

# MCA Activity

## Three Pillars of Lent

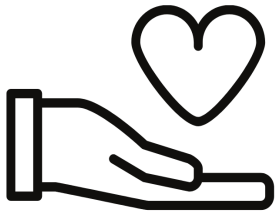
All Grades



**Goal:** to have the children learn about the three pillars of Lent by making a mobile and thinking of how they will live all three pillars of Lent.

**Material:** Copies of the handout for each child. Scissors, hole puncher, string, coloring pencils or crayons or markers. A pencil to write in the back of each part cutout.

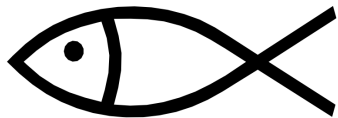
**Instructions:** As we are beginning the season of Lent, explain to the children that during this season we have three pillars that help make this season more meaningful to us as Catholics. After speaking to them about these help them make a mobile and writing behind each part of the mobile how they will live that pillar of Lent. Hang the mobiles somewhere the children can see them all Lent Long.



GIVE

We are about to begin the season of Lent. You will start to see that the church will be decorated with the color purple. You will also start to hear people ask what have you given up for Lent? As Catholics, we have to be aware of the three pillars of Lent as they will help to make the Lenten season more meaningful for us.

**Pray**— As missionary disciples of Christ he taught us that through prayer we can have a conversation with God. He taught his disciples how to pray the Our Father. When we spend time in prayer we also help to make our relationship with God stronger.



FAST

**Fast**—Most of us hear the word “fast” and think of all the things that we will not be able to eat. However, did you know we can also fast from other things such as gossiping about others or from our electronics? Fasting is about limiting how much we eat or how long we do things. The main objective of fasting is to free ourselves from those things that might be weighing us down and now allowing us to spend time with God.

**Give** (Almsgiving) - As missionary disciples we are called to be charitable towards one another but especially to those in need. Charity is about being in solidarity with those who might have less than us. It is about helping our brothers and sisters in Christ know that they are loved and cared for.



PRAY

To remember the three pillars of Lent we are going to make a mobile. The most important thing to remember is that we can do these all year long not just during Lent.

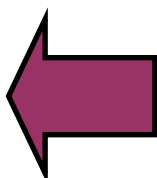
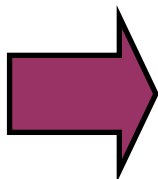


# MCA Activity

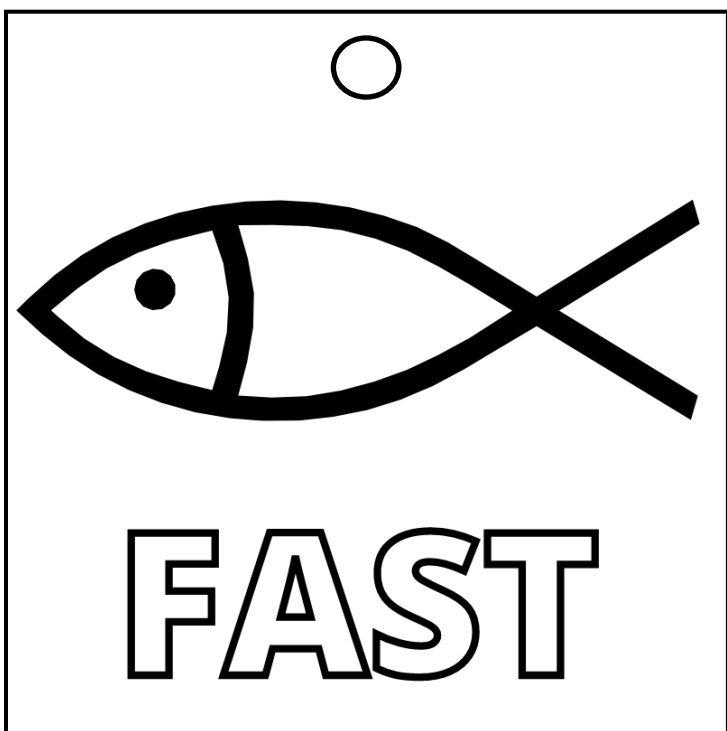
## Three Pillars of Lent

All Grades

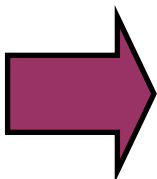
What can you do this Lent to give and help those who are in need?



What will you be giving up or abstaining from during this Lent?



Try and set a time of the day for prayer. When will you pray? Morning, lunch time or at night before going to bed?



If you already pray at those times. Try to learn a new prayer.



# Actividad de MCA

## Tres pilares de Cuaresma

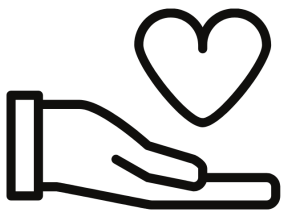
Todos los grados



**Objetivo:** que los niños aprendan sobre los tres pilares de la Cuaresma. Haciendo un móvil y pensando en cómo van a vivir los tres pilares de la Cuaresma.

**Material:** Copias del folleto para cada niño. Tijeras, perforadora, cuerda, lápices de colores o crayones o marcadores. Un lápiz para escribir en la parte de atrás de cada parte recortada.

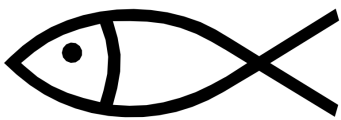
**Instrucciones:** Ya que estamos comenzando la temporada de Cuaresma. Explique a los niños que durante esta temporada tenemos tres pilares que ayudan a que esta temporada sea más significativa para nosotros como católicos. Después de hablarles sobre estos, ayúdelos a hacer un móvil y escriba detrás de cada parte del móvil cómo vivirán ese pilar de la Cuaresma. Cuelgue los móviles en algún lugar donde los niños puedan verlos durante toda la Cuaresma.



CARIDAD

Estamos a punto de comenzar la temporada de Cuaresma. Comenzarás a ver que la iglesia estará decorada con el color morado. También comenzarás a escuchar a la gente como a qué has renunciado durante la Cuaresma. Como católicos, debemos ser conscientes de los tres pilares de la Cuaresma y nos ayudarán a hacer que la temporada de Cuaresma sea más significativa para nosotros.

**Oración**—como discípulos misioneros de Cristo nos enseñó que a través de la oración podemos tener una conversación con Dios. Enseñó a sus discípulos a rezar el Padre Nuestro. Cuando pasamos tiempo en oración también ayudamos a fortalecer nuestra relación con Dios.



AYUNO

**Ayuno**—Aunque la mayoría de nosotros cuando escuchamos la palabra ayuno pensamos en todas las cosas que no podremos comer. ¿Sabías que también podemos ayunar de otras cosas, como chismear sobre los demás o de nuestros aparatos electrónicos? El ayuno se trata de limitar cuánto comemos o cuánto tiempo hacemos las cosas. El objetivo principal del ayuno es liberarnos de aquellas cosas que nos pueden estar agobiando y ahora permitarnos pasar tiempo con Dios.



ORACIÓN

**Caridad** (Limosna) - Como discípulos misioneros estamos llamados a la caridad unos con otros pero especialmente con los necesitados. La caridad se trata de ser solidario con aquellos que pueden tener menos que nosotros. Se trata de ayudar a nuestros hermanos y hermanas en Cristo a saber que son amados y cuidados.

Para recordar los tres pilares de la Cuaresma vamos a hacer un móvil. Lo más importante que debemos recordar es que podemos hacer esto durante todo el año, no solo durante la Cuaresma.



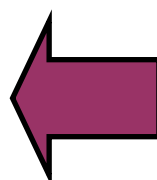
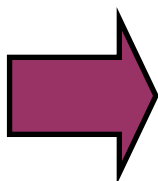
los angeles missionary childhood association

# Actividad de MCA

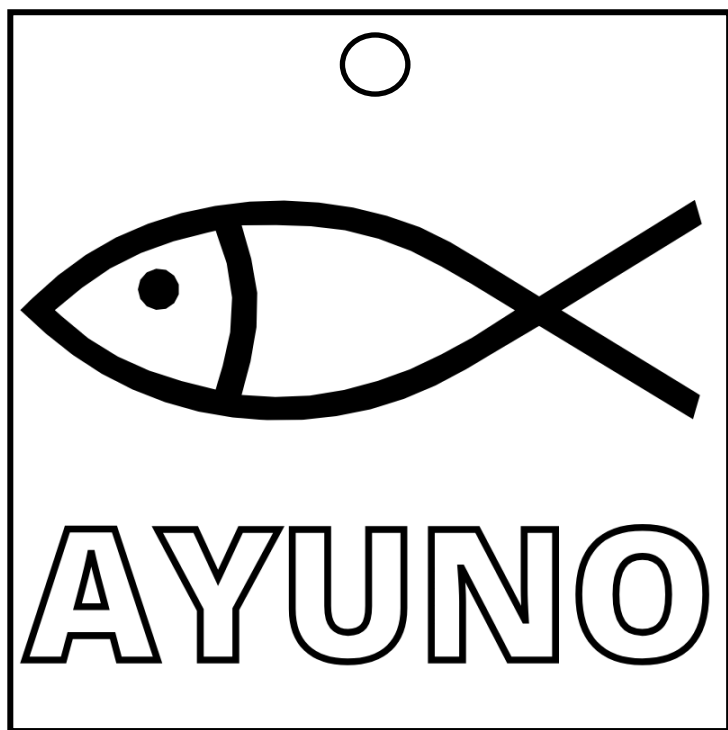
## Tres Pilares de la Cuaresma

Todos los Grados

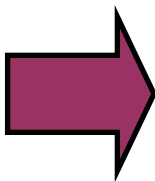
¿Qué puedes hacer esta Cuaresma para dar y ayudar a los necesitados?



¿A qué renunciarás o te abstendrás de hacer esta Cuaresma?



Trate de establecer una hora del día para la oración. ¿Cuándo orarás por la mañana, a la hora del almuerzo o por la noche antes de acostarte?



Si ya oras en esos tiempos. Trate de aprender una nueva oración.

