícil saber cuándo será la temporada seca o la de lluvias. El clima precario puso en peligro el sustento de la familia de Sandra. A pesar de los desafíos, ella y su esposo, Santos, se esfuerzan para que sus hijos crezcan sanos y les vaya bien en la escuela. Esta determinación ha ayudado a su familia y comunidad. Conoce cómo estos cimientos familiares hicieron posible que Sandra participar en un proyecto de Catholic Relief Services sobre la crianza de pollos.
Visita ***crsplatodearroz.org*** para leer la Historia de Esperanza de esta semana

CUARTA SEMANA DE CUARESMA
Más Desastres, Mayor Resiliencia

Ubicada en el sudeste asiático, Indonesia tiene hermosas playas, diversas culturas y la cuarta población más grande del mundo. Muchas de sus más de 17.000 islas se encuentran en el Anillo de Fuego, un fenómeno geológico marcado por erupciones volcánicas y terremotos frecuentes. Los ciclones también son cada vez más frecuentes y destructivos. Descubre cómo, con el apoyo de Catholic Relief Services y comunidades como la nuestra, Evita y su grupo de preparación para desastres trabajan para mantener segura a su comunidad.
Visita ***crsplatodearroz.org*** para leer la Historia de Esperanza de esta semana.

QUINTA SEMANA DE CUARESMA
Vivir El Amor De Cristo Cuidando De Los Demás

Reflexiona sobre tu caminar a lo largo de este recorrido de Cuaresma. ¿Qué has aprendido de las familias en Uganda, El Salvador e Indonesia? ¿Qué nos vincula a ellos? ¿De qué manera nos une la Eucaristía con nuestros hermanos alrededor del mundo? Ahora medita, ¿cómo se hace presente Cristo en Adolfo y Florencia, Sandra y Santos y Evita?
Visita ***crsplatodearroz.org*** para leer la Historia de Esperanza de esta semana.

ANUNCIOS PARA EL BOLETÍN CONT.

DOMINGO DE RAMOS
El Simón De Cirene Moderno

El Domingo de Ramos marca el comienzo de la Semana Santa. Mientras caminamos con Jesús esta semana, recordemos a las innumerables mujeres, niños y hombres que cargan con pesadas cruces en nuestros días: la cruz de hambre, de la vulnerabilidad al cambio climático o de la falta de recursos. ¿Cómo puedes, como Simón de Cirene, ayudar a cargar las cruces de nuestros hermanos en tu comunidad local y en todo el mundo?
Visita ***crsplatodearroz.org/semana-santa*** para saber más.

DOMINGO DE RESURRECCIÓN
¡Feliz Pascua!

Nuestro recorrido de Cuaresma con Plato de Arroz de CRS ha llegado a su fin, pero nuestras oraciones, ayuno y limosna han de continuar. Que la Eucaristía nos recuerde tener a nuestros hermanos de Uganda, El Salvador, e Indonesia en nuestras oraciones. Y que nos comprometamos a compartir la alegría de la Resurrección con las personas de nuestra comunidad y de todo el mundo. Recuerda entregar tu Plato de Arroz de CRS en [LOCALIDAD] el [FECHA] o haz tu donación en línea en ***crsplatodearroz.org/donar***.

MENSAJE DESPUÉS DE LA SEMANA SANTA
¡GRACIAS!

Nuestra comunidad cambió vidas esta Cuaresma a través del Plato de Arroz de CRS, y ¡queremos darte las gracias! No olvides entregar tu Plato de Arroz de CRS en [LUGAR] el [FECHA] o de hacer un donativo en línea en ***crsplatodearroz.org/donar.***

ORACIÓN PARA COMENZAR LA CUARESMA

Esta guía de oración ayudará a tu comunidad iniciar su jornada de Cuaresma con Plato de Arroz de CRS. Puedes incorporarla a la Misa después de la homilía o durante un servicio de oración o alguna reunión.

LÍDER
La Cuaresma es un tiempo de reflexión y preparación durante el cual buscamos acercarnos a Dios y alejarnos del pecado. Al recorrer juntos este camino de fe, pidamos a Dios que transforme nuestros corazones con su amor y su gracia. Durante los próximos 40 días de Cuaresma, veremos a Cristo presente en las personas de Uganda, El Salvador e Indonesia, quienes están encontrando formas de superar el hambre y adaptarse a los impactos del cambio climático. Que Dios toque nuestros corazones para que, unidos en oración y acción, apoyemos a nuestros hermanos de todo el mundo.

LECTOR 1 Lee Juan 6,33-35.
Lectura del Evangelio según San Juan: “Porque el pan de Dios es el que desciende del cielo y da vida al mundo”. Ellos le dijeron: "Señor, danos siempre de ese pan”. Jesús les respondió: "Yo soy el pan de Vida. El que viene a mí jamás tendrá hambre; el que cree en mí jamás tendrá sed”.

LÍDER
A través del Pan de Vida que recibimos en la Eucaristía, estamos llamados a compartir el amor de Dios con nuestra familia humana, especialmente con quienes experimentan una gran necesidad. Estamos invitados a responder a este llamado mediante la oración, el ayuno y la limosna.

LECTOR 2
El primer pilar de la Cuaresma es la oración. Oramos para crecer en nuestra relación con Dios y dejarnos guiar por él para vivir de acuerdo a su voluntad. En nuestras oraciones, damos gracias a Dios por los dones que hemos recibido. También oramos por las personas que experimentan necesidades de cualquier tipo: físicas, espirituales o emocionales.

LECTOR 1
El segundo pilar es el ayuno. Cuando ayunamos, hacemos más espacio para Dios en nuestras vidas y unimos nuestro sacrificio con el sufrimiento de Cristo. Renunciamos a algo para comprender mejor los desafíos que enfrentan nuestros hermanos que experimentan hambre en el mundo. Iluminados por el Espíritu Santo, reconocemos que su bienestar es importante y está conectado con el nuestro.

LECTOR 2
El tercer pilar es la limosna. Cuando damos limosna, honramos el llamado de Jesús de cuidar de nuestros hermanos necesitados. Las donaciones a Plato de Arroz de CRS ayudan a cambiar vidas a nivel mundial y en nuestra propia comunidad: el 75% de los fondos apoyan la labor de CRS en todo el mundo, y el 25% se queda en nuestra diócesis para aliviar la pobreza y el hambre.

LÍDER
Dios de amor,
A través de la oración, el ayuno y la limosna, esta Cuaresma te pedimos que nos transformes y abras nuestros corazones a nuestra gran familia humana. Que las oraciones, recetas e historias de Plato de Arroz de CRS nos ayuden a reconocer el rostro de tu Hijo Jesús en todas las personas del mundo y, al hacerlo, nos acerquemos más a ti esta Cuaresma.

Amén