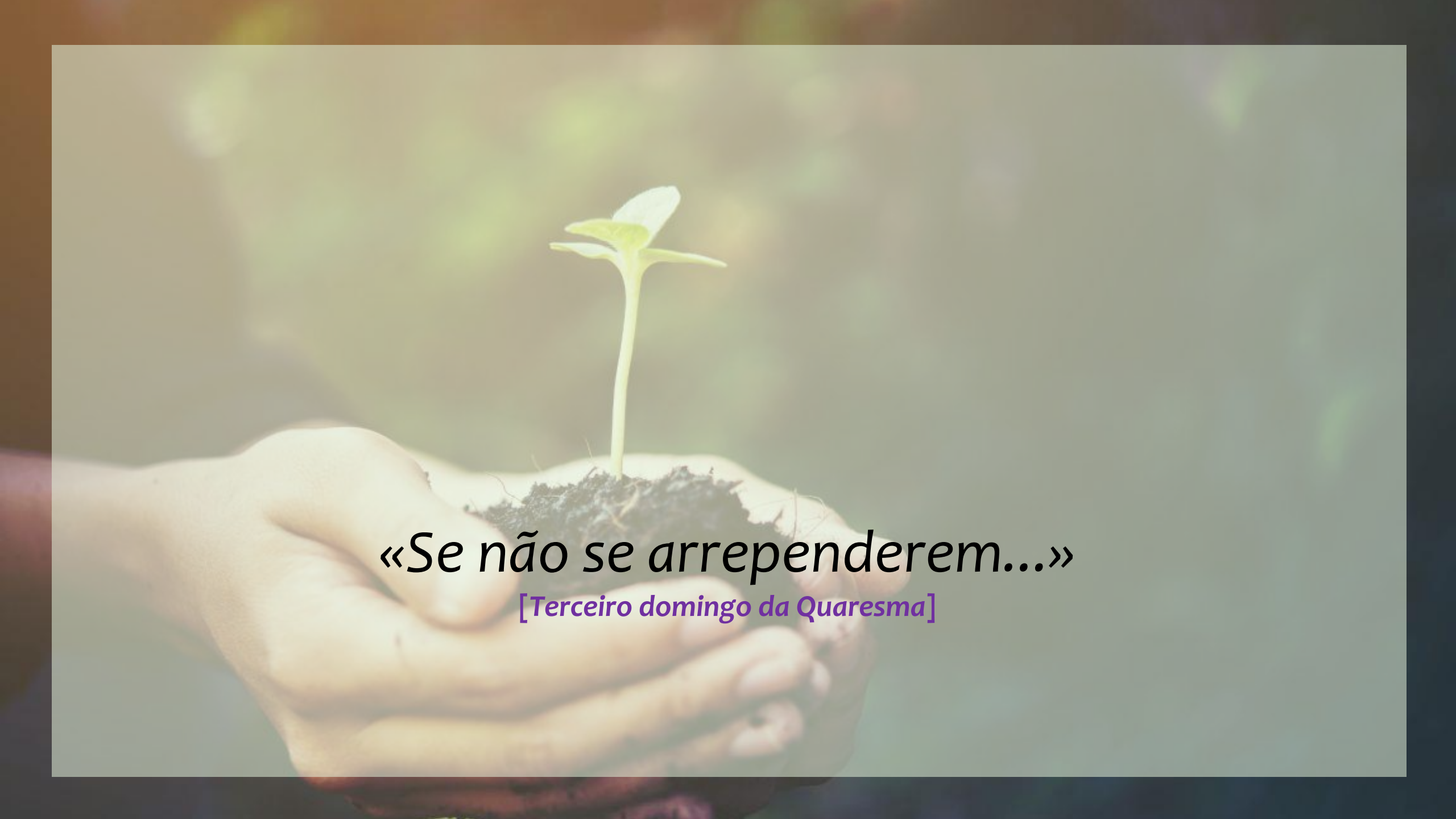
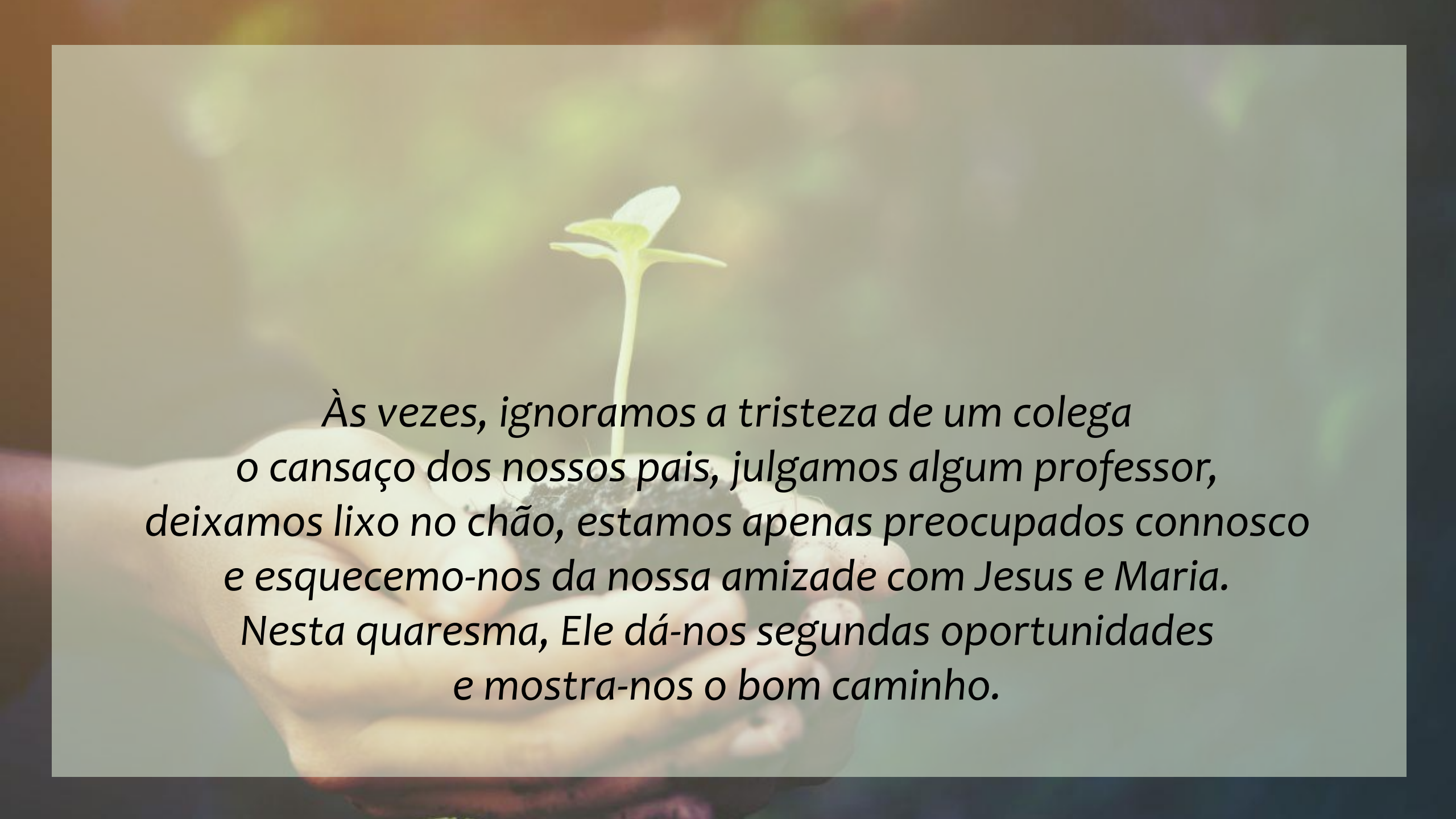
Segue-me!
Estou contigo
18/19
25 março



«Se não se arrependerem…»

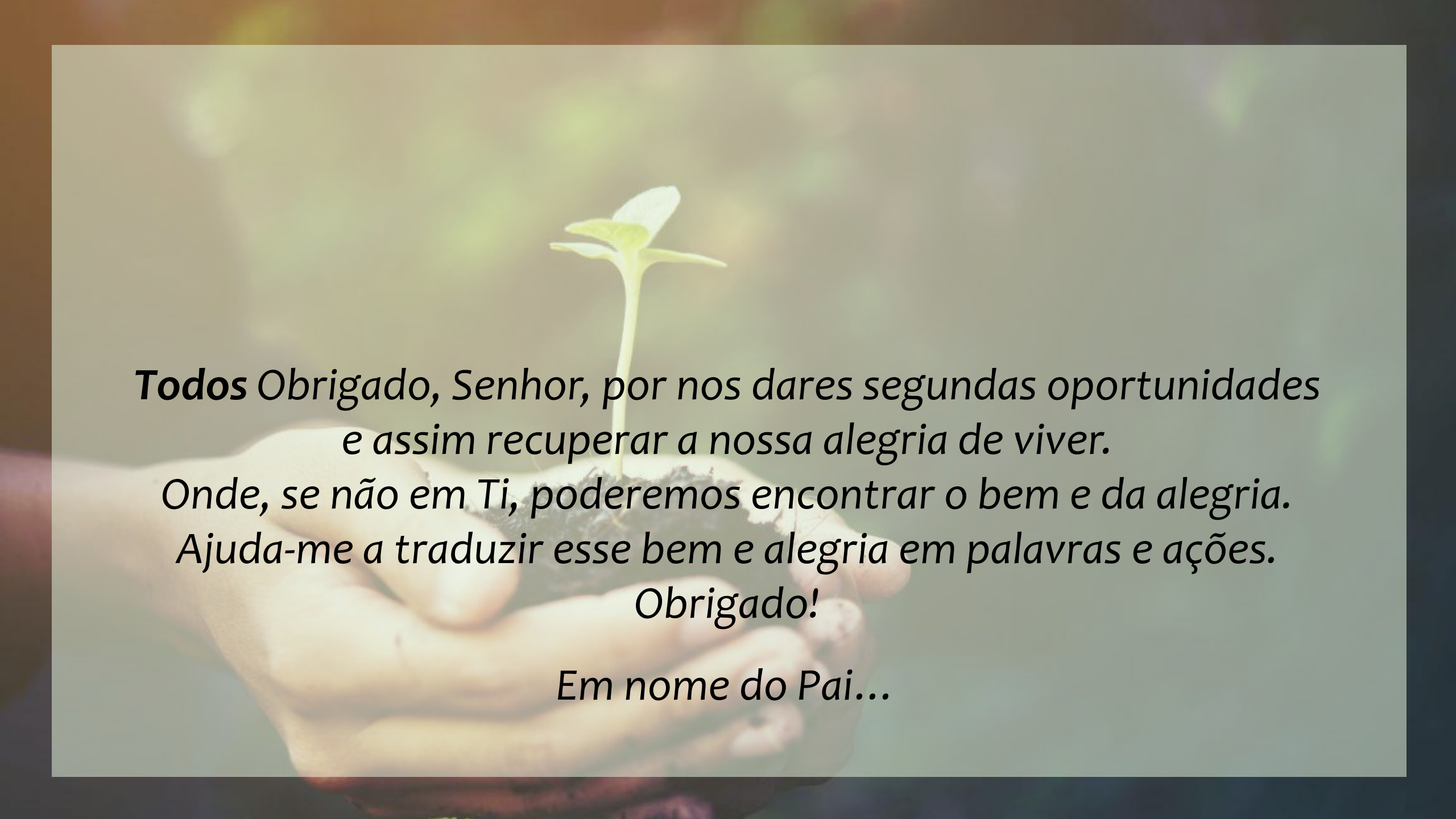
[*Terceiro domingo da Quaresma*]



Às vezes, ignoramos a tristeza de um colega
o cansaço dos nossos pais, julgamos algum professor,
deixamos lixo no chão, estamos apenas preocupados connosco
e esquecemo-nos da nossa amizade com Jesus e Maria.
Nesta quaresma, Ele dá-nos segundas oportunidades
e mostra-nos o bom caminho.

[*informação*]

No nosso caminho da Quaresma,
*a pegada desta terceira semana diz: "**Arrepende-te**".*
Arrependamo-nos, então, das coisas menos boas
que temos andado a fazer.
E, depois, procuremos emendar e fazer o bem!



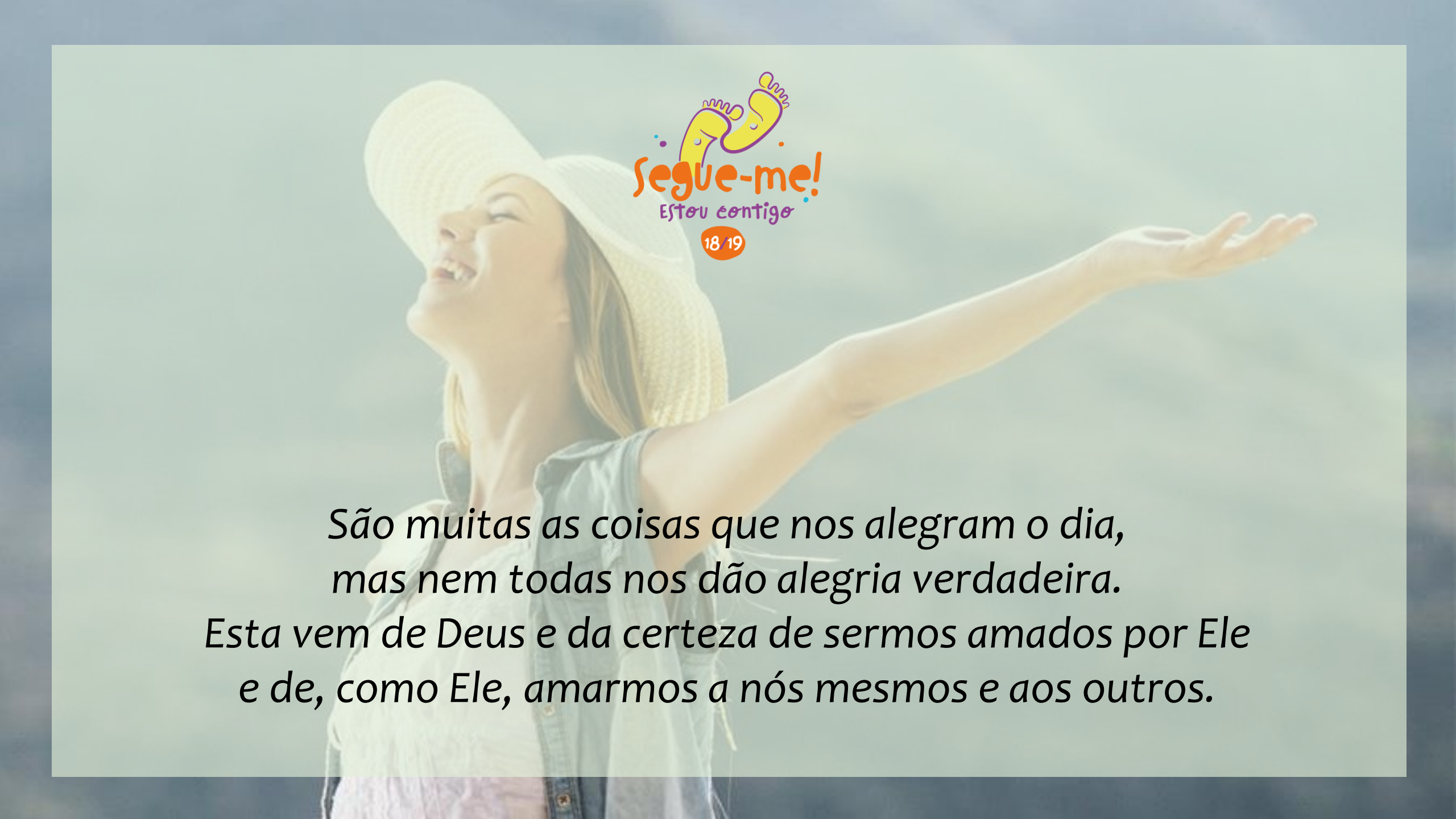
Todos *Obrigado, Senhor, por nos dares segundas oportunidades e assim recuperar a nossa alegria de viver.*
Onde, se não em Ti, poderemos encontrar o bem e da alegria.
Ajuda-me a traduzir esse bem e alegria em palavras e ações.
Obrigado!

Em nome do Pai…

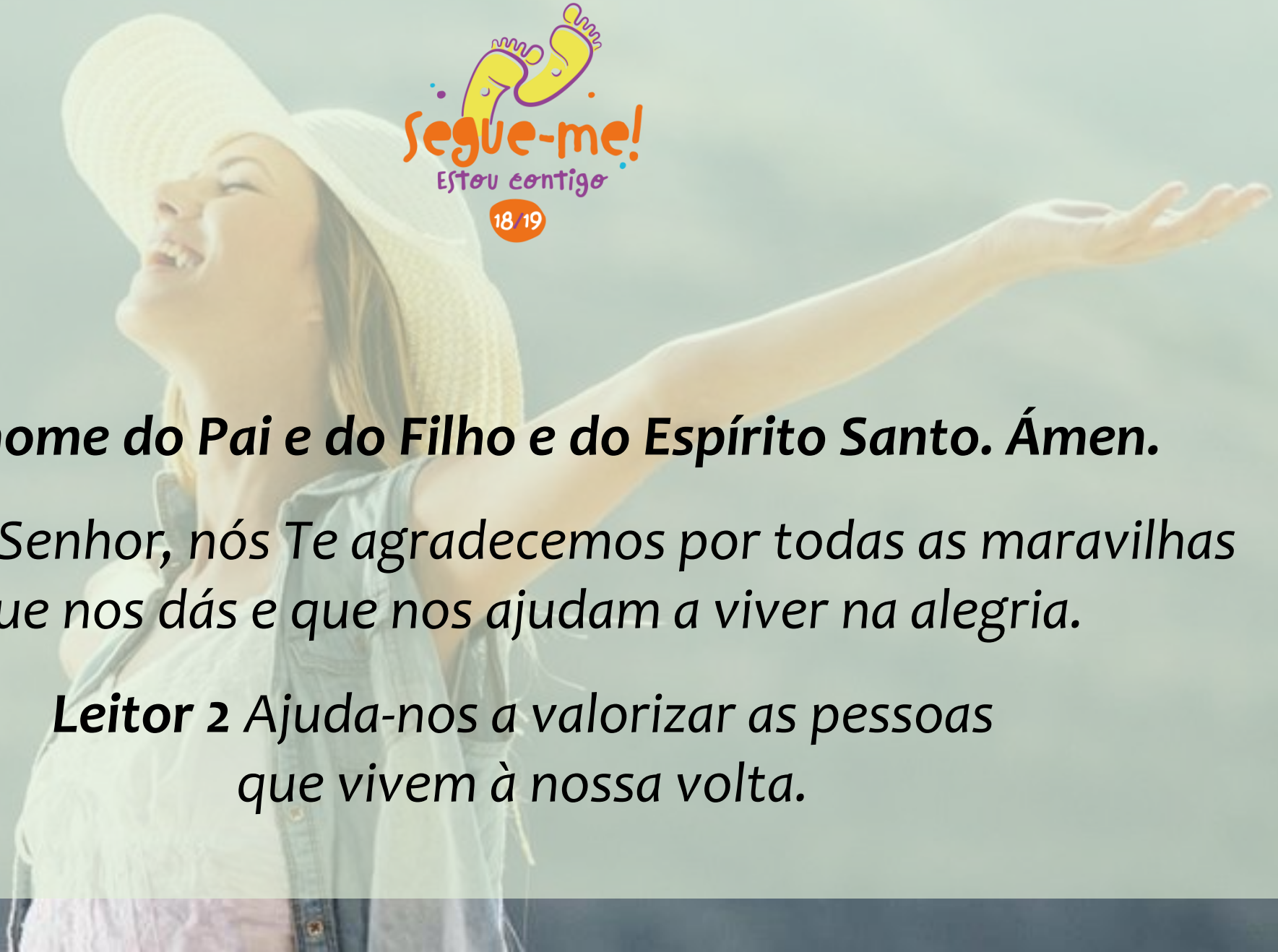
Segue-me!
Estou contigo
18/19
26 março

«Deus é a tua verdadeira alegria!»

[São Bráulio]



São muitas as coisas que nos alegram o dia,
mas nem todas nos dão alegria verdadeira.
Esta vem de Deus e da certeza de sermos amados por Ele
e de, como Ele, amarmos a nós mesmos e aos outros.

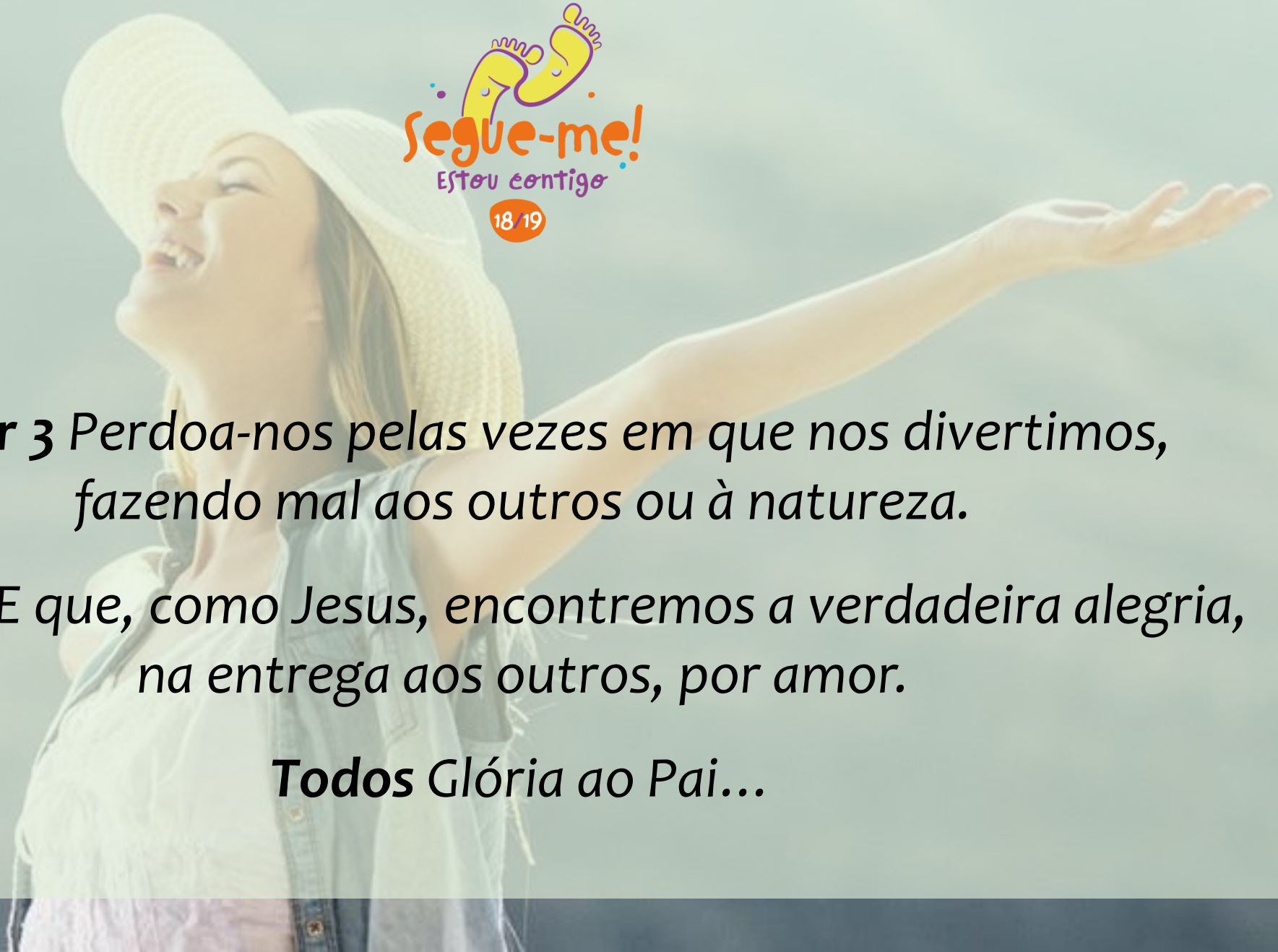


Segue-me!
Estou contigo
18/19

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

Leitor 1 *Senhor, nós Te agradecemos por todas as maravilhas que nos dás e que nos ajudam a viver na alegria.*

Leitor 2 *Ajuda-nos a valorizar as pessoas que vivem à nossa volta.*



Segue-me!
Estou contigo
18/19

Leitor 3 *Perdoa-nos pelas vezes em que nos divertimos, fazendo mal aos outros ou à natureza.*

Leitor 4 *E que, como Jesus, encontremos a verdadeira alegria, na entrega aos outros, por amor.*

Todos *Glória ao Pai…*

Segue-me!
Estou contigo
18/19

São Bráulio... Roga por nós!

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

Segue-me... estou contigo!

27 março

«Procura ter um bom coração.»

[São João do Egito]

Segue-me!
Estou contigo
18/19

O bom coração é aquele que é puro e bondoso.
É o coração que não se cansa de ajudar os outros.
Exercita o teu coração com pensamento,
sentimentos e gestos de bondade
para que ele possa, realmente, ser um bom coração.

Segue-me!
Estou contigo
18/19

[informação]

Hoje, 27 de março, é o Dia Nacional do Dador de Sangue.
Dar sangue, quando tivermos idade para isso,
é uma das maneira de ter um coração bom:
Campanha Nacional de Doação de Sangue.mp4.

Cidadania e Desenvolvimento | 7.ºB

Segue-me!
Estou contigo
18/19

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

Leitor 1 *Senhor, obrigado por nos dares a oportunidade de ter um coração capaz de ser bom para os outros.*

Leitor 2 *Perdoa-nos pelas vezes em que cultivamos Sentimentos de inveja, rancor ou desprezo no nosso coração.*

Leitor 3 *Abre o nosso coração ao Teu Espírito, para que sempre se sinta amado e protegido.*

Leitor 4 *Faz com que seja mais puro e capaz de se abrir a todos aqueles que precisam de atenção e amizade.*

Todos *Glória ao Pai…*

Segue-me!
Estou contigo
18/19

São João do Egito... Roga por nós!

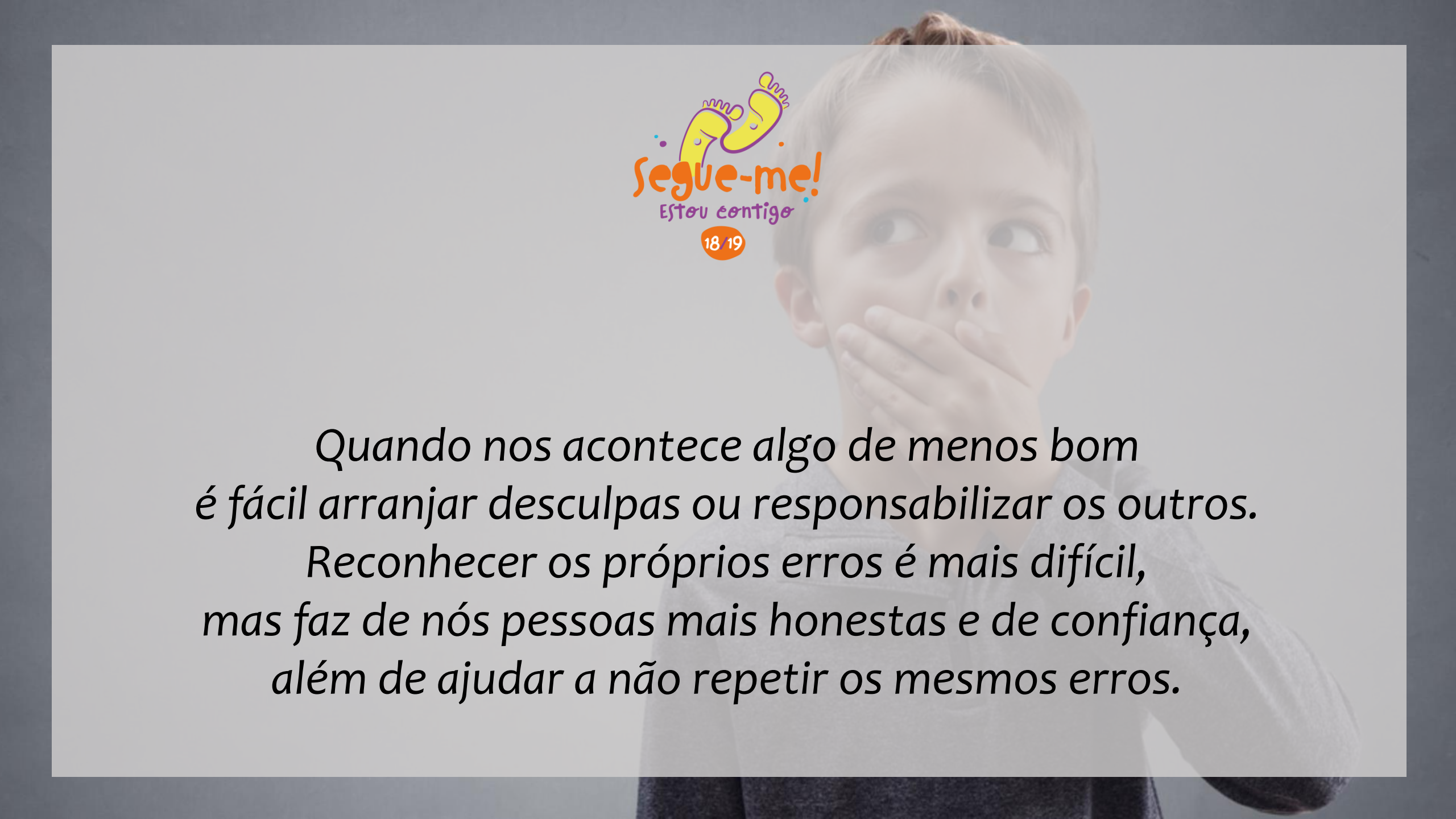
Em nome do Pai e do Filho e do Espírito Santo. Ámen.

Segue-me... estou contigo!

Segue-me!
Estou contigo
18/19
28 março

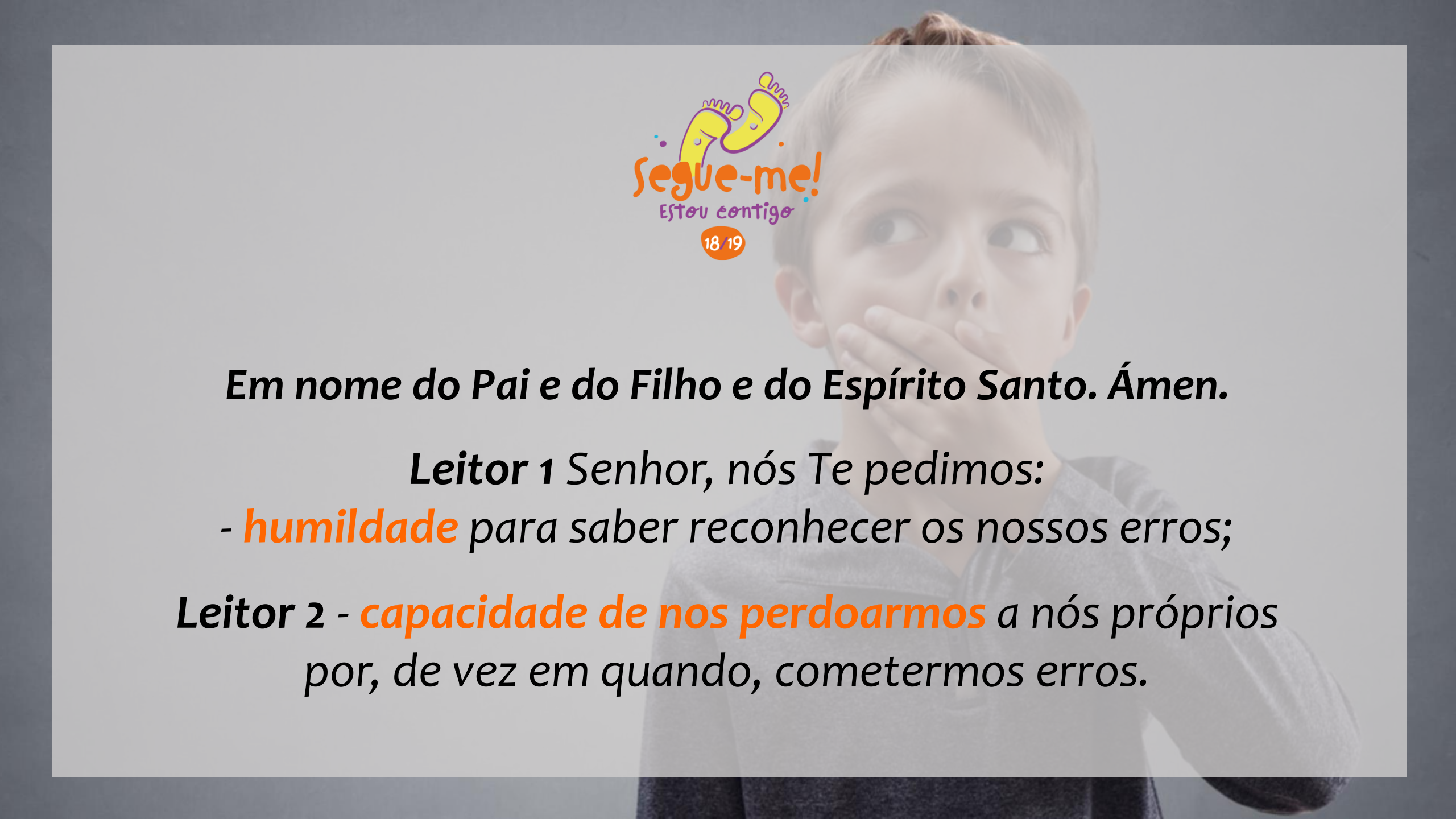
«Reconhece ao teus erros.»

[São Guntrano]



Segue-me!
Estou contigo
18/19

Quando nos acontece algo de menos bom
é fácil arranjar desculpas ou responsabilizar os outros.
Reconhecer os próprios erros é mais difícil,
mas faz de nós pessoas mais honestas e de confiança,
além de ajudar a não repetir os mesmos erros.

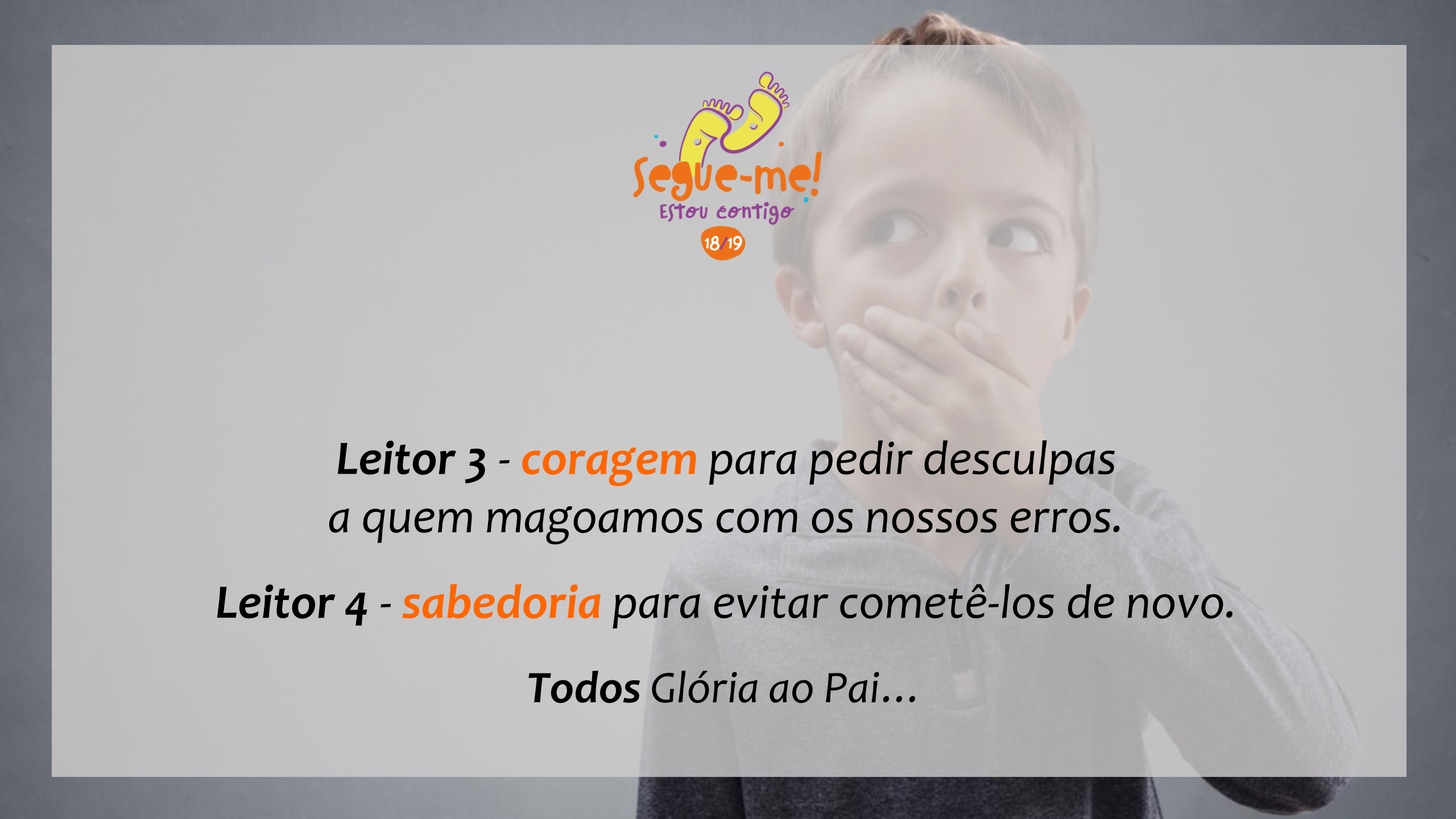


Segue-me!
Estou contigo
18/19

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

Leitor 1 *Senhor, nós Te pedimos:*
*- **humildade** para saber reconhecer os nossos erros;*

Leitor 2 *- **capacidade de nos perdoarmos** a nós próprios por, de vez em quando, cometermos erros.*



Segue-me!
Estou contigo
18/19

Leitor 3 *- **coragem** para pedir desculpas a quem magoamos com os nossos erros.*

Leitor 4 *- **sabedoria** para evitar cometê-los de novo.*

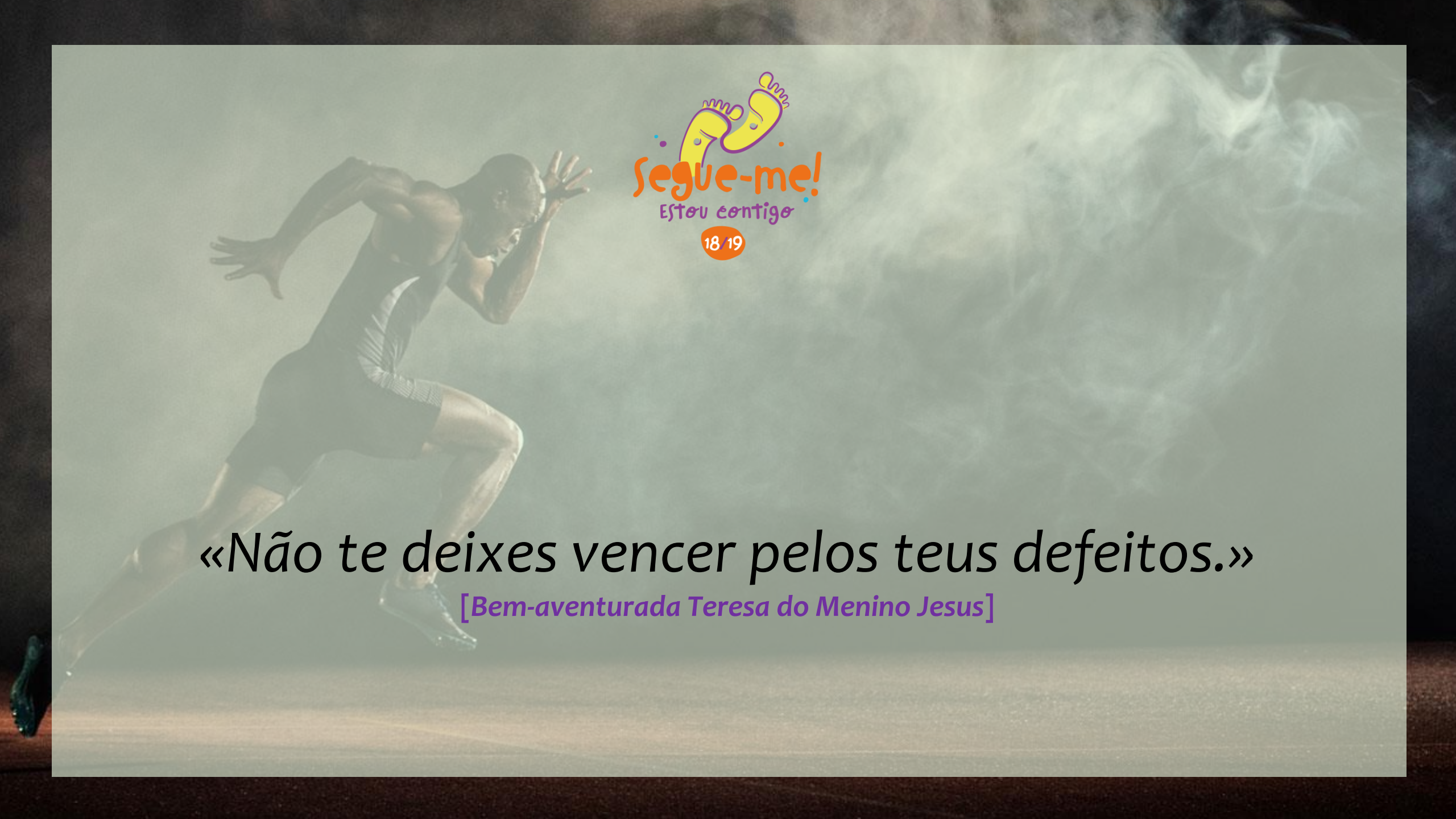
Todos *Glória ao Pai…*

São Guntrano... Roga por nós!

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

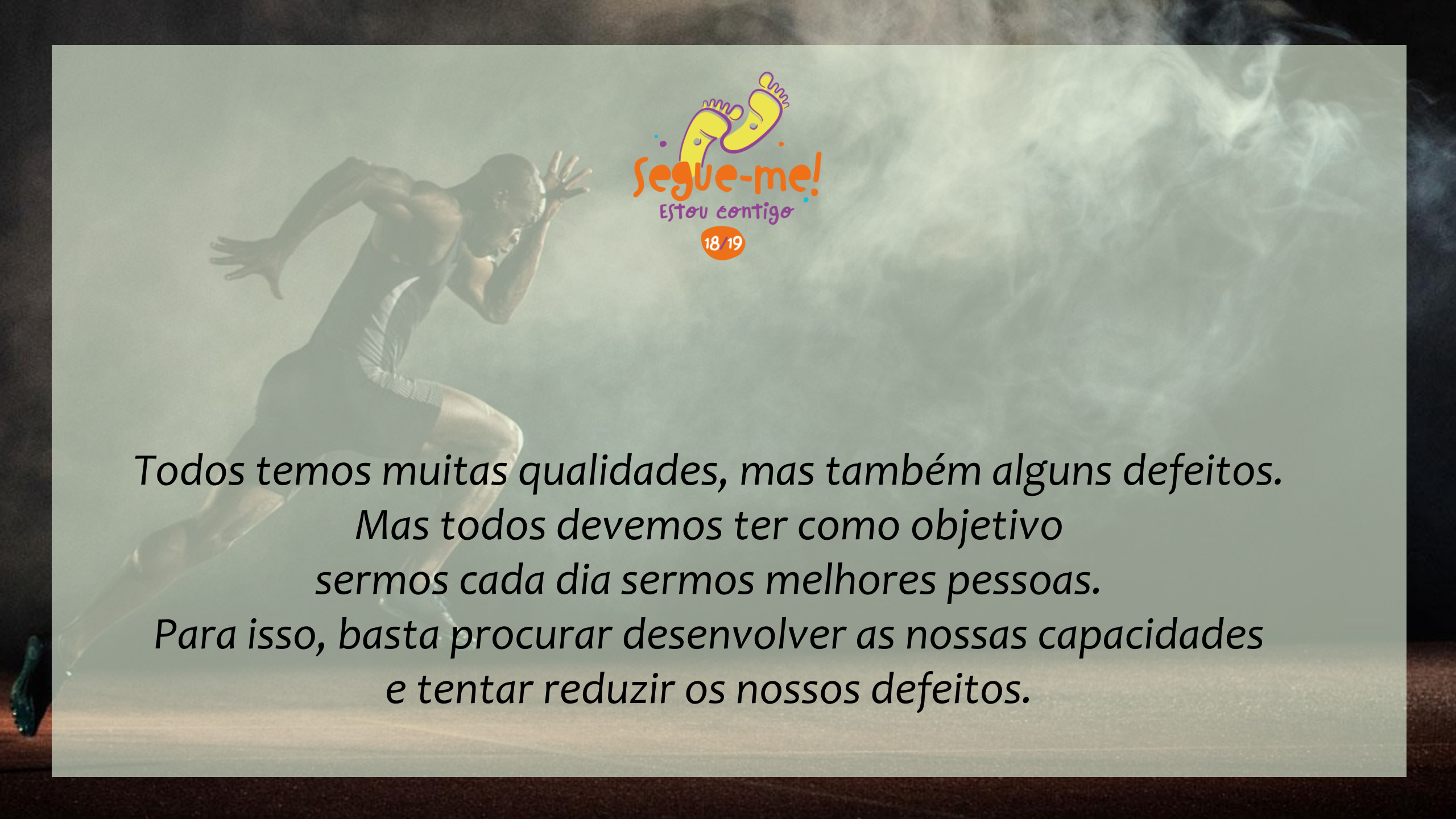
Segue-me... estou contigo!

Segue-me!
Estou contigo
18/19
29 março



«Não te deixes vencer pelos teus defeitos.»

[Bem-aventurada Teresa do Menino Jesus]



Todos temos muitas qualidades, mas também alguns defeitos.
Mas todos devemos ter como objetivo
sermos cada dia sermos melhores pessoas.
Para isso, basta procurar desenvolver as nossas capacidades
e tentar reduzir os nossos defeitos.

Segue-me!
Estou contigo
18/19

[informação]

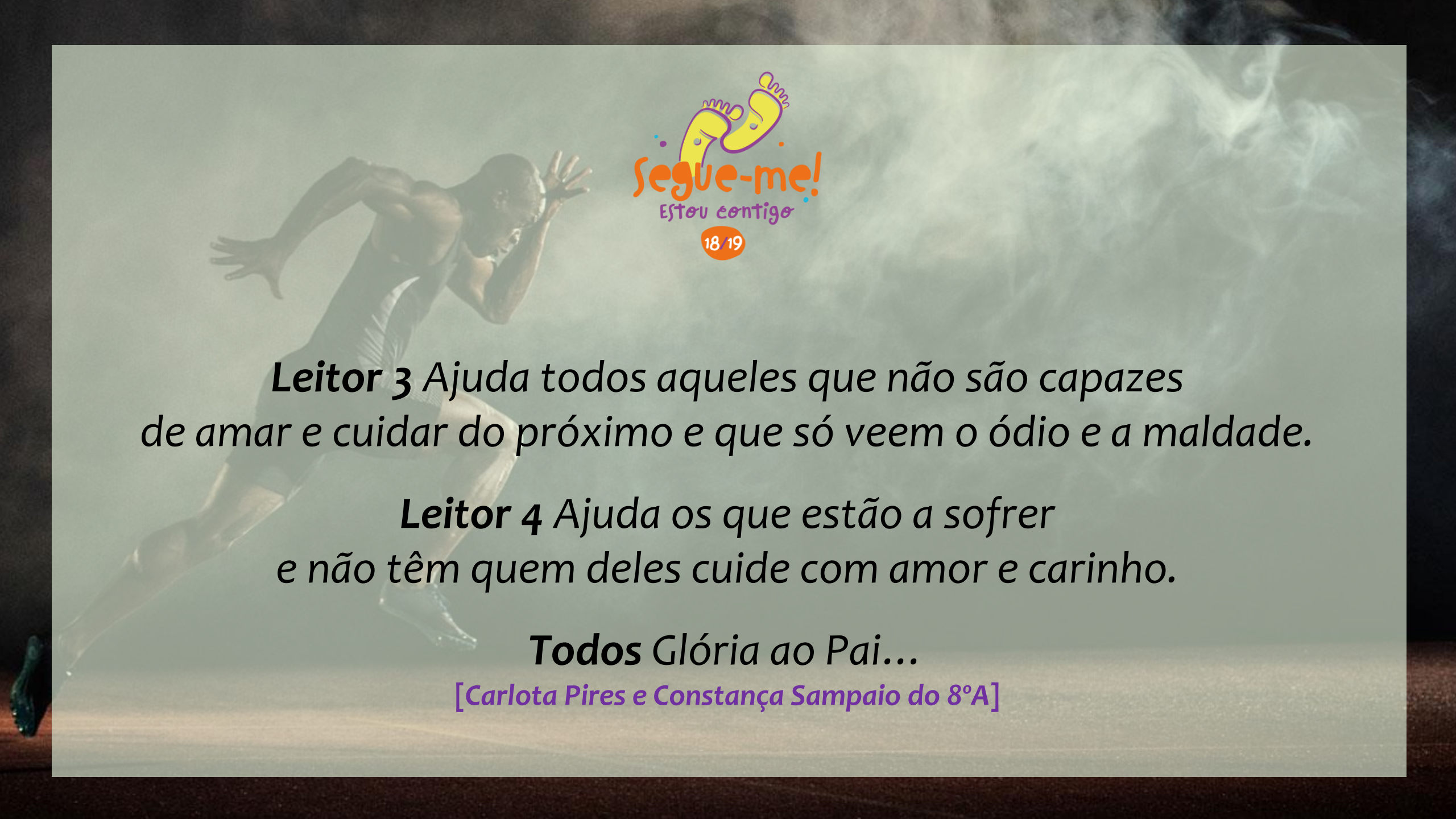
*Sendo sexta, temos o nosso momento de oração - **oradorar.com** - na Igreja da nossa escola.*
Das 9h40 às 10h, para o 2º e 3º ciclos
e das 10h40 às 11h, para o 1º ciclo.
Vamos deixar que Deus reze em nós!

Segue-me!
Estou contigo
18/19

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

Leitor 1 *Senhor, nós Te agradecemos pela família, amigos e colegas que nos amam e cuidam de nós pelo que somos.*

Leitor 2 *Nós Te pedimos desculpa pelo egoísmo que há em nós e no mundo.*



Leitor 3 *Ajuda todos aqueles que não são capazes de amar e cuidar do próximo e que só veem o ódio e a maldade.*

Leitor 4 *Ajuda os que estão a sofrer e não têm quem deles cuide com amor e carinho.*

Todos *Glória ao Pai…*

[*Carlota Pires e Constança Sampaio do 8ºA*]

Segue-me!
Estou contigo
18/19

Bem-aventurada Teresa do Menino Jesus... Roga por nós!

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

Segue-me... estou contigo!