

Sobre la Ofrenda Unida de Acción de Gracias (OUAG)

En los años 1800's las mujeres de la Iglesia Episcopal aprendieron que la necesidad para nuevos ministerios era estupenda pero que no había fondos para ideas innovadoras. Las mujeres oraban y luego hicieron una ofrenda de gracias. Luego el dinero colectado lo repartían en apoyo de estos proyectos importantes. Nuestra misión se mantiene igual hoy. Animamos a cada Episcopal que observe las cosas buenas que le sucede diariamente, dé gracias a Dios por sus bendiciones, y hagan una ofrenda por tales bendiciones. Sus bendiciones bendicen a otros, así que el 100% de todas las donaciones recibidas por la OUAG (UTO sus siglas en inglés) son otorgadas como subvenciones el año siguiente para apoyar misiones innovadoras y ministerios. Para conocer más sobre la OUAG/UTO visite la página: www.unitedthankoffering.org

Haga una ofrenda de gracias

Para donar en apoyo al trabajo del proceso de subvención de la Ofrenda Unida de Acción de Gracias, favor de:

1. Textear la palabra INGATHER al 41444
2. Done en línea: www.unitedthankoffering.org/give
3. O envíe un cheque a:
UTO, DFMS – Protestant Episcopal Church US
P.O. Box 958983
St. Louis, MO 63195-8983

Contáctenos

Para más información sobre la Ofrenda Unida de Acción de Gracias o la disciplinapiritual de la gratitud, incluyendo recursos de formación, favor de comunicarse con: Heather Melton, Staff Officer for the United Thank Offering, hmelton@episcopalchurch.org

Síguenos en las redes sociales:

Facebook: @UnitedThankOffering

Twitter: @ThankOffering

Instagram: @UnitedThankOffering

noviembre 2020

Reto de Gratitud



Cuatro semanas de prácticas en línea y en su hogar para crecer un corazón más agradecido.



www.unitedthankoffering.org

www.episcopalchurch.org/uto

OUAG Reto de Gratitud en noviembre

Cada noviembre, la Ofrenda Unida de Acción de Gracias invita a los episcopales a tomar treinta días para practicar la gratitud intencionalmente. Este año te animamos que pases cada semana en noviembre enfocado en áreas de nuestras vidas que pasamos por alto o lo damos por sentado. Cada semana le presentamos un nuevo tema, le invitamos a participar en las redes sociales, y que ofrezca una idea en cómo dar gracias por áreas dentro de su hogar según el tema. Puedes participar cuantas veces deseas durante la semana. Algunos querrán compartir una foto cada día en Instagram, mientras otros no querrán postear más allá de su página personal en Facebook, y otros quizás ni posteen. Quizás quieras hacer algunas de las actividades en casa con un grupo pequeño, virtualmente o en persona (según permita la seguridad). Finalmente, esperamos que puedas escribir unas pocas palabras de gratitud al final de la semana para que al final del mes puedas reflexionar en todas las bendiciones que anotaste.

La gratitud cambia vidas, comenzando con la tuya. Favor de unirse a la OUAG en la práctica de gratitud en cambios de vida este noviembre y comparte con nosotros sobre su experiencia.

Sherri Dietrich, presidenta de la Junta de la OUAG

Etiqueta tus publicaciones de gratitud en las redes sociales

Si eliges a compartir fotos, imágenes, citas o historias en las redes sociales, esperamos que nos etiquetes para unirnos a dar gracias contigo. Favor de utilizar #UTOChallenge en tus publicaciones.

Anime a otros a unirse a usted

Noviembre es un tiempo cuando mucha gente en los Estados Unidos piensa sobre la gratitud. Esperamos que compartas este recurso con otros y los anime a unirse a usted por treinta días para que intencionalmente pratique la gratitud.

Continúe en Adviento.

Si ha disfrutado este reto semanalmente, puedes continuar durante el Adviento con las sugerencias de abajo.

Esperanza



Paz



Alegria



Amor



La primera semana de Adviento nos anima a enfocarnos en la esperanza. Reflexione en los tiempos de su vida donde estas agradecido por su experiencia de la esperanza. Asegúrese de considerar los tiempos cuando le ofreciste esperanza a otros.

La segunda semana de Adviento se enfoca en la paz. ¿Qué personas, lugares o cosas le trae paz? Dé gracias por ellos y quizás puedes enviar una nota de agradecimiento a la gente pacífica en tu vida.

La tercera semana de Adviento se trata de la alegría. Considere momentos en su vida cuando experimentaste la alegría, quizás por décadas de su vida. Invierte tiempo esta semana dando gracias por esos momentos de alegría esparcido durante su vida.

Terminamos el Adviento con la última semana enfocados en el amor. La gratitud es una forma en que expresamos el amor, como reconoce el amor que hemos recibido y el cual no podemos pagar. Esta semana te animamos a que pienses en todas las formas en que recibes y das amor.

Cuarta semana: noviembre 22-28

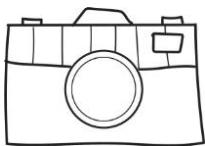
Esta semana damos gracias por nuestros amigos y familias, la comunidad que nos entrelace localmente o a distancia.

Visión general



Esta semana le invitamos a enfocarse en su “familia” – un término maravilloso que se define como la comunidad que te rodea que forma tu familia (tanto biológica o escogida). Reflexione en toda esta gente quien te rodea y dé gracias por su presencia en tu vida y por los regalos que te traen en tu vida.

En línea

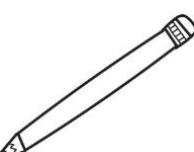


Comparta fotos de sus amigos y familia esta semana. Díganos porque estas agradecido por ellos y como ellos han afectado su vida. Asegúrate de compartir su gratitud y su amor hacia ellos, etiquetándolos de forma rápida en las redes sociales.

En el hogar



Esta semana escribe una carta a al menos una de las personas por las que estás dando gracias. El arte de escribir cartas se ha perdido, pero aun nos gusta recibirlas. Tome un momento para envíale una nota de agradecimiento a alguien que conoces dejándole saber cuan agradecido eres por lo que significa en tu vida.



Al cerrar la semana, comparta un nombre o frase para que te ayude recordar esas cosas porque le distes las gracias en la semana.

Primera semana: noviembre 1-7

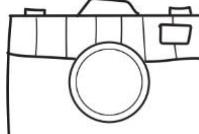
Esta semana damos gracias por todos los que han partido, santos de nuestro tiempo y santos que han partido antes de nosotros.

Visión general



Esta semana la iglesia reconoce dos días festivos: Todos los Santos y Todos los Muertos. Para muchos, el enfoque cae pesado sobre aquellos quien la iglesia recuerda por sus dádivas heroicas o por su gran fe. Pero también recordamos aquellos quien han muerto en la fe, quienes su fe y vida ha afectado la nuestra. Damos gracias por todos los santos de la iglesia, conocidos y no conocidos, quienes han fortalecido la iglesia y han hecho el mundo un lugar mejor.

En línea



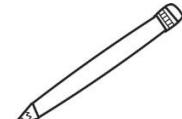
En el hogar



Esta semana los animamos a postear fotos de los santos en tu vida en línea. Comparta con nosotros algo de esas personas y por qué estas agradecido por ellos.

Una de las formas que los santos se quedan en nuestras vidas es a través de los recuerdos relacionados con la comida que dejaron atrás. Le animamos esta semana que haga, por los menos, una receta de alguien por quien le estas dando gracias esta semana. Puedes compartir su historia y la receta con amigos mientras los invita a que también compartan una receta y una historia.

Dé gracias



Al cerrar la semana, comparta un nombre o frase para que te ayude recordar esas cosas porque le distes las gracias en la semana.

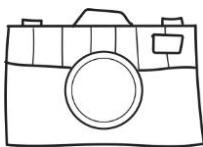
Segunda semana: noviembre 8-14

Esta semana damos gracias por las bendiciones encontradas en la creación.

Visión general



En línea



En el hogar



Dé gracias



El primer regalo que Dios nos dio fue la creación. A menudo nos olvidamos cuán importante el mundo que nos rodea es para nuestra supervivencia y la supervivencia de los demás. A veces nos olvidamos de la alegría que la creación nos da cuando estamos ocupados o según cambian las estaciones. Esta semana pausamos para dar gracias por todas las maravillas y alegrías que hemos encontrado en la creación.

Le animamos esta semana que busque todas esas cosas en la creación porque estas agradecido y comparta fotos con nosotros en las redes sociales. Esto puede ser algo simple como su mascota, las plantas en su hogar, patio o animal o planta favorita. Comparta con nosotros las partes de la creación porque eres agradecido.

Unas de las mejores formas que podemos celebrar la creación es dando gracias porque ella y añadiéndole. Le invitamos esta semana a sembrar algo. Para muchos de nosotros quizás es adoptando una planta o sembrando algo que crezca a dentro. Sea creativo – desde jardines de hierbas en ventanas hasta suculentas. Asegúrese de compartir una foto en línea.

Al cerrar la semana, comparta un nombre o frase para que te ayude recordar esas cosas porque le diste las gracias en la semana.

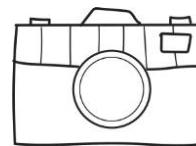
Tercera semana: noviembre 15-21

Esta semana damos gracias por si mismos, nuestras almas y cuerpos.

Visión general



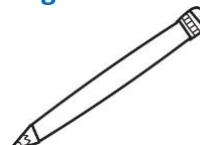
En línea



En el hogar



Dé gracias



Una de las formas de gratitud que olvidamos es dando gracias por si mismos. Nuestro cuerpo es increíble que hace tantas cosas. Esta semana, queremos que te enfoque en dar gracias por todas las cosas que puedes hacer, desde correr a tener ojos tan fuertes que puedes leer hasta altas horas de la noche.

Esta semana damos gracias por si mismos, esperamos que compartas una foto de usted. Esta es una oportunidad para compartir una foto favorita (quizás una desde hace tiempo) de algún momento en que te sentiste creativo, valiente, fuerte, astuto o saludable. Todas estas son razones para dar gracias por si mismo.

Esta semana le animamos que haga algo simplemente para usted. Puede ser tan simple como leer una novela, cocinando algo que solo usted disfrute o tomándose una taza de café tranquilo antes de la puesta del sol. Lo que sea, haga algo que le dé alegría y le ayude celebrar y dar gracias por el regalo que es usted mismo.

Al cerrar la semana, comparta un nombre o frase para que te ayude recordar esas cosas porque le diste las gracias en la semana.
