

CESTA PÔSTU



Prejdi s nami cestou pôstu. Spolu s Ježišom putujme ku krížu – symbolu nášho vykúpenia. Každú nedeľu sa zastav a poďakuj za dar obety Pána Ježiša. Na jeho ceste ho nasleduj pôstom, modlitbou a almužnou. Každý deň putovania sa usiluj získať aspoň jeden kvet – pôstu, modlitby či almužny. Kvetmi vyzdob každý deň svojej cesty.



Pôst – zrieknutie sa sladkosti, poznerania televízie, hrania sa na počítači,...



Modlitba – svätá omša v týždni, modlitba aspoň desiatku ruženca, modlitba krížovej cesty,...



Almužna – venovanie času súrodencovi, pomoc v domácnosti, pomoc starým rodičom,...



Vystrihni si všetky časti. Podpery a postavičky poskladaj podľa nákresu. Do cesty na miesta **nediel** vsuň a vlep podpery podľa poradia.

Kríž nastrihni a zasun do skaly. Potom zasun cestu do kríža. Keď máš všetko zasunuté, prilep podpery a skalu na výkres alebo na kartón. Postavičky chlapca či dievčata posuň každý pôstny deň o jedno políčko. Na Veľkonočnú nedeľu daj na kríž bielu plachtu – znak zmŕtvychvstania Pána Ježiša.

