

# Rejoice O' Earth Regocíjate oh Tierra

2022 APPOINTMENT CALENDAR | CALENDARIO DE CITAS 2022

CATHOLIC  EXTENSION

Building Faith | Inspiring Hope | Igniting Change  
Edificando la fe | Inspirando la Esperanza | Iniciando el Cambio

## THE OFFICIAL CATHOLIC CALENDAR FOR OVER 100 YEARS

One hundred percent of the proceeds we raise from our calendars strengthens the presence and mission of the Catholic Church in under-resourced Catholic communities across the United States. Thank you for your support.

## EL CALENDARIO CATÓLICO OFICIAL DURANTE CASI 100 AÑOS

100% de los ingresos recaudados por nuestros calendarios apoyan la presencia y la acción misionera de la Iglesia Católica en las comunidades católicas de escasos recursos en todo Estados Unidos. Gracias por su ayuda.



*The light shines in the darkness, and the darkness has not overcome it. John 1:5*

*La luz brilla en las tinieblas, y las tinieblas no la vencieron. Juan 1,5*



### **DIOCESE OF COLORADO SPRINGS**

With many young people moving into the state, this central Colorado diocese is experiencing rapid growth. As faith communities outgrow their pews, Catholic Extension is supporting this developing area by helping to expand existing churches and build new ones.

### **DIÓCESIS DE COLORADO SPRINGS**

Con muchos jóvenes mudándose al estado, esta diócesis en el centro de Colorado está experimentando un rápido crecimiento. A medida en que la comunidad crece, las bancas de las iglesias se llenan, y es Catholic Extension quien apoya esta área en desarrollo al ampliar las iglesias existentes y construir otras nuevas.



# JANUARY/ENERO 2022

SUNDAY/DOMINGO

MONDAY/LUNES

TUESDAY/MARTES

WEDNESDAY/MIÉRCOLES

THURSDAY/JUEVES

FRIDAY/VIERNES

SATURDAY/SÁBADO

Father Francis Clement Kelley founded Catholic Extension in 1905 in Lapeer, Michigan to awaken the missionary spirit in America.

El padre Francis Clement Kelley fundó Catholic Extension en 1905 en Lapeer, Michigan buscando despertar el espíritu misionero en los Estados Unidos.

DECEMBER 2021/  
DICIEMBRE 2021

S/D	M/L	T/M	W/X	T/J	F/V	S/S
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

FEBRUARY/FEBRERO

S/D	M/L	T/M	W/X	T/J	F/V	S/S
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28				

**1** SOLEMNITY OF MARY, THE HOLY MOTHER OF GOD  
The Octave Day of the Nativity of the Lord  
*New Year's Day* ★  
SOLEMNIDAD DE SANTA MARÍA, MADRE DE DIOS  
Octavo día de la Natividad de Señor  
*Año Nuevo* ★  
W / B

**2** THE EPIPHANY OF THE LORD  
EPIFANÍA DEL SEÑOR  
W / B

**3** The Most Holy Name of Jesus  
Christmas Weekday  
Santísimo Nombre de Jesús  
Ferias de Navidad  
W / B / B

**4** ST. ELIZABETH ANN SETON, RELIGIOUS  
Christmas Weekday  
SANTA ISABEL ANA SETON, RELIGIOSA  
Ferias de Navidad  
W / B

**5** ST. JOHN NEUMANN, BISHOP  
Christmas Weekday  
SAN JUAN NEPOMUCENO NEUMANN, OBISPO  
Ferias de Navidad  
W / B

**6** St. André Bessette, Religious  
Christmas Weekday  
San Andrés Bessette, religioso  
Ferias de Navidad  
W / B / B

**7** St. Raymond of Penyafort, Priest  
Christmas Weekday  
First Friday of the Month  
San Raimundo de Peñafort, presbítero  
Ferias de Navidad  
Primer viernes de mes  
W / B / B

**8** Christmas Weekday  
Ferias de Navidad  
W / B

**9** THE BAPTISM OF THE LORD  
BAUTISMO DEL SEÑOR  
W / B

**10** FIRST WEEK IN ORDINARY TIME  
PRIMERA SEMANA DEL TIEMPO ORDINARIO  
G / V

**11** G / V

**12** G / V

**13** St. Hilary, Bishop and Doctor of the Church  
San Hilario, obispo y doctor de la Iglesia  
G / W / V / B

**14** G / V

**15** G / W / V / B

**16** SECOND SUNDAY IN ORDINARY TIME  
SEGUNDO DOMINGO DEL TIEMPO ORDINARIO  
G / V

**17** ST. ANTHONY, ABBOT  
*Martin Luther King, Jr. Day* ★  
SAN ANTONIO, ABAD  
*Día de Martin Luther King Jr.* ★  
W / B

**18** G / V

**19** G / V

**20** St. Fabian, Pope and Martyr  
St. Sebastian, Martyr  
San Fabián, Papa y mártir  
San Sebastián, mártir  
G / R / R / V / R / R

**21** ST. AGNES, VIRGIN AND MARTYR  
SANTA INÉS, VIRGEN Y MÁRTIR  
R / R

**22** DAY OF PRAYER FOR THE LEGAL PROTECTION OF UNBORN CHILDREN  
DÍA DE ORACIÓN POR LA PROTECCIÓN LEGAL DE LA CRIATURA EN EL VIENTRE MATERNO  
B / o W / W or V

**23** THIRD SUNDAY IN ORDINARY TIME  
TERCER DOMINGO DEL TIEMPO ORDINARIO  
G / V

**24** ST. FRANCIS DE SALES  
SAN FRANCISCO DE SALES  
W / B

**25** THE CONVERSION OF ST. PAUL THE APOSTLE  
CONVERSIÓN DE SAN PABLO, APÓSTOL  
W / B

**26** STS. TIMOTHY AND TITUS, BISHOPS  
SANTOS TIMOTEO Y TITO, OBISPOS  
W / B

**27** St. Angela Merici, Virgin  
Santa Ángela Merici, virgen  
G / W / V / B

**28** ST. THOMAS AQUINAS, PRIEST AND DOCTOR OF THE CHURCH  
SANTO TOMÁS DE AQUINO, PRESBITERO Y DOCTOR DE LA IGLESIA  
W / B

**29** G / W / V / B

**30** FOURTH SUNDAY IN ORDINARY TIME  
CUARTO DOMINGO DEL TIEMPO ORDINARIO  
G / V

**31** ST. JOHN BOSCO, PRIEST  
SAN JUAN BOSCO, PRESBITERO  
W / B





*I fear the Lord, the God of heaven, who made the sea and the dry land. Jonah 1:9*

*Yo adoro al Señor Dios del cielo, que hizo el mar y la tierra firme. Jonás 1,9*

### **DIOCESE OF ARECIBO**













































































Nearly 70 percent of the population in this Puerto Rico diocese is Catholic. The Church is built up by the evangelization, family life ministries and dedicated faith leaders supported by Catholic Extension. Reaching out to the community is especially important in an area still recovering from Hurricane Maria.

### **DIÓCESIS DE ARECIBO**

Casi el 70 por ciento de la población de esta diócesis de Puerto Rico es católica. Catholic Extension apoya a la Iglesia que está constituida por la evangelización, ministerios de vida familiar y dedicados líderes religiosos. Es especialmente importante el tender la mano a la comunidad de un área que aún se está recuperando del huracán María.



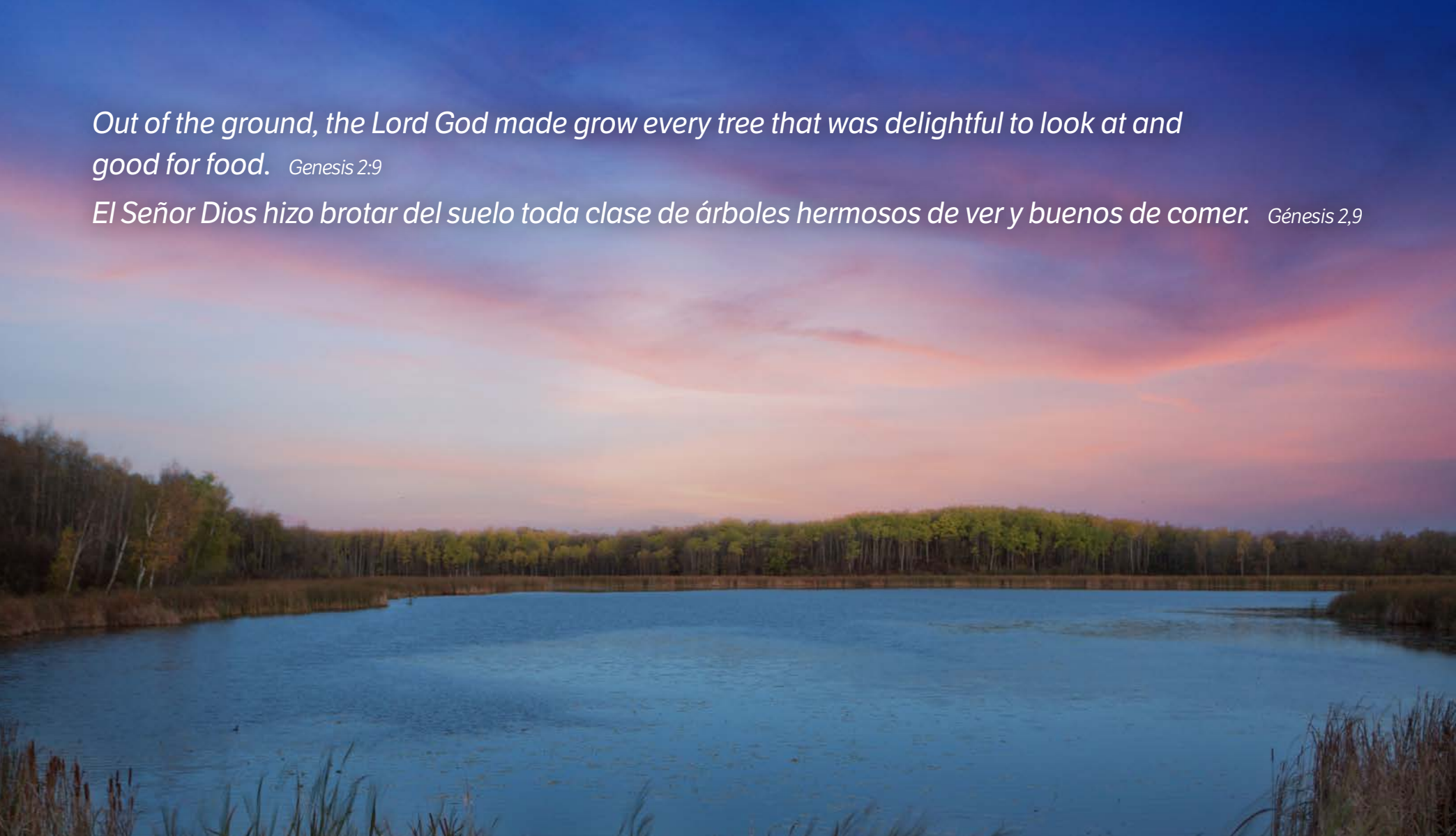
# FEBRUARY/FEBRERO 2022

SUNDAY/DOMINGO	MONDAY/LUNES	TUESDAY/MARTES	WEDNESDAY/MIÉRCOLES	THURSDAY/JUEVES	FRIDAY/VIERNES	SATURDAY/SÁBADO
<p><b>JANUARY/ENERO</b></p> <p>S/D M/L T/M W/X T/J F/V S/S</p> <p>1</p> <p>2 3 4 5 6 7 8</p> <p>9 10 11 12 13 14 15</p> <p>16 17 18 19 20 21 22</p> <p>23 24 25 26 27 28 29</p> <p>30 31</p>	<p><b>MARCH/MARZO</b></p> <p>S/D M/L T/M W/X T/J F/V S/S</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>6 7 8 9 10 11 12</p> <p>13 14 15 16 17 18 19</p> <p>20 21 22 23 24 25 26</p> <p>27 28 29 30 31</p>	<p>1  </p> <p>●</p>	<p>2 THE PRESENTATION OF THE LORD PRESENTACIÓN DEL SEÑOR  </p>	<p>3 St. Blaise, Bishop and Martyr St. Ansgar, Bishop San Blas, obispo y mártir San Óscar, obispo      </p>	<p>4 First Friday of the Month Primer viernes de mes  </p>	<p>5 ST. AGATHA, VIRGIN AND MARTYR SANTA ÁGUEDA, VIRGEN Y MÁRTIR  </p>
<p>6 FIFTH SUNDAY IN ORDINARY TIME QUINTO DOMINGO DEL TIEMPO ORDINARIO  </p>	<p>7  </p>	<p>8 St. Jerome Emiliani St. Josephine Bakhita, Virgin San Jerónimo Emiliani Santa Josefina Bakhita, virgen      </p> <p>●</p>	<p>9  </p>	<p>10 ST. SCHOLASTICA, VIRGIN SANTA ESCOLÁSTICA, VIRGEN  </p>	<p>11 Our Lady of Lourdes Bienaventurada Virgen María de Lourdes    </p>	<p>12    </p>
<p>13 SIXTH SUNDAY IN ORDINARY TIME SEXTO DOMINGO DEL TIEMPO ORDINARIO  </p>	<p>14 STS. CYRIL, MONK, AND METHIDIUS, BISHOPS <i>St. Valentine's Day</i> SANTOS CIRILO, MONJO, Y METODIO, OBISPO <i>Día de San Valentín</i>  </p>	<p>15  </p>	<p>16  </p> <p>○</p>	<p>17 The Seven Holy Founders of the Servite Order Los siete santos Fundadores de la Orden de los Siervos de la Bienaventurada Virgen María    </p>	<p>18  </p>	<p>19    </p>
<p>20 SEVENTH SUNDAY IN ORDINARY TIME SÉPTIMO DOMINGO DEL TIEMPO ORDINARIO  </p>	<p>21 St. Peter Damian, Bishop and Doctor of the Church <i>Presidents' Day</i> ★ San Pedro Damían, obispo y doctor de la Iglesia <i>Día del Presidente</i> ★    </p>	<p>22 THE CHAIR OF ST. PETER THE APOSTLE CÁTEDRA DE SAN PEDRO, APÓSTOL  </p>	<p>23 ST. POLYCARP, BISHOP AND MARTYR SAN POLICARPO, OBISPO Y MÁRTIR  </p> <p>●</p>	<p>24  </p>	<p>25  </p>	<p>26    </p>
<p>27 EIGHTH SUNDAY IN ORDINARY TIME OCTAVO DOMINGO DEL TIEMPO ORDINARIO  </p>	<p>28  </p>	<p>Since 1905, Catholic Extension has provided more than \$1.3 billion (in today's dollars) to strengthen the presence and mission of the Catholic Church across the United States.</p> <p>Desde 1905, Catholic Extension ha proporcionado más de \$ 1.3 mil millones (en dólares al día de hoy) para fortalecer la presencia y la misión de la Iglesia Católica en todo Estados Unidos.</p>				



*Out of the ground, the Lord God made grow every tree that was delightful to look at and good for food. Genesis 2:9*

*El Señor Dios hizo brotar del suelo toda clase de árboles hermosos de ver y buenos de comer. Génesis 2,9*



### **DIOCESE OF FARGO**

Faith communities gather in worship in the dozens of Catholic churches that Catholic Extension has helped build in this diocese. Catholic Extension continues to help repair these sacred spaces, which can be damaged in the harsh North Dakota winter.

### **DIÓCESIS DE FARGO**

Catholic Extension ha ayudado a construir docenas de iglesias católicas en esta diócesis donde las comunidades de fe se reúnen para dar culto a Dios. Catholic Extension continúa ayudando a reparar estos espacios sagrados, que pueden resultar dañados en los duros inviernos de Dakota del Norte.



# MARCH/MARZO 2022

SUNDAY/DOMINGO

MONDAY/LUNES

TUESDAY/MARTES

WEDNESDAY/MIÉRCOLES

THURSDAY/JUEVES

FRIDAY/VIERNES

SATURDAY/SÁBADO



Catholic Extension has recognized the hidden heroes of mission dioceses each year with the Lumen Christi Award since 1977.

Catholic Extension cada año desde 1977 ha venido reconociendo a los héroes ocultos de las diócesis de misión con el Premio Lumen Christi.

1  



2 ASH WEDNESDAY  
MIÉRCOLES DE CENIZA  
 



3 THURSDAY AFTER  
ASH WEDNESDAY  
St. Katharine Drexel, Virgin  
JUEVES DESPUÉS DEL  
MIÉRCOLES DE CENIZA  
Santa Catalina Drexel, virgen  
 



4 FRIDAY AFTER ASH WEDNESDAY  
St. Casimir  
First Friday of the Month  
VIERNES DESPUÉS DEL  
MIÉRCOLES DE CENIZA  
San Casimiro  
Primer viernes de mes  
  

5 SATURDAY AFTER  
ASH WEDNESDAY  
SÁBADO DESPUÉS DEL  
MIÉRCOLES DE CENIZA  
 

6 FIRST SUNDAY OF LENT  
PRIMER DOMINGO  
DEL CUARESMA  
 

7 Sts. Perpetua and Felicity,  
Martyrs  
Santas Perpetua y Felicidad,  
mártires  
 

8 St. John of God, Religious  
San Juan de Dios, religioso  
 

9 St. Frances of Rome, Religious  
Santa Francesca Romana,  
religiosa  
 

10  

11   

12  




13 SECOND SUNDAY OF LENT  
*Daylight Saving Time Begins*  
SEGUNDO DOMINGO  
DEL CUARESMA  
*Inicia el horario de verano*  
 



14  

15  

16  

17 St. Patrick, Bishop  
*St. Patrick's Day*  
San Patricio, obispo  
*Día de San Patricio*  
 

18 St. Cyril of Jerusalem,  
Bishop and Doctor of  
the Church  
San Cirilo de Jerusalén,  
obispo y doctor de la Iglesia  
  

19 ST. JOSEPH, SPOUSE OF  
THE BLESSED VIRGIN MARY  
SAN JOSÉ, ESPOSO DE  
LA BIENAVENTURADA  
VIRGEN MARÍA  
 



20 THIRD SUNDAY OF LENT  
TERCER DOMINGO  
DEL CUARESMA  
 

21  





22  

23 St. Turibius of Mogrovejo,  
Bishop  
Santo Toribio de  
Mogrovejo, obispo  
 

24  

25 THE ANNUNCIATION  
OF THE LORD  
ANUNCIACIÓN DEL SEÑOR  
 

26  

27 FOURTH SUNDAY OF LENT  
CUARTO DOMINGO DEL  
CUARESMA  
 or   or 

28  

29  

30  

31  

FEBRUARY/FEBRERO

S/D	M/L	T/M	W/X	T/J	F/V	S/S
	1	2	3	4	5	
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

APRIL/ABRIL

S/D	M/L	T/M	W/X	T/J	F/V	S/S
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30



*My soul thirsts for God, the living God. When can I enter and see the face of God? Psalm 42:3*

*Mi alma está sedienta de Dios, del Dios vivo, ¿cuándo entraré a ver el rostro de Dios? Salmo 42,3*

### **DIOCESE OF HELENA**

This diocese is home to several Native American communities—including the Blackfoot tribe, which hosts a large, multi-day “powwow” each year that includes a Mass. Catholic Extension supports faith life in the tribe through parish and priest subsidies.

### **DIÓCESIS DE HELENA**

Esta diócesis es el hogar de varias comunidades de nativos americanos, incluida la tribu Blackfoot, que organiza cada año un gran “powwow” de varios días que incluye una misa. Catholic Extension apoya la vida de fe de la tribu a través de subsidios a las parroquias y sacerdotes.





# APRIL/ABRIL 2022

SUNDAY/DOMINGO

MONDAY/LUNES

TUESDAY/MARTES

WEDNESDAY/MIÉRCOLES

THURSDAY/JUEVES

FRIDAY/VIERNES

SATURDAY/SÁBADO

In 1910, Catholic Extension became a papal society under the guidance of the pope.


En 1910, Catholic Extension se convirtió en una sociedad pontificia bajo la guía del papa.

MARCH/MARZO

S/D	M/L	T/M	W/X	T/J	FN	S/S
	1	2	3	4	5	
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

MAY/MAYO

S/D	M/L	T/M	W/X	T/J	FN	S/S
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

1 First Friday of the Month  
Primer viernes de mes  
V / M / 

2 St. Francis of Paola, Hermit  
San Francisco de Paula, ermitaño  
V / M

•

8 V / M / 

9 V / M

•

○

•

•

3 FIFTH SUNDAY OF LENT  
QUINTO DOMINGO DEL  
CUARESMA  
V / M

4 St. Isidore, Bishop and Doctor  
of the Church  
San Isidoro, obispo y doctor  
de la Iglesia  
V / M

5 St. Vincent Ferrer, Priest  
San Vicente Ferrer, presbítero  
V / M

6 V / M

7 St. John Baptist de la Salle, Priest  
San Juan Bautista de la Salle,  
presbítero  
V / M

15 FRIDAY OF THE PASSION OF  
THE LORD (GOOD FRIDAY)  
VIERNES SANTO DE LA  
PASIÓN DEL SEÑOR  
R / R / 

16 HOLY SATURDAY  
SÁBADO SANTO  
V / B

10 PALM SUNDAY OF THE  
PASSION OF THE LORD  
DOMINGO DE RAMOS DE  
LA PASIÓN DEL SEÑOR  
R / R

11 MONDAY OF HOLY WEEK  
LUNES SANTO  
V / M

12 TUESDAY OF HOLY WEEK  
MARTES SANTO  
V / M

13 WEDNESDAY OF HOLY WEEK  
MIÉRCOLES SANTO  
V / M

14 THURSDAY OF HOLY WEEK  
(HOLY THURSDAY)  
JUEVES SANTO  
V / B

22 FRIDAY WITHIN THE  
OCTAVE OF EASTER  
VIERNES DE LA OCTAVA  
DE PASCUA  
V / B

23 SATURDAY WITHIN THE  
OCTAVE OF EASTER  
SABADO DE LA OCTAVA  
DE PASCUA  
V / B

17 EASTER SUNDAY OF  
THE RESURRECTION  
OF THE LORD  
DOMINGO DE PASCUA  
DE LA RESURRECCIÓN  
DEL SEÑOR  
V / B

18 MONDAY WITHIN THE  
OCTAVE OF EASTER  
LUNES DE LA OCTAVA  
DE PASCUA  
V / B

19 TUESDAY WITHIN THE  
OCTAVE OF EASTER  
MARTES DE LA OCTAVA  
DE PASCUA  
V / B

20 WEDNESDAY WITHIN THE  
OCTAVE OF EASTER  
MIÉRCOLES DE LA OCTAVA  
DE PASCUA  
V / B

21 THURSDAY WITHIN THE  
OCTAVE OF EASTER  
JUEVES DE LA OCTAVA  
DE PASCUA  
V / B

29 ST. CATHERINE OF SIENA,  
VIRGIN AND DOCTOR  
OF THE CHURCH  
SANTA CATALINA DE SIENA,  
VIRGEN Y DOCTORA DE  
LA IGLESIA  
V / B

30 St. Pius V, Pope  
San Pío V, Papa  
V / V / B / B

24 SECOND SUNDAY OF  
EASTER (SUNDAY OF  
DIVINE MERCY)  
SEGUNDO DOMINGO DE  
PASCUA (DOMINGO DE  
LA DIVINA MISERICORDIA)  
V / B

25 ST. MARK, EVANGELIST  
SAN MARCOS, EVANGELISTA  
R / R

26 V / B

27 V / B

28 St. Peter Chanel, Priest  
and Martyr  
St. Louis Grignion de  
Montfort, Priest  
San Pedro Chanel,  
presbítero y mártir  
San Luis María Grignion  
de Montfort, presbítero  
V R / V / B / R / B



*If God so clothes the grass of the field, which grows today and is thrown into the oven tomorrow, will he not much more provide for you, O you of little faith? Matthew 6:30*

*Pues si la hierba del campo que hoy crece y mañana la echan al fuego, Dios la viste así, ¿no los vestirá mejor a ustedes, hombres de poca fe? Mateo 6,30*

### **DIOCESE OF MONTEREY**

One third of the California Missions—beautiful, historical churches founded by early missionaries in California—are located in this diocese. Catholic Extension supports pastors and lay leaders in this region as the Hispanic population increases.

### **DIÓCESIS DE MONTEREY**

Un tercio de las Misiones de California se encuentran en esta diócesis, estas son hermosas iglesias históricas fundadas por los primeros misioneros en California. A medida que aumenta la población hispana de esta región, Catholic Extension apoya a los sacerdote y a los líderes laicos.





# MAY/MAYO 2022

SUNDAY/DOMINGO      MONDAY/LUNES      TUESDAY/MARTES      WEDNESDAY/MIÉRCOLES      THURSDAY/JUEVES      FRIDAY/VIERNES      SATURDAY/SÁBADO

**1** **THIRD SUNDAY OF EASTER**  
**TERCER DOMINGO DE PASCUA**  
W / B

**2** ST. ATHANASIUS, BISHOP AND DOCTOR OF THE CHURCH  
 SAN ATANASIO, OBISPO Y DOCTOR DE LA IGLESIA  
W / B

**3** STS. PHILIP AND JAMES, APOSTLES  
 SANTOS FELIPE Y SANTIAGO, APÓSTOLES  
R / R

**4** W / B

**5** W / B

**6** First Friday of the Month  
 Primer viernes de mes  
W / B

**7** W / B

**8** **FOURTH SUNDAY OF EASTER**  
*Mother's Day*  
**CUARTO DOMINGO DE PASCUA**  
*Día de las Madres*  
W / B

**9** W / B

**10** St. Damien de Veuster, Priest  
 San Damián de Veuster, presbítero  
W W / B B

**11** W / B

**12** Sts. Nereus and Achilleus, Martyrs  
 St. Pancras, Martyr  
 Santos Nereo y Aquileo, mártires  
 San Pancracio, mártir  
W R R / B R R

**13** Our Lady of Fatima  
 Bienaventurada Virgen María de Fátima  
W W / B B

**14** ST. MATTHIAS, APOSTLE  
 SAN MATÍAS, APÓSTOL  
R / R

**15** **FIFTH SUNDAY OF EASTER**  
**QUINTO DOMINGO DE PASCUA**  
W / B

**16** W / B

**17** W / B

**18** St. John I, Pope and Martyr  
 San Juan I, Papa y mártir  
W R / B R

**19** W / B

**20** St. Bernardine of Siena, Priest  
 San Bernardino de Siena, presbítero  
W W / B B

**21** St. Christopher Magallanes, Priest and Companions, Martyrs  
 Santos Cristóbal Magallanes, presbítero, y compañeros, mártires  
W R / B R

**22** **SIXTH SUNDAY OF EASTER**  
**SEXTO DOMINGO DE PASCUA**  
W / B

**23** W / B

**24** W / B

**25** St. Bede the Venerable  
 St. Gregory VII  
 St. Mary Magdalene de' Pazzi  
 San Beda el Venerable  
 San Gregorio VII  
 Santa María Magdalena de Pazzi  
W W W W / B B B B

**26** ST. PHILIP NERI, PRIEST  
 SAN FELIPE NERI, PRESBITERO  
W / B

**THE ASCENSION OF THE LORD**  
*Ecclesiastical Provinces of Boston, Hartford, New York, Newark, Omaha, and Philadelphia*  
**ASCENSIÓN DEL SEÑOR**  
*Día de obligación en las Provincias Eclesiásticas de Boston, Hartford, Nueva York, Newark, Omaha y Filadelfia*

**27** St. Augustine of Canterbury, Bishop  
 San Agustín de Canterbury, obispo  
W W / B B

**28** W / B

**29** **THE ASCENSION OF THE LORD**  
**ASCENSIÓN DEL SEÑOR**  
W / B

**SEVENTH SUNDAY OF EASTER**  
*Ecclesiastical Provinces of Boston, Hartford, New York, Newark, Omaha and Philadelphia*  
**SEPTIMO DOMINGO DE PASCUA**  
*Día de obligación en las Provincias Eclesiásticas de Boston, Hartford, Nueva York, Newark, Omaha y Filadelfia*

**30** *Memorial Day* ★  
*Día de los caídos en combate* ★  
W / B

**31** THE VISITATION OF THE BLESSED VIRGIN MARY  
 VISITACIÓN DE LA BIENAVENTURADA VIRGEN MARÍA  
W / B

Catholic Extension funds about 1,500 projects annually throughout the United States and its territories.

Catholic Extension financia anualmente aproximadamente 1,500 proyectos en los Estados Unidos y sus territorios.

APRIL/ABRIL									JUNE/JUNIO								
S/D	M/L	T/M	W/X	T/J	F/N	S/S			S/D	M/L	T/M	W/X	T/J	F/N	S/S		
						1	2						1	2	3	4	
3	4	5	6	7	8	9			5	6	7	8	9	10	11		
10	11	12	13	14	15	16			12	13	14	15	16	17	18		
17	18	19	20	21	22	23			19	20	21	22	23	24	25		
24	25	26	27	28	29	30			26	27	28	29	30				



*Filled with the Holy Spirit, Jesus returned from the Jordan and was led by the Spirit into the desert. Luke 4:1*  
*Jesús, lleno del Espíritu Santo, se alejó del Jordán y dejó llevar por el Espíritu al desierto. Lucas 4,1*



### **DIOCESE OF CHEYENNE**

Encompassing the entire state of Wyoming, this diocese is the largest in the continental United States. In response to the dramatic increase in the Hispanic population, Catholic Extension is supporting three sisters in the U.S.-Latin American Sisters Exchange Program to help this community build up faith and family, as well as improve physical and emotional health.

### **DIÓCESIS DE CHEYENNE**

Esta diócesis, que abarca todo el estado de Wyoming, es la más grande de Estados Unidos continental. En respuesta al dramático aumento de la población hispana, Catholic Extension apoya, a través del Programa de Intercambio de Hermanas de Estados Unidos y América Latina, a tres religiosas para ayudar a esta comunidad a fortalecer la fe y la familia, así como a mejorar la salud física y emocional.





# JUNE/JUNIO 2022

SUNDAY/DOMINGO      MONDAY/LUNES      TUESDAY/MARTES      WEDNESDAY/MIÉRCOLES      THURSDAY/JUEVES      FRIDAY/VIERNES      SATURDAY/SÁBADO

In the past five years, Catholic communities and parishes have raised more than \$1.2 million in support of Catholic Extension's mission through the Parish Partnership Program.

En los últimos cinco años, las comunidades y parroquias católicas han recaudado más de \$ 1.2 millones para apoyar la misión de Catholic Extension a través del Programa de Asociación con las Parroquias.

**1** ST. JUSTIN, MARTYR  
SAN JUSTINO, MÁRTIR  
**R/R**

**2** Sts. Marcellinus and Peter, Martyrs  
Santos Marcelino y Pedro, mártires  
**W/R/B/R**

**3** ST. CHARLES LWANGA AND COMPANIONS, MARTYRS  
First Friday of the Month  
SAN CARLOS LWANGA Y COMPAÑEROS, MÁRTIRES  
Primer viernes de mes  
**R/R**

**4** **W/B**

**5** PENTECOST SUNDAY  
DOMINGO DE PENTECOSTÉS  
**R/R**

**6** THE BLESSED VIRGIN MARY, MOTHER OF THE CHURCH  
TENTH WEEK IN ORDINARY TIME  
St. Norbert, Bishop  
BIENAVENTURADA VIRGEN MARÍA, MADRE DE LA IGLESIA  
DECIMA SEMANA DEL TIEMPO ORDINARIO  
San Norberto, obispo  
**W/B**

**7** **G/V**

**8** **G/V**

**9** St. Ephrem, Deacon and Doctor of the Church  
San Efrén, diacono y doctor de la Iglesia  
**G/W/V/B**

**10** **G/V**

**11** SAINT BARNABAS, APOSTLE  
SAN BERNABÉ, APÓSTOL  
**R/R**

**12** THE MOST HOLY TRINITY  
SANTÍSIMA TRINIDAD  
**W/B**

**13** SAINT ANTHONY OF PADUA, PRIEST AND DOCTOR OF THE CHURCH  
ELEVENTH WEEK IN ORDINARY TIME  
SAN ANTONIO DE PADUA, PRESBITERO Y DOCTOR DE LA IGLESIA  
UNDÉCIMA SEMANA DEL TIEMPO ORDINARIO  
**W/B**

**14** *Flag Day*  
*Día de la Bandera*  
**G/V**

**15** **G/V**

**16** **G/V**

**17** **G/V**

**18** **G/W/V/B**

**19** THE MOST HOLY BODY AND BLOOD OF CHRIST (CORPUS CHRISTI)  
*Father's Day*  
SANTÍSIMO CUERPO Y SANGRE DE CRISTO (CORPUS CHRISTI)  
*Día del Padre*  
**W/B**

**20** TWELFTH WEEK IN ORDINARY TIME  
DUODÉCIMA SEMANA DEL TIEMPO ORDINARIO  
**G/V**

**21** ST. ALOYSIUS GONZAGA, RELIGIOUS  
SAN LUIS GONZAGA, RELIGIOSO  
**W/B**

**22** St. Paulinus of Nola, Bishop  
Sts. John Fisher and Thomas More, Martyrs  
San Paulino de Nola, obispo  
Santos Juan Fisher, obispo, y Tomás Moro, mártires  
**G/R/W/V/R/B**

**23** THE NATIVITY OF ST. JOHN THE BAPTIST  
NATIVIDAD DE SAN JUAN BAUTISTA  
**W/B**

**24** THE MOST SACRED HEART OF JESUS  
SAGRADO CORAZÓN DE JESÚS  
**W/B**

**25** THE IMMACULATE HEART OF THE BLESSED VIRGIN MARY  
CORAZÓN INMACULADO DE LA BIENAVENTURADA VIRGEN MARÍA  
**W/B**

**26** THIRTEENTH SUNDAY IN ORDINARY TIME  
13° DOMINGO DEL TIEMPO ORDINARIO  
**G/V**

**27** Saint Cyril of Alexandria, Bishop and Doctor of the Church  
San Cirilo de Alejandría, obispo y doctor de la Iglesia  
**G/W/V/B**

**28** ST. IRENAEUS, BISHOP AND MARTYR  
SAN IRENEO, OBISPO Y MÁRTIR  
**R/R**

**29** STS. PETER AND PAUL, APOSTLES  
SANTOS PEDRO Y PABLO, APÓSTOLES  
**R/R**

**30** The First Martyrs of the Holy Roman Church  
Primeros santos mártires de la Iglesia Romana  
**G/R/V/R**

MAY/MAYO							JULY/JULIO						
S/D	M/L	T/M	W/X	T/J	F/V	S/S	S/D	M/L	T/M	W/X	T/J	F/V	S/S
1	2	3	4	5	6	7						1	2
8	9	10	11	12	13	14	3	4	5	6	7	8	9
15	16	17	18	19	20	21	10	11	12	13	14	15	16
22	23	24	25	26	27	28	17	18	19	20	21	22	23
29	30	31					24	25	26	27	28	29	30
							31						



*Fill us at daybreak with your mercy that all our days we may sing for joy. Psalm 90:14*  
*Sáncianos por la mañana de tu amor, y toda nuestra vida será alegría y júbilo. Salmo 90,14*

### **DIOCESE OF CHARLESTON**

The Catholic population in this South Carolina diocese has doubled within the last 30 years. Catholic Extension is helping to expand, repair and build new churches to help these diverse faith communities gather together in worship.

### **DIÓCESIS DE CHARLESTON**

La población católica en esta diócesis de Carolina del Sur se ha duplicado en los últimos 30 años. Catholic Extension está ayudando a agrandar, reparar y construir nuevas iglesias para ayudar a las diversas comunidades de fe que se reúnen para dar culto a Dios.



# JULY/JULIO 2022

SUNDAY/DOMINGO

MONDAY/LUNES

TUESDAY/MARTES

WEDNESDAY/MIÉRCOLES

THURSDAY/JUEVES

FRIDAY/VIERNES

SATURDAY/SÁBADO

Catholic Extension has supported the Catholic Church in every state in the United States and currently supports 86 dioceses.

Catholic Extension ha apoyado a la Iglesia Católica en todos los estados de los Estados Unidos, y actualmente apoya a 86 diócesis.

JUNE/JUNIO

S/D	M/L	T/M	W/X	T/J	F/V	S/S
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

AUGUST/AGOSTO

S/D	M/L	T/M	W/X	T/J	F/V	S/S
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

1 St. Junípero Serra, Priest  
First Friday of the Month  
San Junípero Serra, presbítero  
Primer viernes de mes  
**G** **W** / **V** **B**

2 **G** **W** / **V** **B**

3 FOURTEENTH SUNDAY  
IN ORDINARY TIME  
14° DOMINGO DEL  
TIEMPO ORDINARIO  
**G** **V**

4 Independence Day ★  
Día de la Independencia de  
los Estados Unidos ★  
**G** **W** / **V** **B**

5 St. Anthony Zaccaria, Priest  
St. Elizabeth of Portugal  
San Antonio María Zacarías,  
presbítero  
Santa Isabel de Portugal  
**G** **W** **W** / **V** **B** **B**

6 St. Maria Goretti, Virgin  
and Martyr  
Santa María Goretti, virgen  
y mártir  
**G** **R** / **V** **R**

7 **G** / **V**

8 **G** / **V**

9 St. Augustine Zhao Rong,  
Priest, and Companions,  
Martyrs  
Santos Agustín Zhao  
Rong, presbítero, y  
compañeros, mártires  
**G** **R** **W** / **V** **R** **B**

10 FIFTEENTH SUNDAY  
IN ORDINARY TIME  
15° DOMINGO DEL  
TIEMPO ORDINARIO  
**G** / **V**

11 ST. BENEDICT, ABBOT  
SAN BENITO, ABAD  
**W** / **B**

12 **G** / **V**

13 St. Henry  
San Enrique  
**G** **W** / **V** **B**

14 ST. KATERI TEKAKWITHA,  
VIRGIN  
SANTA KATERI TEKAKWITHA,  
VIRGEN  
**W** / **B**

15 ST. BONAVENTURE, BISHOP  
AND DOCTOR OF THE  
CHURCH  
SAN BUENAVENTURA,  
OBISPO Y DOCTOR DE  
LA IGLESIA  
**W** / **B**

16 Our Lady of Mount Carmel  
Bienaventurada Virgen  
María del Carmen  
**G** **W** **W** / **V** **B** **B**

17 SIXTEENTH SUNDAY  
IN ORDINARY TIME  
16° DOMINGO DEL  
TIEMPO ORDINARIO  
**G** / **V**

18 Saint Camillus de Lellis,  
Priest  
San Camilo de Lellis,  
presbítero  
**G** **W** / **V** **B**

19 **G** / **V**

20 St. Apollinaris, Bishop  
and Martyr  
San Apolinar, obispo y mártir  
**G** **R** / **V** **R**

21 St. Lawrence of Brindisi,  
Priest and Doctor of  
the Church  
San Lorenzo de Brindis,  
presbítero y doctor de  
la Iglesia  
**G** **W** / **V** **B**

22 ST. MARY MAGDALENE  
SANTA MARÍA  
MAGDALENA  
**W** / **B**

23 St. Bridget, Religious  
Santa Brígida, religiosa  
**G** **W** **W** / **V** **B** **B**

24 SEVENTEENTH SUNDAY  
IN ORDINARY TIME  
17° DOMINGO DEL  
TIEMPO ORDINARIO  
**G** / **V**

25 ST. JAMES, APOSTLE  
SANTIAGO, APÓSTOL  
**R** / **R**

26 STS. JOACHIM AND ANNE,  
PARENTS OF THE BLESSED  
VIRGIN MARY  
SANTOS JOAQUÍN Y  
ANA, PADRES DE LA  
BIENAVENTURADA  
VIRGEN MARÍA  
**W** / **B**

27 **G** / **V**


28 **G** / **V**

29 ST. MARTHA  
SANTA MARTA  
**W** / **B**

30 St. Peter Chrysologus,  
Bishop and Doctor  
of the Church  
San Pedro Crisólogo,  
obispo y doctor  
de la Iglesia  
**G** **W** **W** / **V** **B** **B**

31 EIGHTEENTH SUNDAY  
IN ORDINARY TIME  
18° DOMINGO DEL  
TIEMPO ORDINARIO  
**G** / **V**





*For as the heavens are higher than the earth, so are my ways higher than your ways, my thoughts higher than your thoughts. Isaiah 55:9*  
*Como el cielo está por encima de la tierra, mis caminos están por encima de los suyos y mis planes de sus planes. Isaías 55,9*

### **DIOCESE OF MARQUETTE**

Covering the Upper Peninsula of Michigan, this diocese has parishes on three Lake Huron islands, including Mackinac Island (photographed here). Catholic Extension supports a social outreach center and prison ministry to help the faith communities who are committed to reaching out to the vulnerable in this isolated region.

### **DIÓCESIS DE MARQUETTE**

Esta diócesis que cubre la Península Superior de Michigan, tiene parroquias en tres de las islas del lago Huron, incluyendo la isla Mackinac (fotografiada aquí). Catholic Extension apoya a un centro de atención social y al ministerio de prisiones para ayudar a las comunidades de fe que están dispuestas a acercarse a las personas vulnerables de esta solitaria región.





# AUGUST/AGOSTO 2022

SUNDAY/DOMINGO      MONDAY/LUNES      TUESDAY/MARTES      WEDNESDAY/MIÉRCOLES      THURSDAY/JUEVES      FRIDAY/VIERNES      SATURDAY/SÁBADO

JULY/JULIO							
S/D	M/L	T/M	W/X	T/J	F/V	S/S	
					1	2	
3	4	5	6	7	8	9	
10	11	12	13	14	15	16	
17	18	19	20	21	22	23	
24	25	26	27	28	29	30	
31							

**7** NINETEENTH SUNDAY IN ORDINARY TIME  
19° DOMINGO DEL TIEMPO ORDINARIO  
G/V

**1** SAINT ALPHONSUS LIGUORI, BISHOP AND DOCTOR OF THE CHURCH  
SAN ALFONSO MARÍA DE LIGORIO, OBISPO Y DOCTOR DE LA IGLESIA  
W/B

**2** St. Eusebius of Vercelli, Bishop  
St. Peter Julian Eymard, Priest  
San Eusebio de Vercelli, obispo  
San Pedro Julián Eymard, presbítero  
GWW/VBB

**3** G/V

**4** ST. JOHN VIANNEY, PRIEST  
SAN JUAN MARÍA VIANNEY, PRESBITERO  
W/B

**5** The Dedication of the Basilica of St. Mary Major  
First Friday of the Month  
Dedicación de la Basilica de Santa María la Mayor  
Primer viernes de mes  
GWW/VB

**6** THE TRANSFIGURATION OF THE LORD  
TRANSFIGURACIÓN DEL SEÑOR  
W/B

**14** TWENTIETH SUNDAY IN ORDINARY TIME  
20° DOMINGO DEL TIEMPO ORDINARIO  
G/V

**8** ST. DOMINIC, PRIEST  
SANTO DOMINGO DE GUZMÁN, PRESBITERO  
W/B

**9** St. Teresa Benedicta of the Cross, Virgin and Martyr  
Santa Teresa Benedicta de la Cruz, virgen y mártir  
GR/VR

**10** ST. LAWRENCE, DEACON AND MARTYR  
SAN LORENZO, DIÁCONO Y MÁRTIR  
R/R

**11** ST. CLARE, VIRGIN  
SANTA CLARA, VIRGEN  
W/B

**12** St. Jane Frances de Chantal, Religious  
Santa Juana Francisca de Chantal, religiosa  
GWW/VB

**13** Sts. Pontian, Pope, and Hippolytus, Priest, Martyrs  
Santos Ponciano, Papa, e Hipólito, presbítero, mártires  
GRWW/VRB

**21** TWENTY-FIRST SUNDAY IN ORDINARY TIME  
21° DOMINGO DEL TIEMPO ORDINARIO  
G/V

**15** THE ASSUMPTION OF THE BLESSED VIRGIN MARY  
ASUNCIÓN DE LA BIENAVENTURADA VIRGEN MARÍA  
W/B

**16** St. Stephen of Hungary  
San Esteban de Hungría  
GWW/VB

**17** G/V

**18** G/V

**19** St. John Eudes, Priest  
San Juan Eudes, presbítero  
GWW/VB

**20** ST. BERNARD, ABBOT AND DOCTOR OF THE CHURCH  
SAN BERNARDO, ABAD Y DOCTOR DE LA IGLESIA  
W/B

**28** TWENTY-SECOND SUNDAY IN ORDINARY TIME  
22° DOMINGO DEL TIEMPO ORDINARIO  
G/V

**22** THE QUEENSHIP OF THE BLESSED VIRGIN MARY  
BIENAVENTURADA VIRGEN MARÍA REINA  
W/B

**23** St. Rose of Lima, Virgin  
Santa Rosa de Lima, virgen  
GWW/VB

**24** ST. BARTHOLOMEW, APOSTLE  
SAN BARTOLOMÉ, APOSTOL  
R/R

**25** St. Louis  
St. Joseph Calasanz, Priest  
San Luis, rey de Francia  
San José de Calasanz, presbítero  
GWW/VBB

**26** G/V

**27** ST. MONICA  
SANTA MÓNICA  
W/B

Hundreds of priests and women religious are able to work in remote areas of mission dioceses because of salary subsidies from Catholic Extension.  
Cientos de sacerdotes y religiosas pueden trabajar en las áreas remotas de las diócesis de misión gracias a los subsidios salariales otorgados por Catholic Extension.

SEPTEMBER/SEPTIEMBRE							
S/D	M/L	T/M	W/X	T/J	F/V	S/S	
					1	2	3
4	5	6	7	8	9	10	
11	12	13	14	15	16	17	
18	19	20	21	22	23	24	
25	26	27	28	29	30		



*Then let all the trees of the forest rejoice before the Lord. Psalm 96:12-13*  
*Que todos los árboles del bosque se regocijen ante el Señor. Salmo 96,12-13*

### **DIOCESE OF NEW ULM**

With its largest town having a population of less than 20,000 people, this diocese is one of the most rural in the United States. The faith communities are proud of their heritage being “close to the land.” Catholic Extension has supported deacon formation and parish staff, such as music directors.

### **DIÓCESIS DE NEW ULM**

Esta diócesis es una de las más rurales de los Estados Unidos, su ciudad más grande tiene una población menor a 20,000 personas. Ahí, las comunidades de fe, están orgullosas que su patrimonio cultural se encuentre “cerca de la tierra”. Catholic Extension ha venido financiando la formación de diáconos y al personal de la parroquia, como los directores de música.





# SEPTEMBER/SEPTIEMBRE 2022

SUNDAY/DOMINGO

MONDAY/LUNES

TUESDAY/MARTES

WEDNESDAY/MIÉRCOLES

THURSDAY/JUEVES

FRIDAY/VIERNES

SATURDAY/SÁBADO

Catholic Extension serves about 125,000 university students each year through campus ministry programs.

Cada año Catholic Extension sirve a aproximadamente 125,000 estudiantes universitarios a través de programas de ministerio en el campus.

AUGUST/AGOSTO

S/D	M/L	T/M	W/X	T/J	F/V	S/S
1	2	3	4	5	6	
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

1 **G/V**

2 First Friday of the Month  
Primer viernes de mes  
**G/V**

3 ST. GREGORY THE GREAT,  
POPE AND DOCTOR  
OF THE CHURCH  
SAN GREGORIO MAGNO, PAPA  
Y DOCTOR DE LA IGLESIA  
**W/B**



4 TWENTY-THIRD SUNDAY  
IN ORDINARY TIME  
23° DOMINGO DEL  
TIEMPO ORDINARIO  
**G/V**

5 Labor Day ★  
Día del Trabajo ★  
**G/V**

6 **G/V**

7 **G/V**

8 THE NATIVITY OF THE BLESSED  
VIRGIN MARY  
NATIVIDAD DE LA  
BIENAVENTURADA  
VIRGEN MARÍA  
**W/B**

9 ST. PETER CLAVER, PRIEST  
SAN PEDRO CLAVER,  
PRESBITERO  
**W/B**

10 **G/W/V/B**



11 TWENTY-FOURTH SUNDAY  
IN ORDINARY TIME  
24° DOMINGO DEL  
TIEMPO ORDINARIO  
**G/V**

12 The Most Holy Name  
of Mary  
Santísimo Nombre de María  
**G/W/V/B**

13 ST. JOHN CHRYSOSTOM,  
BISHOP AND DOCTOR  
OF THE CHURCH  
SAN JUAN CRISÓSTOMO,  
OBISPO Y DOCTOR  
DE LA IGLESIA  
**W/B**

14 THE EXALTATION OF  
THE HOLY CROSS  
EXALTACIÓN DE LA  
SANTA CRUZ  
**R/R**

15 OUR LADY OF SORROWS  
BIENAVENTURADA VIRGEN  
MARÍA DE LOS DOLORES  
**W/B**

16 STS. CORNELIUS, POPE,  
AND CYPRIAN, BISHOP,  
MARTYRS  
SANTOS CORNELIO, PAPA,  
Y CIPRIANO, OBISPO,  
MÁRTIRES  
**R/R**

17 St. Robert Bellarmine,  
Bishop and Doctor  
of the Church  
San Roberto Belarmino,  
obispo y doctor de  
la Iglesia  
**G/W/W/V/B/B**



18 TWENTY-FIFTH SUNDAY  
IN ORDINARY TIME  
25° DOMINGO DEL  
TIEMPO ORDINARIO  
**G/V**

19 St. Januarius, Bishop  
and Martyr  
San Jenaro, obispo y mártir  
**G/R/V/R**

20 STS. ANDREW KIM TAE-  
GŎN, PRIEST, AND PAUL  
CHŎNG HA-SANG, AND  
COMPANIONS, MARTYRS  
SANTOS ANDRÉS KIM  
TAE-GŎN, PRESBITERO,  
PABLO CHŎNG HA-SANG Y  
COMPAÑEROS, MÁRTIRES  
**R/R**

21 ST. MATTHEW, APOSTLE  
AND EVANGELIST  
SAN MATEO, APÓSTOL Y  
EVANGELISTA  
**R/R**

22 **G/V**

23 ST. PIUS OF PIETRELCINA,  
PRIEST  
SAN PIO DE PIETRELCINA,  
PRESBITERO  
**W/B**

24 **G/W/V/B**

25 TWENTY-SIXTH SUNDAY  
IN ORDINARY TIME  
26° DOMINGO DEL  
TIEMPO ORDINARIO  
**G/V**

26 Sts. Cosmas and Damian,  
Martyrs  
Santos Cosme y Damián,  
mártires  
**G/R/V/R**

27 ST. VINCENT DE PAUL,  
PRIEST  
SAN VICENTE DE PAÚL,  
PRESBITERO  
**W/B**

28 St. Wenceslaus, Martyr  
St. Lawrence Ruiz and  
Companions, Martyrs  
San Wenceslao, mártir  
Santos Lorenzo Ruiz y  
compañeros, mártires  
**G/R/R/V/R/R**

29 STS. MICHAEL, GABRIEL,  
AND RAPHAEL,  
ARCHANGELS  
SANTOS ARCÁNGELES  
MIGUEL, GABRIEL Y  
RAFAEL  
**W/B**

30 ST. JEROME, PRIEST AND  
DOCTOR OF THE CHURCH  
SAN JERÓNIMO,  
PRESBITERO  
Y DOCTOR DE LA IGLESIA  
**W/B**

OCTOBER/OCTUBRE

S/D	M/L	T/M	W/X	T/J	F/V	S/S
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					



*That day I swore to bring them out of the land of Egypt to the land I had searched out for them, a land flowing with milk and honey, a jewel among all lands. Ezekiel 20:6*

*Aquel día alcé mi mano hacia ellos jurando sacarlos del país de Egipto hacia una tierra que había escogido para ellos, una tierra que mana leche y miel, la más hermosa entre todas las tierras. Ezequiel 20, 6*

### **DIOCESE OF KNOXVILLE**

Although the overall percentage of Catholics in this diocese is small, faith communities are devoted and growing. Catholic Extension is building a foundation for a stronger future by supporting the education and formation of more than a dozen seminarians.

### **DIÓCESIS DE KNOXVILLE**

Aunque el porcentaje total de católicos en esta diócesis es pequeño, las comunidades de fe son devotas y están creciendo. Catholic Extension está construyendo las bases para un futuro más sólido al apoyar la educación y formación de más de una docena de seminaristas.





# OCTOBER/OCTUBRE 2022

SUNDAY/DOMINGO

MONDAY/LUNES

TUESDAY/MARTES

WEDNESDAY/MIÉRCOLES

THURSDAY/JUEVES

FRIDAY/VIERNES

SATURDAY/SÁBADO

Catholic Extension has extended more than 12,000 grants to build or repair churches and church facilities throughout America.

Catholic Extension ha otorgado más de 12,000 en subvenciones para construir o reparar iglesias e instalaciones de iglesias en todo Estados Unidos.

SEPTEMBER/SEPTIEMBRE

S/D	M/L	T/M	W/X	T/J	F/V	S/S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

NOVEMBER/NOVIEMBRE

S/D	M/L	T/M	W/X	T/J	F/V	S/S
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

1 ST. THÉRÈSE OF THE CHILD JESUS, VIRGIN AND DOCTOR OF THE CHURCH  
SANTA TERESA DEL NIÑO JESÚS, VIRGEN Y DOCTORA DE LA IGLESIA  
**W** / **B**

<p>2 TWENTY-SEVENTH SUNDAY IN ORDINARY TIME 27° DOMINGO DEL TIEMPO ORDINARIO <b>G</b> / <b>V</b></p>	<p>3 <b>G</b> / <b>V</b></p>	<p>4 ST. FRANCIS OF ASSISI SAN FRANCISCO DE ASÍS <b>W</b> / <b>B</b></p>	<p>5 Saint Faustina Kowalska, Virgin Blessed Francis Xavier Seelos, Priest Santa Faustina Kowalska, virgen Beato Francisco Javier Seelos, presbítero <b>G</b> <b>W</b> <b>W</b> / <b>V</b> <b>B</b> <b>B</b></p>	<p>6 St. Bruno, Priest Blessed Marie Rose Durocher, Virgin San Bruno, presbítero Beata María Rosa Durocher, virgen <b>G</b> <b>W</b> <b>W</b> / <b>V</b> <b>B</b> <b>B</b></p>	<p>7 OUR LADY OF THE ROSARY First Friday of the Month BIENAVENTURADA VIRGEN MARÍA DEL ROSARIO Primer viernes de mes <b>W</b> / <b>B</b></p>	<p>8 <b>G</b> <b>W</b> / <b>V</b> <b>B</b></p>
<p>9 TWENTY-EIGHTH SUNDAY IN ORDINARY TIME 28° DOMINGO DEL TIEMPO ORDINARIO <b>G</b> / <b>V</b></p>	<p>10 <b>G</b> / <b>V</b></p>	<p>11 St. John XXIII, Pope San Juan XXIII, Papa <b>G</b> <b>W</b> / <b>V</b> <b>B</b></p>	<p>12 <b>G</b> / <b>V</b></p>	<p>13 <b>G</b> / <b>V</b></p>	<p>14 St. Callistus I, Pope and Martyr San Calixto I, Papa y mártir <b>G</b> <b>R</b> / <b>V</b> <b>R</b></p>	<p>15 ST. TERESA OF JESUS, VIRGIN AND DOCTOR OF THE CHURCH SANTA TERESA DE JESÚS, VIRGEN Y DOCTORA DE LA IGLESIA <b>W</b> / <b>B</b></p>
<p>16 TWENTY-NINTH SUNDAY IN ORDINARY TIME 29° DOMINGO DEL TIEMPO ORDINARIO <b>G</b> / <b>V</b></p>	<p>17 ST. IGNATIUS OF ANTIOCH, BISHOP AND MARTYR SAN IGNACIO DE ANTIOQUÍA, OBISPO Y MÁRTIR <b>R</b> / <b>R</b></p>	<p>18 ST. LUKE, EVANGELIST SAN LUCAS, EVANGELISTA <b>R</b> / <b>R</b></p>	<p>19 STS. JOHN DE BRÉBEUF AND ISAAC JOGUES, PRIESTS, AND COMPANIONS, MARTYRS SANTOS JUAN DE BRÉBEUF E ISAAC JOGUES, PRESBITEROS, Y COMPAÑEROS, MÁRTIRES <b>R</b> / <b>R</b></p>	<p>20 St. Paul of the Cross, Priest San Pablo de la Cruz, presbítero <b>G</b> <b>W</b> / <b>V</b> <b>B</b></p>	<p>21 <b>G</b> / <b>V</b></p>	<p>22 St. John Paul II, Pope San Juan Pablo II, Papa <b>G</b> <b>W</b> <b>W</b> / <b>V</b> <b>B</b> <b>B</b></p>
<p>23 THIRTIETH SUNDAY IN ORDINARY TIME 30° DOMINGO DEL TIEMPO ORDINARIO <b>G</b> / <b>V</b></p>	<p>24 St. Anthony Mary Claret, Bishop San Antonio María Claret, obispo <b>G</b> <b>W</b> / <b>V</b> <b>B</b></p>	<p>25 <b>G</b> / <b>V</b></p>	<p>26 <b>G</b> / <b>V</b></p>	<p>27 <b>G</b> / <b>V</b></p>	<p>28 STS. SIMON AND JUDE, APOSTLES SANTOS SIMÓN Y JUDAS, APÓSTOLES <b>R</b> / <b>R</b></p>	<p>29 <b>G</b> <b>W</b> / <b>V</b> <b>B</b></p>
<p>30 THIRTY-FIRST SUNDAY IN ORDINARY TIME 31° DOMINGO DEL TIEMPO ORDINARIO <b>G</b> / <b>V</b></p>	<p>31 <b>G</b> / <b>V</b></p>					



*All good giving and every perfect gift is from above,  
coming down from the Father of lights. James 1:17*  
*Todo lo que es bueno y perfecto baja del cielo,  
del Padre de los astros. Santiago 1,17*

#### **DIOCESE OF SPRINGFIELD-CAPE GIRARDEAU**

Most pastors in this southern Missouri diocese shepherd multiple parishes. Catholics make up a small percentage of the total population, but these faith communities are vibrant and increasingly diverse. Catholic Extension supports them through bilingual parish faith leaders and seminarian education.

#### **DIÓCESIS DE SPRINGFIELD-CAPE GIRARDEAU**

La mayoría de los sacerdotes de esta diócesis del sur de Missouri tienen a su cargo varias parroquias. Aunque los católicos constituyen un pequeño porcentaje de la población total, estas comunidades de fe son vibrantes y cada vez más diversas. Catholic Extension los apoya a través de líderes religiosos parroquiales bilingües y educación para seminaristas.





# NOVEMBER/NOVIEMBRE 2022

SUNDAY/DOMINGO      MONDAY/LUNES      TUESDAY/MARTES      WEDNESDAY/MIÉRCOLES      THURSDAY/JUEVES      FRIDAY/VIERNES      SATURDAY/SÁBADO

OCTOBER/OCTUBRE

S/D	M/L	T/M	W/X	T/J	F/V	S/S
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

DECEMBER/DICIEMBRE

S/D	M/L	T/M	W/X	T/J	F/V	S/S
					1	2 3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

**1** ALL SAINTS' DAY  
TODOS LOS SANTOS  
W/B

**2** THE COMMEMORATION OF ALL THE FAITHFUL DEPARTED (ALL SOULS' DAY)  
CONMEMORACIÓN DE LOS FIELES DIFUNTOS  
V or W or B / M / o B / o B

**3** St. Martin de Porres, Religious  
San Martín de Porres, religioso  
G W / V B

**4** ST. CHARLES BORROMEEO, BISHOP  
First Friday of the Month  
SAN CARLOS BORROMEEO, OBISPO  
Primer viernes de mes  
W/B

**5** G W / V B

**6** THIRTY-SECOND SUNDAY IN ORDINARY TIME  
Daylight Saving Time Ends  
32° DOMINGO DEL TIEMPO ORDINARIO  
Termina el horario de verano  
G / V

**7** G / V

**8** G / V

**9** THE DEDICATION OF THE LATERAN BASILICA  
DEDICACIÓN DE LA BASÍLICA DE LETRÁN  
W/B

**10** ST. LEO THE GREAT, POPE AND DOCTOR OF THE CHURCH  
SAN LEÓN MAGNO, PAPA Y DOCTOR DE LA IGLESIA  
W/B

**11** ST. MARTIN OF TOURS, BISHOP  
Veterans Day ★  
SAN MARTÍN DE TOURS, OBISPO  
Día de los veteranos ★  
W/B

**12** ST. JOSAPHAT, BISHOP AND MARTYR  
SAN JOSAFAT, OBISPO Y MÁRTIR  
R / R

**13** THIRTY-THIRD SUNDAY IN ORDINARY TIME  
33° DOMINGO DEL TIEMPO ORDINARIO  
G / V

**14** G / V

**15** St. Albert the Great, Bishop and Doctor of the Church  
San Alberto Magno, obispo y doctor de la Iglesia  
G W / V B

**16** St. Margaret of Scotland  
St. Gertrude, Virgin  
Santa Margarita de Escocia  
Santa Gertrudis, virgen  
G W W / V B B

**17** ST. ELIZABETH OF HUNGARY, RELIGIOUS  
SANTA ISABEL DE HUNGRÍA, RELIGIOSA  
W/B

**18** The Dedication of the Basilicas of Sts. Peter and Paul, Apostles  
St. Rose Philippine Duchesne, Virgin  
Dedicación de las Basílicas de San Pedro y San Pablo, apóstoles  
Santa Rosa Filipina Duchesne, virgen  
G W W W / V B B B

**19** G W / V B

**20** OUR LORD JESUS CHRIST, KING OF THE UNIVERSE  
NUESTRO SEÑOR JESUCRISTO, REY DEL UNIVERSO  
W/B

**21** THE PRESENTATION OF THE BLESSED VIRGIN MARY  
THIRTY-FOURTH OR LAST WEEK IN ORDINARY TIME  
PRESENTACIÓN DE LA BIENAVENTURADA VIRGEN MARÍA  
ÚLTIMA SEMANA DEL TIEMPO ORDINARIO  
W/B

**22** ST. CECILIA, VIRGIN AND MARTYR  
SANTA CECILIA, VIRGEN Y MÁRTIR  
R / R

**23** St. Clement I, Pope  
St. Columban, Abbot  
Blessed Miguel Agustín Pro, Priest and Martyr  
San Clemente I, Papa y mártir  
San Columbiano, abad Beato Miguel Agustín Pro, presbítero y mártir  
G R W R / V R B R

**24** ST. ANDREW DŨNG-LAC, PRIEST, AND COMPANIONS, MARTYRS  
Thanksgiving Day ★  
SANTOS ANDRÉS DŨNG-LAC, PRESBITERO, Y COMPAÑEROS, MÁRTIRES  
Día de Acción de Gracias ★  
R W / R B

**25** St. Catherine of Alexandria, Virgin and Martyr  
Santa Catalina de Alejandría, virgen y mártir  
G R / V R

**26** G W / V B

**27** FIRST SUNDAY OF ADVENT  
PRIMER DOMINGO DE ADVIENTO  
V / M

**28** V / M

**29** V / M

**30** ST. ANDREW, APOSTLE  
SAN ANDRÉS, APÓSTOL  
R / R

Since beginning the Catholic School Leadership Initiative in 2013, Catholic Extension has helped train nearly 100 school administrators.  
Desde que se inició la Iniciativa de Liderazgo para Escuelas Católicas en 2013, Catholic Extension ha ayudado a capacitar a casi 100 administradores escolares.



*Frost and chill, bless the Lord; praise and exalt him above all forever. Daniel 3:69*

*Témpanos y hielos, bendigan al Señor, canten en su honor eternamente. Daniel 3,69*

### **DIOCESE OF KALAMAZOO**

With a large number of migrant farmworkers working in southwest Michigan, this diocese is reaching out to and uplifting the Hispanic community with the help of Catholic sisters in Catholic Extension's U.S.-Latin American Sisters Exchange Program. Free healthcare and therapy programs also promote health and renewed faith among all in the diocese.

### **DIÓCESIS DE KALAMAZOO**

Con una gran cantidad de trabajadores agrícolas migrantes que trabajan en el suroeste de Michigan, esta diócesis se está acercando y animando a la comunidad hispana con la ayuda de las religiosas católicas a través del Programa de Intercambio de Hermanas de América Latina y Estados Unidos de Catholic Extension. Los programas gratuitos de atención médica y terapia, además de promover la salud, renuevan la fe entre los fieles de la diócesis.





# DECEMBER/DICIEMBRE 2022

SUNDAY/DOMINGO

MONDAY/LUNES

TUESDAY/MARTES

WEDNESDAY/MIÉRCOLES

THURSDAY/JUEVES

FRIDAY/VIERNES

SATURDAY/SÁBADO

Extension magazine began publication in 1906 to share the stories of Catholics who spread faith while living on the margins.

La revista Extension comenzó a publicarse en 1906 para compartir historias de personas católicas que difundieron la fe, viviendo en las periferias.

NOVEMBER/NOVIEMBRE

S/D	M/L	T/M	W/X	T/J	F/V	S/S
	1	2	3	4	5	
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

JANUARY 2023/ENERO 2023

S/D	M/L	T/M	W/X	T/J	F/V	S/S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

1 <sup>V/M</sup>

2 First Friday of the Month  
Primer viernes de mes  
<sup>V/B</sup>

3 ST. FRANCIS XAVIER, PRIEST  
SAN FRANCISCO JAVIER,  
PRESBITERO  
<sup>V/B</sup>

4 SECOND SUNDAY OF ADVENT  
SEGUNDO DOMINGO DE ADVIENTO  
<sup>V/M</sup>

5 <sup>V/M</sup>

6 St. Nicholas, Bishop  
San Nicolás, obispo  
<sup>V/V</sup> <sup>M/B</sup>

7 ST. AMBROSE, BISHOP AND DOCTOR OF THE CHURCH  
SAN AMBROSIO, OBISPO Y DOCTOR DE LA IGLESIA  
<sup>V/B</sup>

8 THE IMMACULATE CONCEPTION OF THE BLESSED VIRGIN MARY  
INMACULADA CONCEPCIÓN DE LA BIENAVENTURADA VIRGEN MARÍA  
<sup>V/B</sup>

9 St. Juan Diego Cuauhtlatoatzin  
San Juan Diego  
<sup>V/V</sup> <sup>V/B</sup>

10 Our Lady of Loreto  
Bienaventurada Virgen María de Loreto  
<sup>V/V</sup> <sup>M/B</sup>

11 THIRD SUNDAY OF ADVENT  
TERCER DOMINGO DE ADVIENTO  
<sup>V or R</sup> <sup>M or B</sup>

12 OUR LADY OF GUADALUPE  
BIENAVENTURADA VIRGEN MARÍA DE GUADALUPE  
<sup>V/B</sup>

13 ST. LUCY, VIRGIN AND MARTYR  
SANTA LUCÍA, VIRGEN Y MÁRTIR  
<sup>R/R</sup>

14 ST. JOHN OF THE CROSS, PRIEST AND DOCTOR OF THE CHURCH  
SAN JUAN DE LA CRUZ, PRESBITERO Y DOCTOR DE LA IGLESIA  
<sup>V/B</sup>

15 <sup>V/M</sup>

16 <sup>V/M</sup>

17 <sup>V/M</sup>

18 FOURTH SUNDAY OF ADVENT  
CUARTO DOMINGO DE ADVIENTO  
<sup>V/B</sup>

19 <sup>V/M</sup>

20 <sup>V/M</sup>

21 St. Peter Canisius, Priest and Doctor of the Church  
San Pedro Canisio, presbítero y doctor de la Iglesia  
<sup>V/M</sup>

22 <sup>V/M</sup>

23 St. John of Kanty, Priest  
San Juan de Kety, presbítero  
<sup>V/B</sup>

24 <sup>V/M</sup>

25 THE NATIVITY OF THE LORD (CHRISTMAS)  
NATIVIDAD DEL SEÑOR  
<sup>V/B</sup>

26 ST. STEPHEN, THE FIRST MARTYR  
SAN ESTEBAN, PROTOMÁRTIR  
<sup>R/R</sup>

27 ST. JOHN, APOSTLE AND EVANGELIST  
SAN JUAN, APÓSTOL Y EVANGELISTA  
<sup>V/B</sup>

28 THE HOLY INNOCENTS, MARTYRS  
SANTOS INOCENTES, MÁRTIRES  
<sup>R/R</sup>

29 FIFTH DAY WITHIN THE OCTAVE OF THE NATIVITY OF THE LORD  
St. Thomas Becket Bishop and Martyr  
QUINTO DÍA DE LA OCTAVA DE LA NATIVIDAD  
Santo Tomás Becket, obispo y mártir  
<sup>V/B</sup>

30 THE HOLY FAMILY OF JESUS, MARY AND JOSEPH  
SAGRADA FAMILIA DE JESÚS, MARÍA Y JOSÉ  
<sup>V/B</sup>

31 SEVENTH DAY WITHIN THE OCTAVE OF THE NATIVITY OF THE LORD  
St. Sylvester I, Pope  
SÉPTIMO DÍA DE LA OCTAVA DE LA NATIVIDAD  
San Silvestre I, Papa  
<sup>V/B</sup>



By displaying this calendar in your home or workplace, you, along with our sponsors, are joining millions of other Catholics in supporting the work of Catholic Extension. While Catholic Extension's calendars are inspiring, they also serve a crucial purpose: 100% of the proceeds go directly to impoverished Catholic communities across the United States.

Since 1905, Catholic Extension has partnered with donors – committed Catholics just like you – to bring the Church to all corners of our country. Our mission is to build faith, inspire hope and ignite change in parishes that are alive with faith and spirit but lack financial resources to support their ministries and programs. They can't do it alone, and with the help of our donors, we provide the necessary resources to 86 mission dioceses, from Alaska to the Gulf Coast, that serve 15 million Catholics – **one in every five Catholics in America.**

As you enjoy this calendar, I invite you to open your heart and learn more about Catholic Extension. Visit us at [www.catholicextension.org](http://www.catholicextension.org) or call us at **800-842-7804**. Find out how you can deepen your relationship with Catholic Extension and strengthen the link between faith and charity in your own life.

Yours in Christ, | Suyo en Cristo,



Rev. John J. Wall, President  
Padre John J. Wall, Presidente

Al exhibir este calendario en su hogar o lugar de trabajo, usted, junto con nuestros patrocinadores, se unirá a millones de otros católicos para apoyar el trabajo de Catholic Extension. Si bien, los calendarios de Catholic Extension son edificantes, también, tienen como propósito primordial destinar directamente el 100% de los fondos recaudados a las comunidades católicas empobrecidas a lo largo y lo ancho de los Estados Unidos.

Desde 1905, Catholic Extension se ha asociado con donadores, católicos comprometidos como usted, para llevar a la Iglesia a todos los rincones de nuestro país. Nuestra misión es edificar la fe, infundir esperanza y generar el cambio en las parroquias que están vivas; con una fe y un espíritu inquebrantable, pero que carecen de recursos financieros, para apoyar a sus ministerios y programas. Ellos no pueden hacerlo solos, pero con la ayuda de nuestros donadores, proveemos los recursos necesarios a 86 diócesis de misión, desde Alaska hasta la Costa del Golfo, que atienden a 15 millones de católicos, **uno de cada cinco católicos en los Estados Unidos.**

Mientras disfruta de este calendario, le invito a abrir su corazón y aprender más sobre Catholic Extension. Visítenos en [www.catholicextension.org](http://www.catholicextension.org) o llámenos al **800-842-7804**. Descubra cómo puede usted acrecentar su relación con Catholic Extension, y fortalecer, en su propia vida, el vínculo entre la fe y la caridad.





SERVING ONE IN EVERY  
FIVE CATHOLICS  
IN AMERICA

¡SIRVIENDO A UNO DE  
CADA CINCO CATÓLICOS  
EN AMÉRICA!

Learn more at [www.catholicextension.org](http://www.catholicextension.org) or call us at 800-842-7804.

Para obtener mayor información visítenos en [www.catholicextension.org](http://www.catholicextension.org) o llámenos al 800-842-7804.

## CALENDAR KEY

Colors of the Liturgical Year are displayed in the date number:

- |   |                            |   |                         |
|---|----------------------------|---|-------------------------|
| 1 | Advent & Lent              | 4 | The Triduum             |
| 2 | Easter & Christmas Seasons | 5 | Holy Days of Obligation |
| 3 | Ordinary Time              | 6 | Penitential Day         |

Holy Days of Obligation are red and uppercase:  
**THE ASCENSION OF THE LORD**

Solemnities, feasts and obligatory memorials are uppercase:

ST. ELIZABETH ANN SETON

Optional memorials are capitalized:  
St. Hilary

National holidays appear in italic:  
*Mother's Day*

Federal holidays appear in italic with a star:  
*Thanksgiving Day* ★

Vestment colors are noted last, with abbreviations:

**B** = BLACK **R** = RED **V** = VIOLET  
**G** = GREEN **RO** = ROSE **W** = WHITE

Lunar phases are observed in Universal Time.

## ABSTINENCE ☿

Abstinence is a penitential practice consisting of refraining from the consumption of meat and is to be observed by all Catholics who are 14 years of age and older. Ash Wednesday, Good Friday and the Fridays during Lent are days of abstinence. Pastors and parents are encouraged to see that children who are not bound by the obligation to fast and abstain are led to appreciate an authentic sense of penance. Abstinence is optional on Friday, March 25, 2022 due to the feast of the Annunciation of the Lord.

## FAST & ABSTINENCE ☿

In addition to abstinence, fasting is to be observed by all Catholics between the ages of 18 and 59 years (inclusive). On Ash Wednesday and Good Friday, one full meal is allowed. Two smaller meals, sufficient to maintain strength, may be taken according to one's needs, but together they should not equal another full meal. Eating between meals is not permitted, but liquids are allowed. Note: Those who are unable to observe the above regulations due to ill health or other serious reasons are urged to practice other forms of self-denial that are suitable to their condition.

## PARA ENTENDER EL CALENDARIO

Los colores de Año Litúrgico se muestran en el número de la fecha:

- |   |                                    |   |                            |
|---|------------------------------------|---|----------------------------|
| 1 | Adviento y Cuaresma                | 4 | Triduo Pascual             |
| 2 | Pascua y época de Navidad (blanco) | 5 | Días de Misa de obligación |
| 3 | Tiempo ordinario                   | 6 | Día de penitencia          |

Los días de obligación están impresos en mayúsculas color rojo:

**LA ASCENSIÓN DEL SEÑOR**

Las solemnidades, fiestas y memoriales obligatorios están impresos en mayúsculas:

**SANTA ELIZABETH ANN SETON**

Los memoriales opcionales están impresos con mayúscula inicial:

San Hilario

Los días de fiestas nacionales aparecen en cursiva:  
*Día de las Madres*

Días festivos federales aparecen en cursiva con una estrella:

*Día de Acción de Gracias* ★

Los colores de los ornamentos litúrgicos aparecen al final de manera abreviada:

**N** = NEGRO **R** = ROJO **M** = MORADO  
**V** = VERDE **RO** = ROSA **B** = BLANCO

Las fases lunares se observan acorde al Tiempo Universal Coordinado.

## ABSTINENCIA ☿

La abstinencia es una práctica penitencial, que consiste en abstenerse del consumo de carne y debe ser observada por todos los católicos mayores de 14 años. Durante la Cuaresma los días de abstinencia son: Miércoles de Ceniza, Viernes Santo y los viernes durante la Cuaresma. Se anima a los sacerdotes y padres de familia a que enseñen a los niños, a quienes no les obliga el ayuno y la abstinencia, a apreciar el verdadero sentido de la penitencia. Abstinencia es opcional el viernes 25 de marzo del 2022, debido a la fiesta de la Anunciación del Señor.

## AYUNO Y ABSTINENCIA ☿

Además de la abstinencia, el ayuno debe ser observado por todos los católicos entre 18 y 59 años (inclusive). Se permite una comida completa el Miércoles de Ceniza y el Viernes Santo. Además, podrán hacer dos comidas más ligeras, donde se coma lo suficiente para mantener las fuerzas y que juntas no constituyan otra comida completa. No se permite ingerir alimentos sólidos entre comidas, solamente líquidos. Nota: aquellos que son incapaces de observar las reglas anteriores por motivos de salud o alguna otra razón seria, se les invita a que practiquen otros sacrificios que sean adecuados para su condición.