









2019 Calendario de Cuaresma para la familia

Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
<p>Marzo</p> <p>Cuaresma: "La Cuaresma son los cuarenta días del año litúrgico que comienzan el Miércoles de Ceniza y terminan con la celebración de los tres días ("triduum") del Misterio Pascual o Pascua Florida. La Cuaresma es el periodo de penitencia más importante del año litúrgico de la Iglesia, éste representa los cuarenta días que pasó Jesús en el desierto en ayuno y penitencia." Catecismo de la Iglesia Católica</p>			<p>6 <i>Miércoles de Ceniza</i></p> <p>Vayan en familia a la liturgia del Miércoles de Ceniza y lleven la cruz de ceniza todo el día.</p> 	<p>7</p> <p>Escojan una ofrenda de cuaresma, como no comer postres, ir a misa a diario o rezar regularmente el santo Rosario en familia, para realizar juntos en familia.</p>	<p>8 </p> <p>Compartan una comida en familia sin carne. Discutan sus ofrendas de Cuaresma para estar seguros de que se pueden lograr y representan un sacrificio.</p>	<p>9</p> <p>Dibujen un jarro y coloquen el dibujo en la puerta de la nevera y cada día dibuje una flor dentro del jarro para ver cómo florece la cuaresma.</p>
<p>10</p> <p>Hoy después de misa, explíqueles a sus niños el Evangelio y la homilía en términos que ellos comprendan.</p>	<p>11</p> <p>Coloque un crucifijo o una imagen de Jesucristo en un lugar céntrico para mantenerse pensando en Él.</p>	<p>12</p> <p>Compongan una nueva oración en familia que puedan rezar juntos todos los días.</p>	<p>13</p> <p>Hoy, perdonen a alguien quien les haya hecho daño.</p>	<p>14</p> <p>Piensen en alguien que les cae muy mal y digan hoy tres cosas buenas sobre esa persona.</p>	<p>15 </p> <p>Recen por aquellas personas en el mundo que no pueden tener carne como parte normal de sus dietas.</p>	<p>16</p> <p>Hoy por media hora, apaguen la televisión, desconecten las computadoras y descuelguen los teléfonos para rezar el Rosario en familia.</p>
<p>17 <i>Día de San Patricio</i></p> <p>St. Patrick evangelizó Irlanda. En su honor, rece por misioneros católicos en otros países durante la cena.</p>	<p>18</p> <p>Hagan planes para mostrar a otros simpatía y compasión el día de mañana.</p>	<p>19</p> <p>Por hoy, no usen alguno de sus juguetes u objetos favoritos.</p>	<p>20</p> <p>Oremos por las víctimas de la violencia y la guerra en el mundo.</p>	<p>21</p> <p>Preparen una caja de obsequios para una familia necesitada o para un asilo de desamparados. Coloquen en ella alimentos enlatados, jabones y juguetes sin mucho uso.</p>	<p>22 </p> <p>Calculen cuánto ha ahorrado su familia al no comer carne hoy y hagan una donación por esa cantidad como limosna para los pobres en la iglesia.</p>	<p>23</p> <p>Digan al acostarse "Volvamos nuestros corazones al Señor y pensemos en Él". Permanezcan por unos minutos sentados juntos en silencio.</p>
<p>24</p> <p>Hoy en la iglesia, prendan una vela en memoria de alguien que halla muerto o por alguien que necesite ayuda especial.</p>	<p>25</p> <p>Antes de comer juntos hoy en familia pídanle a cada uno de los suyos que ofrezca una oración espontánea.</p>	<p>26</p> <p>Recojan animales de peluche o felpa y cojines y llévenlos al hogar de ancianos de su comunidad. A las personas de edad avanzada les encanta abrazar objetos suaves.</p>	<p>27</p> <p>Examinen y discutan cómo les va con los ayunos y sacrificios de Cuaresma y refresquen sus compromisos para llevarlos a cabo.</p>	<p>28</p> <p>Diga una oración corta ante cada uno de los crucifijos o cruces en su hogar.</p>	<p>29 </p> <p>Coloque una gomita o caramelo en una jarra en la cocina cada vez que se haga algo bueno. Comparta los caramelos el Domingo de Resurrección.</p>	<p>30</p> <p>Pídale a cada uno que realice un sacrificio como ofrenda, como contribuir con un quehacer en la casa sin que se les pida.</p>
<p>31 <i>Domingo Laetare</i></p> <p>Celebran la mitad de la Cuaresma con una comida especial en casa o en un restorán.</p>	<p>1 Abril</p> <p>Envíele una tarjeta a alguien que necesite cariño hoy.</p>	<p>2</p> <p>Pídale a cada uno de los suyos que comparta un juego, un juguete o algo entretenido con otro miembro de la familia.</p>	<p>3</p> <p>Prepare galletitas y llévelas al hogar de ancianos de su comunidad.</p>	<p>4</p> <p>Anime a los miembros de su familia a que no haya pleitos ni desacuerdos hoy.</p>	<p>5 </p> <p>Sirva pan ácimo o "pretzels" para recordar que los católicos ayunaban sin leche, mantequilla, huevos, queso, cremas ni carnes.</p>	<p>6</p> <p>Haga cruces sencillas de cartulina y escriba en ellas "Él murió por nosotros" y colóquelas por toda la casa.</p>
<p>7</p> <p>Después de misa prendan una vela y reciten el Credo como profesión y afirmación de la fe.</p>	<p>8</p> <p>Levántense hoy 15 minutos más temprano que de costumbre y recen juntos en familia.</p>	<p>9</p> <p>Anime a todos los miembros de su familia a realizar un examen de conciencia.</p>	<p>10</p> <p>Escojan un vecino o amigo y realicen una buena acción anónima para esa persona.</p>	<p>11</p> <p>¡Llaman a la organización Catholic Relief Services (877-HELP-CRS ó www.catholicrelief.org) para ver cómo puede ayudar a alguno de sus proyectos en curso.</p>	<p>12 </p> <p>Terminen la caja de donativos y hagan un paseo en familia para llevarla a su destino.</p>	<p>13</p> <p>Vayan a confesarse o asistan al servicio de Reconciliación. Luego salgan a celebrar el perdón de los pecados.</p>
<p>14 <i>Domingo de Palma</i></p> <p>Hagan una procesión de Ramos por la casa turnándose el papel de Jesucristo.</p>	<p>15</p> <p>Visiten a alguien que esté enfermo y que no pueda salir de casa.</p>	<p>16</p> <p>Salgan a dar un paseo para buscar señales de la vida que se renueva.</p>	<p>17</p> <p>Pídale a los miembros de su familia que escriban una carta a Jesucristo para agradecerle su sacrificio en la cruz.</p>	<p>18 <i>Jueves Santo</i></p> <p>Laven y sequen los pies de miembros de su familia para conmemorar cuando Jesús le lavó los pies a sus discípulos.</p>	<p>19 <i>Viernes Santo</i></p> <p>Recen hoy las estaciones de la Cruz y deténganse a meditar en cada una.</p> 	<p>20 <i>Sábado Santo</i></p> <p>Vistan una muñeca para el bautizo y conversen sobre la renovación de los votos bautismales que realizamos todos los años.</p>