

Semana de 25 a 29 de maio de 2026

**TRANSFORMA-TE | A TUA HISTÓRIA TEM UM SENTIDO** Clicar no dia

2ª feira

3ª feira

4ª feira

5ª feira

6ª feira

**BONS DIAS** | EPE



2ª feira, 25 de maio de 2026  
A TUA HISTÓRIA TEM UM SENTIDO

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

**Bom Dia!** Cada um de nós tem uma história. Há dias bons. Há dias mais difíceis. Há pessoas que gostam de nós. Há coisas que aprendemos. A tua história é bonita. E tu és muito especial.

### A história da Clara

A Clara gostava muito de livros.

Um dia, a professora disse:

— Hoje vamos fazer um livro sobre nós.

A Clara pensou:

— A minha história é pequenina...

Mas começou a lembrar-se da sua casa, da escola, da avó, dos amigos e das coisas boas que já viveu.

Depois sorriu. A professora disse:

— A tua história é bonita. Deus conhece-te e gosta muito de ti.

A Clara ficou feliz. A sua história era especial.



**Desperta!** A nossa vida é bonita. Deus gosta muito de nós. Cada dia é uma página nova. Podemos crescer, aprender e fazer o bem.

**Reza!** Jesus, gostas muito de mim. Ajuda-me a saber que eu sou importante. Ajuda-me a fazer coisas bonitas hoje. | *Pai-Nosso...* | **Nossa Senhora Auxiliadora**, rogai por nós.

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



3ª feira, 26 de maio de 2026

SENTIDO NA VIDA DOS OUTROS

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

**Bom Dia!** Hoje vamos falar de partilhar. Às vezes temos uma coisa de que gostamos muito. Mas quando partilhamos, fazemos alguém feliz.

### Os lápis do Martim

O Martim tinha muitos lápis de cor. O seu preferido era o amarelo. Era a cor do sol. Na aula, a Inês ficou triste.

— Não tenho lápis...

O Martim olhou para o seu lápis amarelo.

Depois disse:

— Queres usar o meu?

A Inês sorriu.

— A sério?

— Sim. Podemos partilhar.

A Inês fez um desenho bonito. E o Martim ficou feliz, porque ajudar faz bem ao coração.



**Desperta!** Quando ajudamos, fazemos bem aos outros. Quando partilhamos, o outro fica feliz. Quando damos atenção, mostramos amor. Assim, entramos na história dos outros com coisas bonitas.

**Reza!** Jesus, ajuda-me a fazer o bem. Ajuda-me a falar com carinho. Ajuda-me a ajudar os outros e a dar alegria. | Ave-Maria... | Nossa Senhora Auxiliadora, rogai por nós.

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



4ª feira, 27 de maio de 2026

**UMA HISTÓRIA COM VALOR**

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

**Bom Dia!** A nossa história é bonita. Não precisamos de fazer tudo bem. Deus gosta muito de nós. E nós aprendemos a gostar dos outros e a fazer o bem.

### **A árvore que não era direita**

No jardim da avó do Simão havia uma árvore torta. O Simão perguntou:

— Avó, porque é que esta árvore é assim?

A avó sorriu e disse:

— Esta árvore passou por uma grande tempestade. O vento foi muito forte. A árvore dobrou-se. Mas não caiu. Devagarinho, continuou a crescer. Procurou a luz. Ficou forte. Agora dá sombra, flores e abriga passarinhos.

O Simão olhou para a árvore e sorriu.

A avó disse:

— Mesmo diferente, ela é muito bonita. E tem muito valor.



**Desperta!** O Simão percebeu uma coisa: Mesmo quando há coisas difíceis, a nossa história pode ser bonita. Quando estamos tristes ou quando algo corre mal, continuamos a ter valor. Deus ajuda-nos a crescer devagarinho.

**Reza!** Jesus, ajuda-me a crescer um pouco todos os dias. **Ámen.** | **Avé Maria...** | **Nossa Senhora Auxiliadora, rogai por nós.**

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



5ª feira, 28 de maio de 2026

A TUA HISTÓRIA GANHA SENTIDO NO AMOR

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

**Bom Dia!** Hoje vamos ouvir uma história sobre uma caixa muito especial. Nessa caixa, as crianças guardavam gestos bonitos. Vamos descobrir como os pequenos gestos de amor podem fazer o dia mais feliz.

### A caixa especial

Na sala havia uma caixa especial. Chamava-se: A caixa dos pequenos amores.

As crianças punham lá desenhos e palavras bonitas. Um abraço. Uma ajuda. Uma amiga à espera. A catequista disse:

— São gestos pequenos, mas fazem o dia mais bonito.

O Tomás perguntou:

— Amar faz bem?

A catequista sorriu:

— Sim. O amor faz a vida mais bonita.

Então todos quiseram fazer um gesto bom.



**Desperta!** Quando fazemos o bem, mostramos amor. Mesmo um gesto pequenino pode deixar alguém feliz. A vida fica mais bonita quando escolhemos amar.

**Reza!** Jesus, ajuda-me a fazer coisas boas. Ajuda-me a dizer palavras bonitas. Ajuda-me a cuidar dos outros. | *Avé Maria.* | **São Francisco e Santa Jacinta Marto, rogai por nós.**

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



6ª feira, 29 de maio de 2026

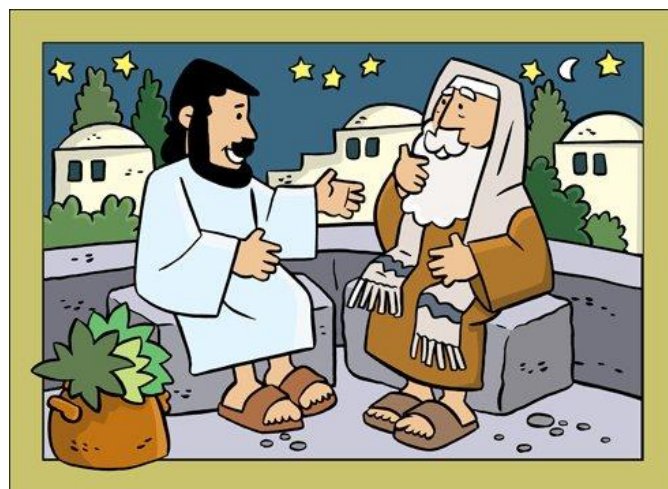
## EVANGELHO DO DOMINGO DA SANTÍSSIMA TRINDADE

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

**Bom Dia!** Hoje escutamos o evangelho da missa do próximo domingo. Diz assim:

Do **Evangelho segundo São João** (Jo 3, 16-18)

Naquele tempo, disse Jesus a Nicodemos: «Deus amou tanto o mundo que nos deu o seu filho. Quem acredita Nele terá a vida eterna. Deus não enviou Jesus ao mundo para nos castigar, mas para nos salvar.».



**Desperta!** Deus gosta muito de nós. Gosta tanto, que nos deu Jesus. Jesus veio ao mundo para nos mostrar o amor de Deus. Ele não veio para nos assustar, nem para ralar. Veio para nos ajudar, cuidar de nós e ensinar-nos a fazer o bem.

**Reza!** Jesus, Tu mostras que Deus gosta muito de mim. Ajuda-me a confiar em Ti. Ámen. | *Avé Maria...* | **Nossa Senhora Auxiliadora, rogai por nós.**

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