



Colégio  
de Nossa Senhora  
do Alto

DIÓCESE DO ALGARVE | FARO

Segue-me!  
Estou contigo  
18/19

2º- 3º ciclos

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.

Obrigada, Senhor por nos fazeres sonhar alto. Porque a Ti nada é impossível.

*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  
DIOCESE DO ALGARVE | FARO

Segue-me!  
Estei contigo  
18/19

2º- 3º ciclos

QUARESMA

3ª FEIRA || 26 de março

## PROXIMIDADE DE DEUS

**Bom dia!** Reconhecer os pecados é incómodo. Ninguém gosta de pensar que errou e, muito menos, de o admitir ou contar a alguém. Temos muita dificuldade em recorrer a esta oportunidade que a Igreja nos dá para melhorar o que há de menos bom em nós. A confissão é um bom meio para se dar bons frutos-sentido obrigatório!!!!

### Texto

Um dos ensinamentos mais desconcertantes, mas agradáveis, de um mestre era este:

- Deus está mais perto dos pecadores do que dos justos.

E explicava assim:

- Deus, no paraíso, segura cada pessoa por um fio. Tu, quando pecas, rompes o fio. Então, Deus ao perdoar-te torna a atá-lo e o fio fica mais curto. E fazendo assim, aproxima-te mais d'Ele. Voltas a pecar e, em cada nó, ao reconciliares-te com Ele, Deus continua a puxar-te mais para Ele...

(Sabedoria Perene, p. 35)

### Reflexão

- Cabe-nos a nós, aproximarmo-nos e querer ver reatada a nossa corda através do sacramento da reconciliação.
- Como um barco cuja corda se separa da âncora e fica à deriva, também a nossa vida, se separar de Deus, fica entregue à nossa própria sorte.
- Contar ao padre os nossos pecados pode parecer desconfortável. A verdade é que, a igreja, através da confissão, está disponível para nos escutar de forma gratuita e desinteressada.
- A confissão regular permite-nos olhar para a nossa vida e a reconhecer os nossos pecados, aquilo que traz sofrimento e que nos afasta da verdadeira felicidade.

### 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.*



Colégio  
de Nossa Senhora  
do Alto  
DIOCESE DO ALGARVE | FARO

Segue-me!  
Ejtem contigo  
18/19

2<sup>o</sup>- 3<sup>o</sup> ciclos

QUARESMA

4<sup>a</sup> 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=77XlyDOYTqU>

#### 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

*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

2º- 3º ciclos

QUARESMA

5ª FEIRA || 28 de março

## IMAGEM E PENSAMENTO

**Bom dia!** Hoje deixamos uma imagem para leres e pensares. Faremos em silêncio

Texto/ Imagem



Gosto de acumular coisas.

Dá-me segurança.

Mostra aos outros que sou uma pessoa realizada.

Mas sem Deus por perto, todos os bens, todos os saberes, todas as aparências, são uma perda de tempo e de vida.

E acabo o dia mais vazio do que nunca.

*Diz Jesus: «Quem não junta comigo, dispersa» Lc 11, 23*

*Quando a montanha de tralha que juntei toda a minha vida me impede de ver a tua luz, perdão, Senhor.*

*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

2º- 3º ciclos

QUARESMA

6ª FEIRA || 22 de março

#### IV DOMINGO DA QUARESMA FILHO PRÓDIGO

**Bom dia!** Terminamos a nossa semana com o evangelho do IV domingo da quaresma: a parábola do filho pródigo.

#### Texto/ Vídeo

<https://youtu.be/PP8XWqggmXw>

#### Reflexão

Que mensagem podemos tirar?

Mesmo na nossa fragilidade o amor de Deus nos abraça e nos dá confiança.

#### 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.*