POST 2019

Prisrčno povabljeni, da vsak dan udejanjite povabilo in pobarvate dve stopinji na poti do velike noči.

Blagoslovljen, veselja poln post!

MAVRICA

Karitas

O: Izziv za otroke.

M: Izziv za mlade.

S: Izziv za starše.

Pepelnica
sreda, 6. marec

1. postna nedelja
TEDEN NASMEHA
10. marec

O: Vsakomur, ki ga srečaš, se nasmehni in ga prijazno pozdravi.

M: Vzemi si čas za svojega brata ali sestro in ga/jo prijazno poslušaj.

S: Vzemi si čas za svoje starše in starejše ljudi. Z nasmehom jim pokaži, da jih imaš rad.

2. postna nedelja
TEDEN SKUPNE MIZE
17. marec

O: Pomagaj pripraviti večerjo ali zajtrk, da se boste vsak dan zbrali za skupno mizo.

M: Za skupno mizo ne uporabljaj telefona ali knjige in bodi pozoren do svojih najbližjih. Zadnji si vzemi najboljšo hrano.

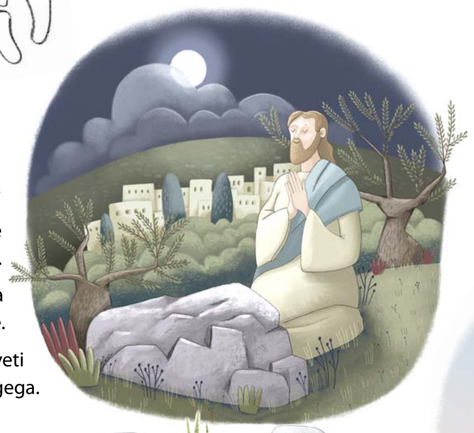
S: Ne pogrevaj napak svojih otrok za skupno mizo. Prijazna postrežba je vredna več od dobre hrane.

3. postna nedelja
TEDEN MOLITVE
24. marec

O: Vsak dan sam ali skupaj zmolite Oče naš in Zdrava, Marija za nekoga.

M: Ko se zbudiš, se Bogu zahvali za mirno noč in se razveseli novega dne.

S: Z zakoncem vsak dan zmolita Sveti angel drug za drugega.



4. postna nedelja
TEDEN ZAHVALJEVANJA
31. marec

O: Vsak dan se zvečer zahvali za 5 stvari, ki si jih ta dan prejel.

M: Vsak dan se zahvali staršem za eno od stvari, ki niso samoumevne: pripravljen obrok, oprano perilo, žepnina, prevoz …

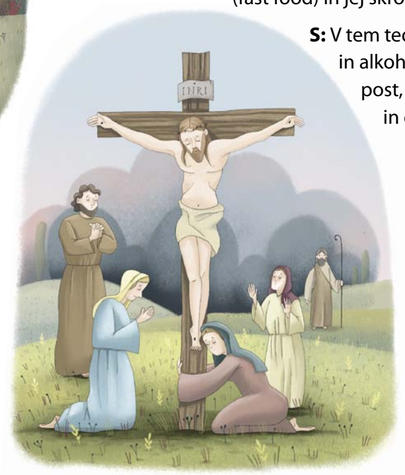
S: Bodi hvaležen za vse, kar si lepega doživel v svojem življenju. Z zakoncem si vsak večer izmenjajta najlepši dogodek dneva.

5. postna nedelja
TEDEN ODPOVEDI
7. april

O: Vsak dan se nečemu odpovej (sladkariji, posladku, kozarcu soka, računalniški igrici …) in to daruj Jezusu za nekoga, ki je v stiski.

M: Odpovej se v tem tednu obiskom okrepčevalnic s hitro hrano (fast food) in jej skromno.

S: V tem tednu se odpovej eni od svojih razvad in alkoholu. Če si se temu odpovedal za ves post, vabljen, da se odpoveš opravljanju in obrekovanju.



6. postna nedelja · Cvetna nedelja
TEDEN TIŠINE
14. april

O: Ta teden se odpovej televiziji in računalniškim igricam.

M: Teden brez »chetanja« in drugih aktivnosti na telefonu in brez objav. Udeleži se vsaj enega obreda velikega tedna.

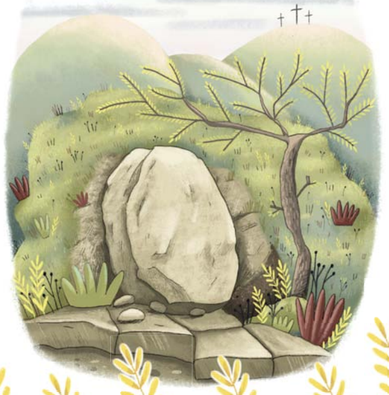
O: Teden brez radia na poti v službo. V tišini moli rožni venec in premišljuj o Jezusovih zadnjih dnevih. Namesto elektronskega razvedrila beri dobro knjigo.

VELIKA NOČ
21. april

Velika sobota
20. april

Veliki petek
19. april

Veliki četrtek
18. april



Ilustrirala Ana Razpotnik Donati