



Colégio
de Nossa Senhora
do Alto

DIÓCESE DO ALGARVE | FARO

Segue-me!
Estou contigo
18/19

1º ciclo
QUARESMA

2ª FEIRA || 25 de março

QUARESMA- Pela estrada de Jesus... Rumo à Vida Feliz Obrigatório...

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 disse então a seguinte parábola: «Certo homem tinha uma figueira plantada na sua vinha. Foi procurar os frutos que nela houvesse, mas não os encontrou. (...) Disse então ao vinhateiro: 'Há três anos que venho procurar frutos nesta figueira e não os encontrou. Deves cortá-la. (...) Mas o vinhateiro respondeu-lhe: 'Senhor, deixa-a ficar ainda este ano, que eu, entretanto, vou cavar-lhe em volta e deitar-lhe adubo. Talvez venha a dar frutos.» (Lc 13, 1-9) Talvez venha a dar frutos...»

Reflexão

A Palavra de Deus para esta semana fala-nos de uma árvore que dá bons frutos... e de uma árvore que dá maus frutos. Se pensarmos que a nossa vida é uma árvore boa, esta deve produzir bons frutos: boas atitudes, palavras bonitas, pensamentos bons... A Palavra de Deus pode-nos ajudar a dar vida à nossa árvore fortalecendo-a com amor. Se não o fizermos, a árvore corre o risco de morrer e nem dar frutos. Deixemos que Deus cuide da nossa vida e a transforme para que ela venha a produzir bons frutos. É preciso mudar de rumo, de direção, de estratégia se estivermos a deixar morrer a nossa árvore.

O nosso símbolo: sinal de obrigação de virar à direita indica com clareza que é preciso mudar de rumo/ direção

Palavra-Chave: Bons frutos: dizer boas palavras e ter boas atitudes

Oração

Hoje é a festa da Anunciação- o dia em que Nossa Senhora soube que iria ser Mãe de Jesus. Com Ele e Jesus pedimos que nos ajude a dizer sempre uma palavra amiga a quem precisa.

Avé- Maria...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

3ª FEIRA || 26 de março

PRIMAVERA

Bom dia! Já estamos a uma semana desde que começou a primavera. A primavera é uma estação muito bonita, pois a natureza ganha uma nova vida: as plantas florescem, os pássaros cantam e os animais que hibernam voltam a acordar!

Se olharmos à nossa volta vemos o quanto bonita é a natureza que vos rodeia, como Deus é bom, que criou esta beleza toda para nós!

Texto/ Vídeo

Vamos escutar uma música que nos falará das coisas bonitas desta estação.

<https://youtu.be/mlKz4LwJrCE>

Oração

Deus Pai, hoje agradecemos-Te por esta bonita estação, a Primavera, e por tudo de belo que ela traz: as flores, as cores, os dias maiores, os passarinhos e todos os animais!

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

4ª FEIRA || 27 de março

O TESTE DO MARSHMALLOW

Bom dia! Temos ouvido falar que estamos na Quaresma. Neste tempo somos convidados a rezar mais, a dar esmola e a fazer jejum e abstinência. Esta semana vamos tentar perceber melhor o que é fazer jejum e abstinência. Fazer jejum e abstinência é sermos capazes de controlar o desejo de comer ou fazer muito uma coisa. Para perceber melhor esta ideia, vamos ver um pequeno vídeo.

Texto/ Vídeo

<https://www.youtube.com/watch?v=77XlyD0YTqU>

Reflexão

- Neste vídeo, podemos ver como algumas crianças foram capazes de controlar a sua vontade.
- Através do jejum e da abstinência aprendemos a ser fortes, a controlar os nossos desejos.
- Podemos fazer jejum e abstinência de comida, doces, mas também de outras coisas como ver televisão ou jogar no telemóvel...
- Há muitas pessoas que não têm comida ou bens. Fazer jejum e abstinência também nos ajuda a lembrar delas e a aprender a partilhar com quem não tem tanto como nós.

Oração

Querido Jesus,

Nesta quaresma, quero ofereço-Te os meus sacrifícios pela paz no mundo: nos países em guerra e nas famílias que não se entendem.

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

5ª FEIRA || 28 de março

O MENINO E OS PREGOS

Bom dia! Neste tempo de quaresma, continuamos a preparar-nos para o grande dia de festa que é a Páscoa. Mas faça uma pergunta: será que só podemos fazer jejum de comida e guloseimas? Vamos escutar uma história que nos ajuda a perceber como também é bom e faz bem fazermos jejum de outras coisas.

Texto

Era uma vez um menino que tinha um temperamento muito difícil. Certo dia, ao chegar da escola, começou a reclamar pois tinha discutido com um amigo. O pai, que estava a trabalhar, escutou com atenção. Em silêncio, foi buscar um saco com pregos, entregou-lho e disse-lhe:

- Cada vez que perderes a paciência, prega um prego na vedação que est a l a atr as.

O menino não perdeu tempo e correu para o quintal...

Logo no primeiro dia, pregou 37 pregos na vedação. São que, dia a p s dia, foi diminuindo o número de pregos que utilizava. Então, ele descobriu que era mais fácil controlar o seu temperamento do que martelar cada um dos pregos.

Finalmente chegou o dia em que o menino não perdeu mais a paciência. Ele foi contar ao pai, que lhe sugeriu que tirasse um prego da vedação por cada dia que ele conseguisse controlar o seu temperamento. O tempo foi passando e finalmente chegou o dia em que, todo contente, disse ao pai:

- Pai, já tirei todos os pregos na vedação!

Então, o pai levou o filho pela mão, até junto da vedação e disse:

- Fizeste bem, meu filho, mas repara nos buracos que aqui estão. Esta cerca nunca mais ser a a mesma. Quando dizes coisas feias aos teus amigos e perdes a paciência, as tuas palavras deixam uma cicatriz como estes buracos aqui na vedação.

Reflexão

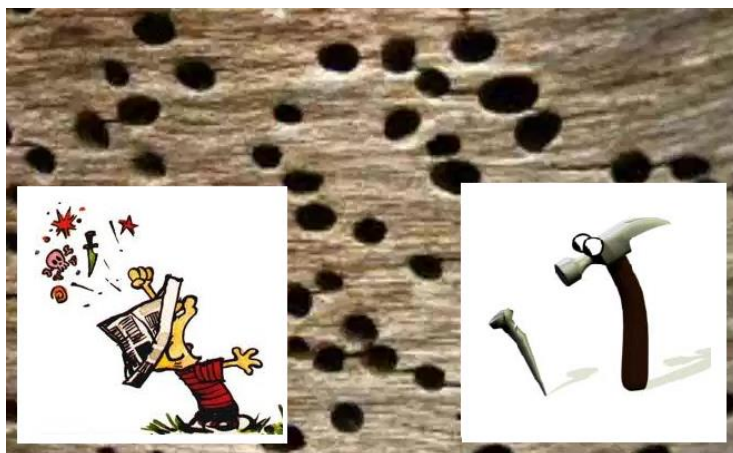
- Durante a quaresma também podemos fazer jejum de palavras ou maus sentimentos para com os outros. Podemos pensar que   difícil fazê-lo mas, com um pouco de esforço e a ajuda de Deus, conseguimos.
- Com a história, aprendemos que ao evitarmos dizer palavras que magoam, evitamos também fazer feridas e deixar marcas profundas nos amigos.

Oração

Jesus, d -me força para conseguir conter as palavras m s que, de vez em quando, tendem a sair da minha boca: **Pai Nosso... Nossa Senhora Auxiliadora...rogai por nós.** Em nome do Pai e do Filho e do Espírito Santo.

Bom d a

Pela estrada de Jesus... Rumo   Vida Feliz.





Colégio
de Nossa Senhora
do Alto

DIÓCESE DO ALGARVE | FARO

Segue-me!
Estou contigo
18/19

1º ciclo
QUARESMA

6ª FEIRA || 29 de março

EVANGELHO DO IV DOMINGO- O FILHO PRÓDIGO

Bom dia! Terminamos a nossa semana com o Evangelho do IV Domingo da Quaresma. Jesus conta uma história (parábola).

Texto/ Vídeo

<https://youtu.be/LBeTb9eo70A>

Reflexão

A parábola contada por Jesus diz que Deus é tão bom quanto aquele pai da história. Deus não quer que façamos coisas más nem tenhamos atitudes pouco corretas, mas quando nos arrependemos Ele estará sempre ali para nos perdoar.

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.