

# Food Fast en la escuela

1 de 1

SÉ VALIENTE Y AYUNA

Aunque el Food Fast está diseñado para ser un retiro de 24 horas, las escuelas pueden modificar fácilmente el programa para incluirlo en un día escolar. Toda la escuela puede participar y las actividades se pueden realizar en cada hora de clase. Quizás, en vez de ayunar, la escuela pueda ofrecer una comida sencilla simple para el almuerzo.

## Programa sugerido

Asamblea inicial: . . . . . Oración de apertura  
1° hora de clase: . . . . . Momento educativo:  
2° hora de clase: . . . . . Reflexión  
3° hora de clase: . . . . . Momento educativo:  
4° hora de clase: . . . . . Momento educativo:  
Almuerzo: . . . . . Oración  
5° hora de clase: . . . . . Reflexión  
6° hora de clase: . . . . . Momento educativo  
Asamblea final: . . . . . Oración de envío

Otra opción para el Food Fast es ofrecer a los estudiantes la opción de participar durante un día entero y compartir con la escuela por qué ayunan. Las actividades educativas y las oraciones pueden usarse antes de la fecha programada para el Food Fast o incorporarse al día escolar de los participantes.

## Programa sugerido

*Antes del Food Fast*

Reflexión  
Momento educativo

*Food Fast*

Antes de la escuela: . . . . . Oración de apertura  
Almuerzo: . . . . . Presentaciones a toda  
la escuela sobre la pobreza  
y el hambre en el mundo  
Después de la escuela: . . . . . Oración de envío

*Después del Food Fast*

Determine cómo incorporar toda la escuela en obras de servicio y en pro de la justicia.