



CENTRO ESCOLAR SEÑOR SAN JOSÉ

CALENDARIO DE CUARESMA 2026



DOMINGO

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

SABADO

a) Recuerda que los sacrificios sirven para: pagar parte de las *penas temporales* de nuestros pecados, fortalecer nuestro espíritu y sobre todo **aumentar** nuestro amor a Dios, esfuérzate y sé generoso con el Señor, que mucho le debes.
b) Marca con una palomita o una cruz según hayas o no cumplido el sacrificio.
c) Realiza todos los sacrificios acompañándolos con el rezo del Santo Rosario **DIARIO** y realmente agradecerás a Dios.
d) En la **Semana Santa** (29 marzo al 4 de abril) repite los sacrificios que más te hayan costado trabajo (puedes incluso hacer dos o tres al mismo tiempo).

18 Febrero
MIÉRCOLES DE CENIZA
Ayuno y abstinencia



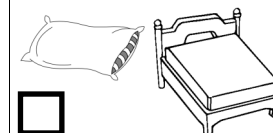
19 Realiza un Examen de Conciencia, para Que te puedas Confesar y pide Perdón a Dios.



20 NO CELULAR,
NO T.V.
NO INTERNET



21 DORMIR SIN ALMOHADA Y OFRECERCELO A CRISTO REY



22 - ASISTIR A MISA Y COMULGAR



23 Besar el Escapulario cada 2 horas y hacer una pequeña oración.



24 Lectura Espiritual 15 Min.



25 NO BOTANAS



26 Visitar la Capilla y rezar 5 minutos



27 No Música



28 NO Harinas



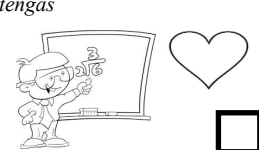
01 MARZO ASISTIR A MISA Y COMULGAR



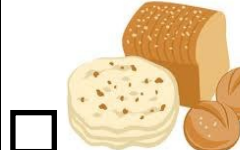
02 HACER UN ACTO DE AMOR A LA VIRGEN, POR CADA MIEMBRO DE MI FAMILIA



03 Hacer un Acto de amor a Dios por cada maestro que tengas



04 No comer tortillas ni pan



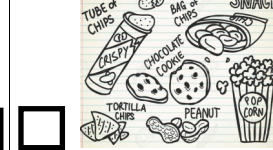
05 Dormir sin colchón



06 NO VIDEOJUEGOS



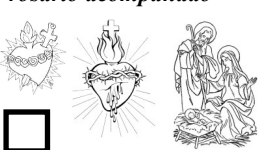
07 NO BOTANAS



08 ASISTIR A MISA Y COMULGAR



09 Rezar un misterio del rosario acompañado



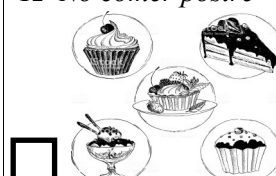
10 Reza el "Angelus" en la mañana, tarde y noche.



11 No comer dulces



12 No comer postre



13 NO CELULAR
NO T.V.
NO INTERNET



14 No jugar en todo el día



15 ASISTIR A MISA Y COMULGAR



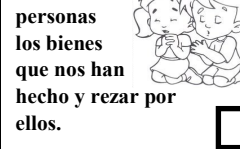
16 Háblale a 3 personas de Dios (sé un apóstol del Señor)



17 Leer la vida de algún Santo y rezarle



18 Agradecer a 5 diferentes personas los bienes que nos han hecho y rezar por ellos.



19 Rezar un Rosario dedicado a San José con sus letanías



20 ORACIÓN NOCTURNA A CRISTO CRUCIFICADO



21 Sonríele a todas las personas que veas hoy



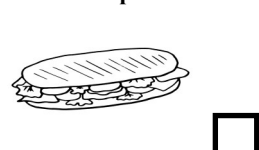
22 ASISTIR A MISA Y COMULGAR



23 NO REFRESCO, NO LECHE Y NO AGUA FRESCA



24 Cocina un lonche y dáselo a un pobre.



25 Guarda Un día de Silencio, Habla SÓLO, Lo necesario



26 No videojuegos y no Música



27 Rezar 7 avemarias a los 7 dolores de la Virgen



28 Lectura Espiritual de 10 Min. Y meditación de 5 min.

