

WHAT DO WE UNDERSTAND BY FASTING?

Fast from judging others; discover the goodness within them.
Fast from hurtful words; be full of healing phrases.
Fast from discontent; be full of gratitude.
Fast from anger; be patient and compassionate.
Fast from pessimism; be hopeful.
Fast from worries; be confident in God.
Fast from complaining; appreciate the wonders of life.
Fast from stressing; pray and meditate.
Fast from bitterness; be forgiving.
Fast from selfishness; be generous.
Fast from anxiety about possessions; live more simply.
Fast from discouragement; be enthusiastic.
Fast from worldly thoughts; think of eternal truths.
Fast from pettiness; decide to be noble.
Fast from gloom; decide to be joyful.

¿QUÉ ENTENDEMOS POR AYUNO?

Ayuna de juzgar a otros; descubre la bondad que vive en ellos.
Ayuna de palabras hirientes; llénate de frases sanadoras.
Ayuna de descontento; llénate de gratitud.
Ayuna de enojos; llénate de paciencia y compasión.
Ayuna de pesimismo; llénate de esperanza.
Ayuna de preocupaciones; llénate de confianza en Dios.
Ayuna de quejarte; llénate de aprecio por la maravilla que es la vida.
Ayuna de las presiones que no cesan; llénate de oración y meditación.
Ayuna de amargura; llénate de perdón.
Ayuna del egoísmo, se generoso.
Ayuna de ansiedad sobre tus cosas; vive más simplemente.
Ayuna de desaliento; llénate de entusiasmo.
Ayuna de pensamientos mundanos; llénate de verdades eternas.
Ayuna de todo lo que te separe de tu verdadera naturaleza; llénate de todo lo que a ella te acerque.

LENT 2021

Annunciation Catholic Parish
3601 Humboldt St. Denver, CO
Office: 1408 East 36th Street



Ash Wednesday (Feb. 17) / Miércoles de Ceniza

Día de Ayuno y Abstinencia/Day of fast & Abstinence

Misa/Mass bilingual 8:00 a.m.

School Masses (English): 9:00 – noon (**students only**)

12:10 p.m. Mass (English)

Misa en Español 6:00 p.m.

Misa en Español 7:30 p.m.

Weekday Daily Masses / Misas Diarias

Monday no Masses

Martes 8:15 a.m. & 6:45 p.m. (Español)

Wednesday 8:15 a.m. (English) & 6:00 p.m. (Español)

JUEVES March 25 – MISA A LAS 6:00 p.m.

Jueves 8:15 a.m. (Español)

Viernes 8:15 a.m. (Español)

Adoracion: Martes 8:45 a.m. – 6:30 p.m. Bendición a las 6:30 p.m.

Sunday Masses / Misas Dominicales

Sábado 6:00 p.m. (Español)

Sunday 8:00 a.m. and 11:30 a.m. (English)

Domingo 9:30 a.m.; 1:00 p.m.; 6:30 p.m. (español)

Reconciliation (Confessions) / Reconciliación (Confesiones)

Tuesdays / *Martes* 5:30 p.m. – 6:15 p.m.

Saturdays / *Sábados* 4:00 p.m. – 5:30 p.m.

2nd, 3rd, 4th, 5th Domingos: 8:45-9:30 a.m.; 10:30 – 11:30 a.m.;
12:30 – 1:00 p.m.; 2:00 – 2:30 p.m. (entre las misas; between
the Masses)

Stations of the Cross/Via Crucis

THURSDAY NIGHTS: ENGLISH

Stations at 6:30 followed by INFORMED

(Lenten program from FORMED shown in
The church)

Benediction after the program

VIERNES: ESPANOL

Via Crucis a las 6:30 p.m. y Vida de Santa Teresa

Bendición después del programa

**25 Marzo (Miercoles) Celebration of the Annunciation /
Festividad de la Anunciación bilingüe: Obispo Jorge
Rodriguez a las 6:00 p.m.**

**(7:00 – 8:00 Fundraiser for Annunciation School -
virtual)**

**Adoracion/Adoration until 8:00 p.m.
Benediction/Bendicion a las 8:00 p.m.**



Triduum / Triduo

Holy Thursday / Jueves Santo (April 1)

Mass of the Lord's Supper; Transfer of the Eucharist
(bilingual): 7:00 p.m.

Misa de la Última Cena del Señor;

Transferencia de la Eucaristía (bilingüe): 7:00 p.m.

**ADORACION EN EL JARDIN: hasta 12:00 (adoration
in the courtyard until 12:00)**

Good Friday / Viernes Santo (April 2)

Día de Ayuno y Abstinencia/ Day of Fast & Abstinence

Celebration of the Lord's Passion

Celebración de la Pasión del Señor

English: 12:00 noon

Stations / Vía Crucis at 3:00 p.m. (bilingual)

Español: 7:00 p.m.

Holy Saturday Vigil / Vigilia Pascual (April 3)

Begins / *Comienza a las/at 8:00 p.m.*

(Note: No confessions on Saturday)

(Nota: No habrá confesiones en Sabado)

Easter Masses / Misas de Pascua (April 4)

Sunday (English) 8:00 a.m.; 11:30 a.m.

Domingo (español) 9:30 a.m.; 1:00 p.m. 6:30 p.m.