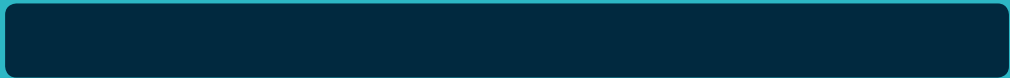


c r e o



**Aprender
para la vida**

Aprender con sentido



N

CULTURA DEL ENCUENTRO

Nutrir las relaciones





CULTURA DEL ENCUENTRO

Nutrir las relaciones

Los momentos de las comidas son muy importantes porque en ellos nutrimos nuestro cuerpo y nos encontramos con otras personas. Al comer junto a otros, se alegra el corazón y se fortalece el espíritu. Procuren compartir los momentos de comida para vivir la **cultura del encuentro** con las personas que los rodean.



ACTIVIDAD 1

Promuevan el diálogo en la mesa al momento de comer. Para ello busquen una caja pequeña en la que quepan varios teléfonos celulares. Coloquen en la tapa un cartel con la palabra *Encontrémonos*. Decoren la caja a su gusto. Propongan a sus familiares que todos guarden sus teléfonos celulares en la caja mientras comen. Pueden complementar este ejercicio con el televisor apagado. Así no se interrumpe el encuentro familiar.



ACTIVIDAD 2

Nutran sus relaciones colaborando con algunas de las acciones que se realizan previamente al momento de la comida. Comprométanse con varias de las siguientes actividades. Señalen las que más les gusten.

Ayudar a elegir algunos alimentos al hacer las compras.	
Colaborar en la preparación de los alimentos.	
Recoger la mesa y lavar los platos.	
Preparar la mesa antes de la comida.	



PARA LA VIDA

Piensen: ¿Qué diferencia hay entre alimentarse y nutrirse?
¿Qué hacen para nutrir bien su cuerpo y su espíritu?