



2ª Feira, 27 de fevereiro de 2023  
**COM MARIA... ACOLHO O BEM QUE SOU! ENCONTRO-ME!**

 **Música** | <https://www.youtube.com/watch?v=wKmcRy0xZJM>

 **Em nome do Pai e do Filho e do Espírito Santo. Ámen.**

**Bom dia.** Estamos na primeira semana deste tempo tão especial que é a preparação para a Páscoa, a Quaresma. E não vamos sozinhos! Maria acompanha-nos e ajuda-nos a dar passos certos e concretos. Vamos descobrir como através da história de hoje.

### **Uma Quaresma especial**

Um dia na escola, uma menina chamada Ana ouviu dizer que estava a começar a Quaresma. Recordava-nos os 40 dias e 40 noites que Jesus tinha passado no deserto, sem comer e sem beber, e tentado pelo diabo.

A Ana queria fazer algo de especial para se aproximar mais de Deus. Então pensou em imitar Jesus no deserto, mas ficar sem comer 40 dias era impensável. Ela não ia conseguir.

Um dia, enquanto caminhava pela floresta, Ana encontrou uma imagem de Nossa Senhora. Ela ajoelhou-se à frente da imagem e pediu a ajuda de Nossa Senhora para saber o que fazer durante a Quaresma.

Como por milagre, Nossa Senhora sorriu para ela e disse:

- Ana! Jejum, oração e bondade é o segredo para vencer as tentações.

Ana ficou a pensar sobre o que a Nossa Senhora lhe tinha dito. Como jejum, ela decidiu não comer tantos doces ou passar tanto tempo a ver



telemóvel e a jogar. E, em vez disso, passou a fazer uma boa ação todos os dias: ajudava a mãe em casa, partilhava os brinquedos com a irmã, ajudava os colegas nos estudos e até ia visitar os vizinhos que estavam sozinhos ou doentes. Mas não foi fácil. Às vezes, não lhe apetecia ser boazinha, preferia ficar a jogar ou a ver televisão e até gastava o dinheiro das poupanças em doces ou jogos. A Ana passou por algumas tentações, mas lembrando-se das tentações Jesus no deserto, ela rezava para que Ele a ajudasse.

No final da Quaresma, a Ana ajoelhou-se de novo à frente da imagem de Nossa Senhora e agradeceu. Ela percebeu que Nossa Senhora a tinha ajudado a descobrir o bem que havia dentro dela e a partilhá-lo com os outros. Agora, sentia-se mais próxima de Deus, mas também mais forte, mais amorosa e mais compassiva.



**Faz os outros alegres** | A Quaresma é um tempo para nos aproximarmos de Deus e de nos tornarmos pessoas melhores. Podemos fazer isso partilhando a nossa bondade com os outros, com a ajuda de Nossa Senhora.



**Celebra...** | Esta semana vamos tentar falar mais com o nosso amigo Jesus. Vamos procurar ir mais vezes à capela, pedindo-lhe a força e coragem para fazer boas escolhas.

**Vamos rezar!** | Nossa Senhora, toma-nos pela mão, leva-nos até Jesus. Ajuda-nos a fazer sempre o bem. | *Ave, Maria...* | **Nossa Senhora Auxiliadora, rogai por nós.**

**Em nome do Pai e do Filho e do Espírito Santo. Ámen.**

3ª Feira, 28 de fevereiro de 2023

**QUARESMA COM O CORAÇÃO DE MÃE**



Música | <https://www.youtube.com/watch?v=TCg16Y9vz7Y>



**Em nome do Pai e do Filho e do Espírito Santo. Ámen.**

**Bom dia.** Nossa Senhora pode ser um bom exemplo para nos prepararmos nesta Quaresma. Também ela passou por um período muito especial de preparação, quando estava à espera do nascimento de Jesus. E mesmo quando as coisas não eram fáceis, ela teve muita fé, esperança e amor. Afinal ela tinha um coração de mãe! Escutemos esta linda descrição da escritora Isabel Minhós Martins.

### **Coração de Mãe**

Clicar em <https://www.youtube.com/watch?v=IYF1S6niDi4>



**Faz os outros alegres** | Lembremo-nos que Nossa Senhora está sempre connosco, amando-nos e protegendo-nos.

- Sejamos sempre gratos por tudo o que ela e Deus nos dão.
- Nesta Quaresma, usemos este amor para sermos pessoas boas e generosas com todos ao nosso redor.



**Celebra...** | Hoje o desafio é fazeres feliz a tua mãe! Se não puderes estar com ela, faz alegre aquela pessoa que hoje cuida de ti! Ela tem com certeza um coração de mãe.

**Vamos rezar!** | Nossa Senhora, pedimos-te que nos ajudes a ter um coração bondoso como o teu, para vivermos melhor esta Quaresma. | Ave, Maria ... | **Nossa Senhora Auxiliadora, rogai por nós.**

**Em nome do Pai e do Filho e do Espírito Santo. Ámen.**

4ª Feira, 01 de março de 2023

**JESUS PASSAVA O TEMPO A FAZER O BEM**



Música | <https://www.youtube.com/watch?v=-nZ9KlFfEs>



Em nome do Pai e do Filho e do Espírito Santo. Ámen.

**Bom dia.** Hoje vamos ver como Jesus é um especialista no bem! Ele não sabe mesmo fazer mais nada, só bem!

### Um dia da vida de Jesus

Naquele dia, Jesus levantou-se muito cedo, antes mesmo do sol nascer. Saiu de casa para rezar num local isolado. Gostava de falar a sós com o seu Pai do céu. Ao amanhecer, depois dos seus amigos terem acordado também, foram à Sinagoga, o lugar onde se lia e estudava a Palavra de Deus. Aí Jesus



leu um texto muito importante e explicou-a aos homens que estavam naquele lugar. Todos ficaram muito impressionados com o que Ele dizia. O seu coração ficava tocado pois Jesus falava coisas muito certas e verdadeiras que faziam sentido! Ao sair daquele lugar, foram até à casa de um dos amigos de Jesus, Pedro. A sogra desse amigo estava muito doente. Não se conseguia levantar, tinha muita febre. Os familiares perguntaram a Jesus se a podia ajudar. Ele não esperou! Aproximou-se dela e dando-lhe a mão levantou-a e ela ficou curada. Foi logo fazer o almoço para aqueles amigos todos. Os vizinhos ficaram a saber daquela cura e logo trouxeram outros doentes para Jesus curar. E ele curou muitos naquele dia.



Assim é um dia de Jesus: fala com o seu Pai, lê a Sua Palavra, vai à casa das pessoas e ajuda-as nas suas dificuldades. Como veem, o nosso amigo Jesus é um especialista a fazer o bem!



**Faz os outros alegres** | Como amigos de Jesus, somos chamados a imitá-lo na nossa vida. Jesus deixa-nos as dicas: falar com Deus Pai, estar atentos aos outros, escutar aquilo que Deus nos diz através do Bom Dia, da leitura de uma palavra, da conversa de uma pessoa mais velha que nos quer ensinar algo de bom.



**Celebra...** | Presta atenção à voz de Deus! Procurar fazer uma destas ações de Jesus no teu dia-a-dia!

**Vamos rezar!** | Jesus ensina-nos a viver bem! Queremos aprender a ter um dia como o teu, fazendo o bem, mas sabemos que para isso é preciso coragem. Dá-nos essa coragem | *Pai Nosso...* | **S. João Bosco, rogai por nós.**

**Em nome do Pai e do Filho e do Espírito Santo. Ámen.**



5ª Feira, 02 de março de 2023

**MUITOS QUEREM SER COMO JESUS! E TU?**



Música | [https://www.youtube.com/watch?v=9K\\_-AKMnur8](https://www.youtube.com/watch?v=9K_-AKMnur8)



Em nome do Pai e do Filho e do Espírito Santo. **Ámen.**

**Bom dia.** Se queres ser feliz, há uma forma. Ser como Jesus! O tempo de Quaresma serve para olhar para o nosso coração e perceber o que precisamos mudar para sermos bons.

### Mudar o coração duro

Clicar em

<https://www.youtube.com/watch?v=A6PWu3EH7Xw&t=5s>



**Faz os outros alegres** | Alguém que vive atento às necessidades dos outros, descobre que não ser egoísta e estar mais disponível para ajudar, torna-nos mais felizes.

- A vida e o exemplo de Jesus são o caminho para essa felicidade: fazer como Ele fez.



**Celebra...** | ... Hoje vamos estar mais atentos a pensar no bem dos outros, mais do que no nosso.

**Vamos rezar!** | Jesus ajuda-me a estar atento aos outros porque sei que a verdadeira felicidade está mais em dar do que em receber. | *Avé Maria...* | **Nossa Senhora Auxiliadora, rogai por nós.**

**Em nome do Pai e do Filho e do Espírito Santo. Ámen.**



6ª Feira, 03 de março de 2023  
**TEMPO PARA JESUS**



**Música** | <https://youtu.be/WdJFyA3Mgi8>



**Em nome do Pai e do Filho e do Espírito Santo. Ámen.**

**Bom dia.** Hoje escutamos o evangelho do 2º domingo da Quaresma. Fala da Transfiguração de Jesus. Sabem o que é a Transfiguração? Vamos escutar.

### **Vídeo**

*Clicar em*

<https://bit.ly/41hGNxD>



**Faz os outros alegres** | A transfiguração de Jesus foi um momento muito especial na sua vida; foi um sinal para os discípulos de que Jesus era mais do que um simples homem - Ele era o Filho de Deus.

- Isso mostra-nos que Deus é maior do que nós podemos imaginar e que podemos confiar em Jesus como nosso salvador.



**Celebra...** | ... transfigurando-te. Também tu podes mostrar que és como Jesus, sem bom e imitando os seus gestos e ensinamentos.

**Vamos rezar!** | Senhor Jesus, ajuda-nos a ser mais parecidos contigo, fazendo o bem a todas as pessoas. | *Pai Nosso...* | **S. João Bosco, rogai por nós.**

**Em nome do Pai e do Filho e do Espírito Santo. Ámen.**