

LA NOSTRA INDIFERÈNCIA
ELS CONDEMNA
A L'OBLIT

ITU...

QUÈ MENGES?

MENGES DE TOT?

LLENCE MENJAR?

Quadern d'activitats
per a nens i famílies

Dia del Dejuni Voluntari
Divendres, 11 de febrer de 2022

Jornada Nacional de Mans Unides
Diumenge, 13 de febrer de 2022

AJUDA A ZAQUEU

Zaqueu, publicà de professió (recaptava impostos), va pujar a un arbre per veure Jesús. Jesús es va fixar en ell i li va dir que baixés perquè volia parlar-ne, però es va trobar que era difícil baixar. Per "veure" Jesús necessitava aplicar els seus ensenyaments i superar les desigualtats que ell generava als altres.

Quines desigualtats ha de superar **Zaqueu** per estar amb Jesús?
Li fem una escala i li ensenyaem quines coses li poden ajudar a baixar per veure'l.



A. Completa els jocs. Quan els tinguis resolts posa els resultats a l'escala i ajudarà **Zaqueu** a baixar de l'arbre per tal que pugui abraçar Jesús.



B. Quan **Zaqueu** fa alguna cosa per la igualtat de les persones, s'embelleix. **Acoloreix el dibuix** quan hagis acabat els jocs.

ENDEVINA, ENDEVINALLA

Si l'endevines, sabràs l'últim esglaó que **Zaqueu** ha de saltar per abraçar Jesús.

Amb ella ens curen, i ens posen «bons».

Encara que tots la cerquen, només uns quants la troben.
I, depèn d'on visquis, és possible que ni la tinguis. Què és?



PREGÀRIES DE QUARESMA

6 de març: 1r Diumenge de Quaresma

Jesús, et demanem que ens ajudis a descobrir les nostres temptacions i tot el que ens aparta de Tu. Ensenya'ns a pregar cada dia, a escoltar tot el que ens vols dir amb la teva Paraula, perquè sapiguem construir el teu Regne atenent les necessitats de l'altre i perquè ens adonem de les desigualtats que existeixen.

13 de març: 2n Diumenge de Quaresma

Jesús, ensnya'ns a pregar per estar a prop de Tu. Ajuda'ns a veure't al nostre costat i així estar sempre alegres. Que aquesta alegria la contagiem als qui són a prop, perquè sapiguem ser bons companys i fer-los feliços. No volem oblidar-nos dels qui estan lluny i també necessiten el nostre suport.

20 de març: 3r Diumenge de Quaresma

Jesús, ajuda'ns a canviar els nostres cors perquè donin fruits d'Amor. Tingues paciència amb nosaltres que volem, en aquesta Quaresma, deixar el que ens allunya de Tu (la desesperança, l'orgull, la comoditat) per servir amb alegria. Que sapiguem regar el nostre entorn amb llavors de pau.

COMPROMISOS

- ❖ Esforçar-me per aprendre i aprofitar el temps a la catequesi i l'escola.
- ❖ Menjar sense protestar per allò que no m'agrada, donar gràcies i compartir.
- ❖ Agrair Déu pel personal mèdic, les medicines, els hospitals... i donar suport a qui no els tenen.



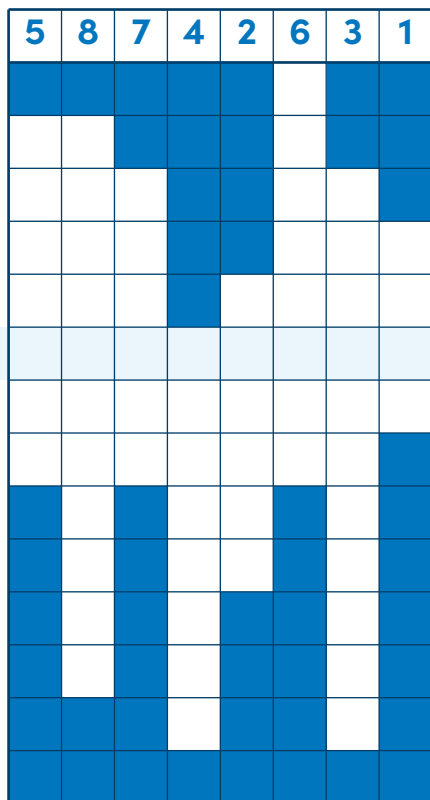
PARAULA OCULTA

Posa les lletres de l'abecedari segons la seva posició numèrica i trobaràs una altra desigualtat que ha de superar **Zaqueu**.

1	12	9	13	5	14	20	19

MOTS ENCREVATS

- 1- Allò que predica Jesús i el món necessita.
- 2- Protagonista de la nostra història a qui ajudem.
- 3- Tema central de la campanya de Mans Unides el 2022.
- 4- Fer alguna cosa junts per al bé de tots.
- 5- Lluitar contra ella es la missió de Mans Unides.
- 6- És molt important per acabar amb la desigualtat.
- 7- El que fan els actors.
- 8- Es dona quan les persones col·laboren pel bé de tots.



PARAULA
SECRETA

Benedicció de la taula:

Beneix, Senyor, els aliments que, gràcies al treball de les persones, prendrem.

Que ens enforteixin per servir als altres. Gràcies pels qui els han preparat i per compartir-los en família.

Que no oblidem els que no tenen el necessari per viure i pateixen fam; i gràcies per les persones que s'ocupen d'ells.



SOLUCIONS: Mots encructats: 1. Amor 2. Zaquen 3. Desigualtat 4. Cooperar 5. Pobresa 6. Formació 7. Actuar 8. Solidaritat. Paraula secreta: EDUCACIÓ. Paraula oculta: ALIMENTS. Endevinalla: SANTAT.

27 de març: 4t Diumenge de Quaresma

Jesús, ensenya'ns a veure més enllà dels nostres problemes i a ser més solidaris; a fer les paus i a perdonar. Que no ens cansem de fer el bé i sapiguem ser nens i nenes de pau. Hi ha persones que estan soles i tristes, ajuda'ns a ser propers i regalar-les esperança. Gràcies pels qui les cuiden.

3 d'abril: 5è Diumenge de Quaresma

Jesús, ajuda'ns a mirar com Tu, sense prejudicis. Quan jutgem i riem de l'altre, quan humiliem o mentim, no estem ajudant al teu Regne. Volem ser prudents, pacients, comprensius i amables com Tu. Tots tenim coses bones. Ajuda'ns a mirar com Tu, per descobrir allò de bo en els altres.

10 d'abril: Diumenge de Rams

Senyor, en el dia que vas entrar joïós a Jerusalem i tot el poble cantava al·leluia!, ens unim a l'alegria. Lloem Déu Pare per haver-te enviat al món. Et lloem pel teu amor. I lloem l'Esperit Sant perquè ens dóna la seva força per seguir-te. Que el teu Regne d'amor, justícia i pau creixi en els nostres cors i ho contagiem a tots.

HISTÒRIES DE SOLIDARITAT

Cambodja: Dret a l'EDUCACIÓ

Em dic **Suy**, que significa prudència. Visc al nord de Cambodja, un preciós país en el sud-est d'Àsia. La meua família és pobra perquè va haver d'emigrar a causa d'una guerra. No podia pagar el material escolar per a la meua formació. Ara, gràcies a Mans Unides i altres organismes, més de 5.000 nens i nenes cambodjans podem tenir llibres i quaderns molt bonics i útils per a aprendre.

**T'agrada anar a escola? Quins materials portes?
Com els aconseguixes?**



Etiòpia: Dret a l'ALIMENTACIÓ

Sóc la **Melkam** i visc al sud d'Etiòpia, un país molt bonic de l'est d'Àfrica. A causa de la sequera i l'esgotament de la terra, passem fam. Per això, l'Església de la meua regió ha demanat ajuda a Mans Unides perquè ens doni suport en la formació per conrear la terra, i en l'ús de llavors i tècniques millorades per a l'agricultura i la ramaderia. Així, els meus pares, els meus germans i germanes, i la resta de les famílies, podrem tenir aliments tot l'any.

**Has passat fam alguna vegada?
Què fas quan no t'agrada el menjar?
I amb el menjar que et sobra?**

(Llençar aliments malmet el medi ambient i provoca sequera).



Perú: Dret a la SALUT

El meu nom és **Flor María**, i visc en un assentament de Yurimaguas en el nord del Perú, un país molt gran a l'oest de Sud-amèrica.

Al meu barri som molt pobres. Jo vaig néixer amb un problema en el maluc i no van poder atendre'm per falta de metges. Ara, gràcies a l'ajuda de Mans Unides, he pogut anar a operar-me a Lima, la capital del meu país. També m'han fet rehabilitació i fisioteràpia perquè pugui anar a escola i jugar amb les meves amigues.

**Què fas quan estàs malalt?
Qui t'ajuda a curar-te?
Alguna vegada t'ha passat el mateix que a mi?**

