

Quaresma 2019

Quadern d'activitats
per a nens i famílies

LA DONA DEL SEGLE XXI

NI INDEPENDENT, NI SEGURA,
NI AMB VEU.

UNA DE CADA TRES DONES D'AVUI
NO ÉS COM TE L'IMAGINES.

CREIEM EN LA IGUALTAT
I EN LA DIGNITAT
DE LES PERSONES

Dia del Dejuni Voluntari:
Divendres, 8 de febrer, 2019

Jornada Nacional de Mans Unides:
Diumenge, 10 de febrer, 2019

**Mans Unides porta treballant 60 anys perquè es compleixin els drets humans.
Ens importen les persones i que totes visquin amb dignitat.**

CONEIXES ELS DRETS HUMANS?

Relaciona cada dret amb el seu dibuix



4. Ningú no pot ser sotmès a tractes cruels o degradants.

5. Tota persona té dret a sortir de qualsevol país, fins i tot del propi, i a retornar-hi.



8. Tota persona té dret al treball.



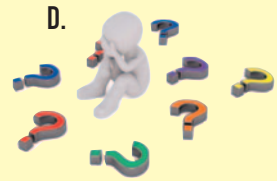
3. Ningú no pot ser esclau ni serf de ningú.



11. Tota persona té dret a l'educació.



9. Tota persona té dret a l'alimentació, el vestit i l'habitatge.



6. La família té dret a ser protegida.



1. Naixem lliures i iguals en dignitat i drets.

7. Tenim dret a la llibertat de pensament.



12. Tota persona té deures respecte de la comunitat.



2. Tenim dret a la salut.



10. La maternitat i la infantesa tenen dret a una ajuda i assistència especials.



SOLUCIÓ:
1 J L K H G I D E F A B C
2 K 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12

PREGÀRIES

10 de març: 1r Diumenge de Quaresma

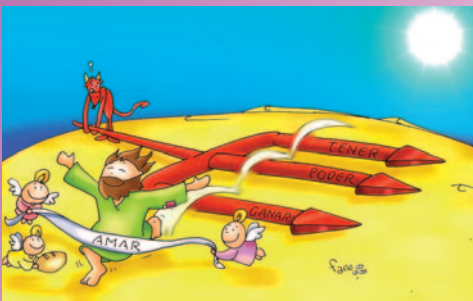
Jesús, et vas anar al desert ple de l'Esperit Sant. Que no se m'oblidi mai que no m'enfronto sola a les dificultats i a les temptacions. Que, quan alguna cosa em costi treball, sempre recordi que l'Esperit està en mi i que Ell em donarà la força que necessiti.

17 de març: 2n Diumenge de Quaresma

Quan Jesús orava i estava amb tu, Pare, el seu aspecte canviava, se li notava que estava ple de Tu! Tant de bo que també a mi se'm noti per fora que estic ple del teu amor per dins. Que l'alegria que em dóna el teu amor es contagii a totes les persones amb les quals em trobi

24 de març: 3r Diumenge de Quaresma

Senyor, dóna'm de l'aigua que Tu dones! Una aigua que omple la meua vida, que fa que senti el teu amor i la teva companyia, que em dóna la felicitat veritable. Aigua d'amor, de somriure, de pau, de justícia... Aquesta aigua que canvia les vides i que canviarà el món.



SOPA DE DRETS



Busca en la sopa de lletres
11 drets de les persones

D E S C A N S A R D A B
L R S J E V A O E R E P
L O I L U Z L A L U D A
I E L E R E U P I Q U N
B D E A J I T T G V C I
E I A S E G U R I D A D
R E F U G I C E O A C A
T A V A M M I B N E I D
A L I M E N T A C I O N
T S D E F I O L A C N O
L S A H E J P L L A R V
A F A M I L I A I S A E

Solució: Alimentació, descans, educació, família, llar, llibertat, refugi, religió, salut, treball, vida.

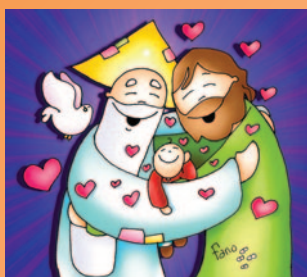
Benedicció de la taula:

Et donem gràcies, Pare, pel pa
de cada dia. El pa per menjar,
tan bo!; el pa de l'alegria,
tan important per viure amb
els altres!; el pa de la fe,
que ens ensenya a
dir-te pare!
i a les altres persones
germanes i germans!
Ensenya'ns a compartir el nostre pa,
perquè a ningú no li falti el pa.



31 de març: 4t Diumenge de Quaresma

Pare bo, bo! Sempre estàs
buscant-nos, esperant atent a
la nostra arribada i, quan ens veus,
surts corrent a abraçar-nos i a
besar-nos. No ens deixes temps
perquè t'expliquem el que vam fer
malament i, a sobre fas una festa
per a nosaltres! T'estimo! Ets
el millor pare del món! Vull ser com
Tu, vull estimar els altres, com Tu!



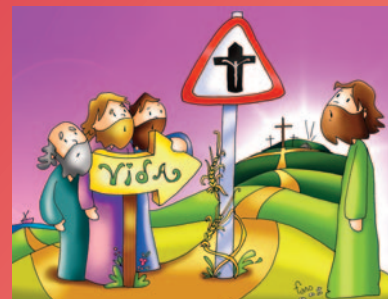
7 d'abril: 5è Diumenge de Quaresma

Jesús, de vegades és molt fàcil
veure què fan malament els altres
i criticar-los; però tots cometem
errors, tots ens equivoquem.
El millor de Tu és que ens estimes
així, com som, amb els nostres
defectes, i que ens ajudes a
millorar cada dia, a semblar-nos
més a tu. Et demano que no em
deixis tractar malament als altres
perquè fan alguna cosa que no
m'agrada, al contrari,
que també els
porti a ells
el teu amor.



14 d'abril: Diumenge de Rams

Comença la Setmana Santa, Senyor.
Sé que ho vas passar molt malament,
però que ho vas fer per mi, que
m'estimes tant que no vas pensar en
tu, sinó en mi i en totes les persones.
El teu amor et va fer morir per tots.
Qui m'ha estimat alguna vegada
així? Només Tu, Senyor. Contagia'm
la teva generositat, la teva
disponibilitat i la teva confiança.



HISTÒRIES DE SOLIDARITAT

Dret a l'EDUCACIÓ



Mans Unides/Siro Lopez

Hola, em dic María. Visc a l'abocador de Cobán, una ciutat al nord de Guatemala. Els meus pares es dediquen a reciclar les escombraries que porten els camions procedents de la ciutat. Abans, els fills i filles de les famílies que vivien a l'abocador, també havien de recollir les escombraries, però, des de fa catorze anys, podem anar a l'escola i menjar allí. Els nostres pares també poden assistir a formació. La nostra escola es diu *Comunidad Esperanza* i Mans Unides la recolza. Allí, més de quatre-centes nenes i nens ens preparam per a la vida. Ja hi ha persones que van estudiar aquí que són mestres, arquitectes. És una veritable oportunitat per a nosaltres.

Dret a la SALUT

Sóc en Matondo, pertanyo a l'ètnia Luba i visc a la República Democràtica del Congo. Fins fa poc, per a les dones era molt perillós tenir un fill, perquè, si hi havia algun problema, podien morir, ja que no hi havia un centre de salut preparat. També per als nadons i les nenes i nens era un problema posar-se malalt. Fa uns anys, Mans Unides va recolzar al centre sanitari del meu poble amb aparells i materials. Ara, ja podem anar allí i ser atesos per guarir-nos. Les nostres mares també són ateses quan estan esperant un fill, i han rebut formació per poder cuidar-se i cuidar-nos millor.



Mans Unides/Javier Mármol

Dret a la PAU

Em dic Nurwisa. Visc a l'Illa de Mindanao, la segona illa més gran al sud de Filipines. La meua ciutat es diu Zamboanga i des de fa anys, el grup d'organitzacions Zabida recolzat per Mans Unides, està acompanyant la meua família i moltes altres perquè ens trobem i dialoguem amb persones que tenen una altra religió i que pensen diferent, perquè aprenguem a conviure en pau. Això és molt important perquè a la meua regió hi ha encara molta violència i totes les persones tenim dret a viure en pau.



Mans Unides/Javier Mármol