

Milé děti, milí rodiče,

letos jsme nachystali **postní cestičku** pro rodiny. Cílem je prožít postní dobu společně a připravit se na Velikonoce víc jako rodina. Úkoly jsou většinou zamýšleny na delší časový úsek, obvykle týden, rodiny ale mohou plnit i více úkolů současně. Pro splnění úkolu není nutné zapojení všech členů rodiny, je jasné, že někdy to prostě není možné.

Úkoly jsou zadávány volně, tak aby si je každá rodina mohla přizpůsobit podle věku a počtu svých dětí, svých zvyklostí, Úkoly se mohou opakovat. Cílem je soustředit se každý týden na něco, čemu se budete s rodinou věnovat.

Smyslem podstoupení „újm“ je využít ušetřený čas/peníze ve prospěch něčeho dobrého, pokud se zdržíme týden od sladkostí, ušetřené **peníze můžeme věnovat na postní almužnu**, ne nashromážděné sladkosti spořádat v neděli 😊. Pokud navržené úkoly popisují to, co běžně děláte, zkuste si přidat vyšší náročnost nebo vlastní úkol.

Budeme postupovat jako při adventní cestičce, tzn. vyberete si úkol z nabídky, při splnění za týden odstříhnete papírek a přinesete na nedělní mši. Jednotlivé úkoly budeme tentokrát měnit na květy. Necháme rozvést celý Kristův kříž?

### Úkoly:

1. Účastníme se v tomto týdnu křížové cesty.
2. Naučíme se novou modlitbu – např. při večerní modlitbě se modlíme modlitbu, kterou děti neznají, díky týdenní pravidelné modlitbě se ji děti naučí. Jakou?.....
3. Pomodlíme se růženec – možnost i po částech, pokud se každý večer pomodlíme jeden desátek vybraného růžence, za pět dní to dá celý růženec. (jak na něj si můžete najít např. na: <a href="http://www.abcsvatych.com/menu/ruzenec.htm">http://www.abcsvatych.com/menu/ruzenec.htm</a> ).
4. Týden se společně modlíme na zvolený úmysl (nevěřící spolužák, příbuzný, soused, ...) libovolnou pravidelnou modlitbu.
5. Společně čteme dětskou duchovní knihu (podle svého výběru nebo z navrženého seznamu – možno zapůjčit vždy po mši). Jakou knihu?.....
6. Hezky strávíme jedno odpoledne v týdnu s programem, který si užije celá rodina.
7. Aspoň jednou v týdnu jdeme na mši ve všední den.
8. Všichni se zapojíme na týden do domácích prací nad rámec našeho běžného fungování. Např. si vybereme práci, kterou běžně neděláme a uděláme ji společně.
9. Týden nejíme sladkosti.
10. Navštívíme někoho, za kým jsme dlouho nebyli.
11. Týden nepoužíváme ke své zábavě zvolený druh elektroniky (Nemá smysl vypnout telefon, pc i tv, současně, ale omezit např. jeden druh. Je dobré se s dětmi vysvětlit rozdíl mezi tím, kdy pracujeme na pc a kdy si "užíváme").
12. Účastníme se postní almužny mimořádným darem na nějaký účel.
13. Dobrý skutek pro životní prostředí (omezíme jízdu autem, šetříme energie, posbíráme venku rozsypané odpadky, ...). Jaký?.....
14. Vlastní úkol. Jaký?.....

**Knihy, např.:**

Profesor Ulipispirus a jiné pohádky (Špidlík, Tomáš)

Bajky o moudré sově (Špidlík, Tomáš)

Jáchym a desatero (Brigitte, Endresová)

Vlk a štít – Dobrodružství se sv. Patrikem (Sherry, Weaver Smithová)

Kočovníci severu (Hora, Jan)

Popoupo, aneb Podivuhodná pouť pouští (Holasová, Zuzana)

Taumur (Holasová, Zuzana)

Malý princ (de Saint-Exupéry, Antoine)

Letopisy Narnie (Lewis Clark)

Setkání s pastýři, Ztraceni v bouři, Nebezpečí na moři a další díly (Dateno, Maria Grace FSP)

Tajemství posledního večera (Renč, Ivan – Krejčová, Zdeňka)

Bůh je tady! (Zajícová, Jana)

Biblická podobenství pro děti (1854) (Hartman Bob – Kállai, Nagyová Krisztina)

Bitva na řece Pádu, Vzpouřa v Assisi a další (Selucký, Oldřich)

Drakobijce moje cesta (Domek, Marek a Hajkovský, Juraj)

Dobrodružství Matky Terezy (Stoneová, Elaine Murray)

Poklady pod sněhem (St. John, Patricia)

Škola modlitby pro malé myšky (Gorla, Stefano)