



Colégio  
de Nossa Senhora  
do Alto

DIÓCESE DO ALGARVE | FARO

Segue-me!  
Estou contigo  
18/19

1º ciclo

QUARESMA

2ª FEIRA || 18 de março

## QUARESMA- Pela estrada de Jesus... Rumo à Vida Feliz STOP

**Bom dia!** Iniciamos uma nova semana. E na nossa caminhada com Jesus acrescentamos mais um sinal que nos quer ajudar a viver bem este tempo da quaresma.

### Texto

**Começamos pela Palavra de Deus de Domingo:**

Jesus subiu ao Monte Tabor com 3 discípulos... «E ouviu-se uma voz que dizia: «Este é o meu Filho, o meu Eleito: escutai-O» do EVANGELHO de S. Lucas 9, 35



A Palavra de Deus fala-nos de um acontecimento muito importante: Jesus mais 3 discípulos, Pedro, Tiago e João, sobem ao **monte Tabor**, onde lhes é revelado algo de maravilhoso sobre Jesus. Uma voz faz-se ouvir e diz: «Este é o meu Filho, o meu eleito: Escutai-O.»

Sabeis do que quer dizer «Subir ao Monte»? Quer dizer- aproximar-se de Deus. E para nos aproximarmos de Deus temos de ter um tempo para parar.

Por isso esta semana o sinal que nos fará parar é o **STOP**

Temos de parar diante do STOP da vida para seguir as indicações de Jesus – e ter tempo para escutar.

Para escutar o que a Palavra de Deus diz, Jesus indica-nos o meio:

através da ORAÇÃO.

### Reflexão

Por isso o nosso símbolo da semana é o STOP para nos recordar que a ORAÇÃO nos ajuda a parar e a escutar o coração. E é no coração que Jesus fala.

### Oração

Obrigada Jesus,

por Te queres encontrar comigo.

Ajuda-me a saber parar, a fazer silêncio, para que as tuas palavras cheguem ao meu coração.

*Pai Nosso... Nossa Senhora Auxiliadora ... rogai por nós.* Em nome do Pai e do Filho e do Espírito Santo.

*Bom dia!*

*Pela estrada de Jesus... Rumo à Vida Feliz.*



**Colégio  
de Nossa Senhora  
do Alto**

DIÓCESE DO ALGARVE | FARO

**Segue-me!**  
Estou contigo  
18/19

**1º ciclo**  
**QUARESMA**

**3ª FEIRA || 19 de março**

**DIA DE S. JOSÉ- DIA DO PAI**

**Bom dia no ginásio- Musical Príncipezinho**

**4ª FEIRA || 20 de março**

**IDA A LISBOA- 1º ciclo e 5º ano**

*Pela estrada de Jesus... Rumo à Vida Feliz.*



Colégio  
de Nossa Senhora  
do Alto  
DIOCESE DO ALGARVE | FARO

Segue-me!  
Estou contigo  
18/19

1º ciclo  
QUARESMA

5ª FEIRA || 21 de março

## O RELÓGIO

**Bom dia!** E hoje começa a Primavera. Será tudo mais bonito. Mais luminoso, mais alegria. Hoje trazemos uma pequena história que pretende alegrar alguém.

### Texto

«O colégio onde eu estudava, costumava encerrar o ano letivo com um espetáculo teatral. Eu gostava muito, porém nunca fora convidada para participar, o que me trazia uma secreta mágoa.

Quando fiz onze anos avisaram-me que, finalmente, ia ter um papel para representar. Fiquei felicíssima, mas esse estado de espírito durou pouco: escolheram uma colega minha para o desempenho principal. A mim coube uma ponta, de pouca importância.

A minha decepção foi imensa. Voltei para casa a chorar. A minha mãe quis saber o que se passava e ouviu toda a minha história, entre lágrimas e soluços. Sem nada dizer foi buscar o bonito relógio de bolso do meu pai e colocou-o nas minhas mãos, dizendo:

– O que é que estás a ver?

– Um relógio de ouro.

Em seguida, ela abriu a parte de trás do relógio e repetiu a pergunta:

– E agora, o que estás a ver?

– Ora, mãe, aí dentro há centenas de rodinhas e parafusos.

Ela prosseguiu:

– Este relógio, tão necessário para o teu pai e tão bonito, seria absolutamente inútil se nele faltasse qualquer parte, mesmo a mais insignificante das rodinhas ou o menor dos parafusos.

Fiquei a pensar naquilo. A minha mãe tinha razão.

### Reflexão

- A máquina do relógio ensina-nos quão essenciais são mesmo os deveres mais ingratos e difíceis, que nos calham a todos. Não importa que sejamos o mais mínimo parafuso ou a mais ignorada rodinha, desde que o trabalho, em conjunto, seja para o bem de todos.

- Por vezes temos inveja de um colega nosso ou até um amigo ter um papel mais importante numa festa, jogar melhor futebol, etc, mas lembra-te: para que uma peça ou uma equipa fique completa todos os papéis ou jogadores são importantes.

### Oração (repetir com a professora)

Meu Deus, agradeço-te pelo meu dia a dia, pela minha família, pelos professores e funcionários do colégio, que em equipa me ajudam a crescer.

**Pai Nosso... Nossa Senhora Auxiliadora...rogai por nós.** Em nome do Pai e do Filho e do Espírito Santo.

*Bom dia*

*Pela estrada de Jesus... Rumo à Vida Feliz.*



Colégio  
de Nossa Senhora  
do Alto

DIÓCESE DO ALGARVE | FARO



1º ciclo  
QUARESMA

6ª FEIRA || 22 de março

## EVANGELHO DE DOMINGO- A FIGUEIRA ESTÉRIL- QUE NÃO DÁ FRUTO

**Bom dia!** E eis que chegamos ao final de mais uma semana. Deixamos o convite a escutares uma parte do Evangelho de Domingo, o terceiro domingo da quaresma. Escuta uma parábola que Jesus contou:

Texto/ Vídeo

<https://youtu.be/np1RiJ1ezn0>

### Reflexão

Esta árvore representa a vida de cada um de nós.

Que frutos tem a tua árvore? Bondade? Solidariedade? Amor ao próximo?

Deus espera pacientemente pelos teus frutos, por ti.

Uma árvore cheia de frutos é como uma vida plena de verdade e fé.

### Oração

**Pai Nosso... Nossa Senhora Auxiliadora... rogai por nós.** Em nome do Pai e do Filho e do Espírito Santo.

*Bom dia*

*Pela estrada de Jesus... Rumo à Vida Feliz.*