

# Para planear su primer Food Fast

Si esta es la primera vez que organiza un Food Fast, le ofrecemos esta información que debe tener en mente antes de empezar.

1 de 1

SÉ VALIENTE Y AYUNA

## Tema

Food Fast invita a los jóvenes a aprender sobre la realidad de las personas que viven en la pobreza y por qué luchan para conseguir alimentos para ellos y sus familias. También es una manera para que la juventud pueda responder a las necesidades de los pobres en nuestro mundo.

Es más fácil entender la seguridad alimentaria cuando se enfoca en un aspecto particular de la cuestión. Este año, Food Fast examina la agricultura como una manera de asegurar los alimentos. Como parte de este tema, Food Fast motivará a los jóvenes a considerar su relación con la comida. ¿De dónde viene nuestra comida, ¿cómo llega a nosotros, cuánta variedad podemos obtener? Y ¿cómo nuestra relación con los alimentos afecta e impacta a los pobres de nuestras comunidades y en todo el mundo?

## Doctrina Social Católica

El Evangelio nos llama a ayudar a los más necesitados y acercarnos a los miembros más vulnerables de la sociedad. La *Opción por los pobres y vulnerables* nos recuerda que como católicos tenemos una responsabilidad para asegurar que cada persona tenga acceso a los alimentos. Este año, Food Fast motivará a los jóvenes a reflexionar sobre este principio de la Doctrina Social Católica.

## Planificación

**Comience 8 semanas antes de su Food Fast.** Use el cronograma de *Cómo organizar un retiro de Food Fast* para ayudarlo a planear su Food Fast. También puede utilizar la *Guía para actividades de Food Fast* para programar las sesiones durante todo el Food Fast. La guía ofrece sugerencias para el orden de las actividades.

**No planee solo.** Invite a voluntarios adultos y/o dirigentes juveniles para ayudar con los planes para el retiro. Organice voluntarios para los diferentes equipos que son responsables de la logística, la promoción y la recaudación de fondos.

Algunos grupos invitan a otra parroquia o la escuela a participar con ellos. Cuando el Food Fast se hace conjuntamente, aumenta el número de participantes y se comparte la responsabilidad para organizar el retiro.

## Promoción

**Anúncielo a su comunidad de fe.** Es importante informarle primero al grupo de jóvenes que se ha organizado un Food Fast e invítelos a asistir. Utilice los *Anuncios para boletines*, el *Volante de Food Fast* y el *Póster de Food Fast* para invitar a los jóvenes participantes a ser valientes y ayunar. También debe anunciar a su comunidad parroquial o escolar que el grupo de jóvenes hará un ayuno de 24 horas en solidaridad con los pobres. Utilice los *Anuncios para boletines* o invite a un participante a hacer un anuncio al final de la misa para que toda la comunidad esté informada acerca de su próximo retiro.

**Informe a su comunidad local.** Use el *Aviso a la prensa* de Food Fast para que su comunidad se entere acerca del retiro y cómo los jóvenes en su área están ayudando a los pobres de todo el mundo. CRS puede ayudarlo a trabajar con el periódico local y diocesano. Envíanos un email a [foodfast@crs.org](mailto:foodfast@crs.org).

## Recaudación de fondos

**Establezca una meta.** Si su grupo desea apoyar el trabajo de Catholic Relief Services, pida a los participantes que establezcan una meta y luego decidan cómo van a pedir donativos. Use la recaudación de fondos personalizada de CRS para Food Fast y diseñe una página para su grupo que puede ser enviada por correo electrónico a familiares y amigos pidiendo su apoyo.

## ¿Necesita más ayuda?

Al comenzar la preparación de su Food Fast, el personal de Catholic Relief Services está disponible para ayudarlo. Puede enviarnos un correo electrónico a [foodfast@crs.org](mailto:foodfast@crs.org) o llame al 1-866-608-5978 con sus preguntas, conocer las mejores prácticas o para saber más acerca de Food Fast.