

DOMINGO IM MISSÃO

<https://www.opf.pt/infancia/>



1

2

3

LER

Jo 2, 13-25

1

2

3

COLORIR

3º Domingo Quaresma

07 de Março de 2021

Liga-te a Jesus... **QUARESMART**
PHONE

Elimina tudo o que te sobra e...



Esvazia-te

1

2

3

REFLECTIR

Sabes o que diz o Evangelho?

Esta quaresma é um bom momento para recordar os mandamentos, para saber que se fizéssemos atenção outro mundo seria possível. E talvez por isso Jesus chateou-se tanto com os vendilhões do templo. Tinham convertido Deus como desculpa, como mero adorno para os seus negócios. Deus perdoad tudo, mas o que mais lhe custa é quando colocamos as coisas acima de Deus. É o que chamamos ídolos: o dinheiro, o poder, o telemóvel... Quando a vida gira à volta destas coisas... deixamos Deus de lado. É isso que Jesus quer expulsar, e nos pede para nos esvaziarmos, para que Deus seja sempre o horizonte da nossa vida.



Com Jesus e com Maria
Missionários todo o dia!

Compromisso Missionário

Cartolina...

Dividimos verticalmente com um traço uma cartolina, de modo que fiquem duas partes iguais. Na parte esquerda escrevemos os dez mandamentos, um debaixo do outro. Na parte direita escrevemos os “contra mandamentos”, por exemplo: 7º Não roubarás – Rouba o que queiras. Fazemos isso com todos os mandamentos. Que mundo preferimos? Em que mundo vivemos? Podemos refletir em grupo, em família, com os amigos.

Infância Missionária

Notícias

QUARESMA
40 Práticas de Amor



01 CONVERTER-SE Para esta Quaresma mais santa	02 AGRADECER quando não há necessidade	03 CUMPRIMENTAR aqueles que nos vê todo o dia	04 LEMBRAR os outros quanto a nós	05 OUVIR mas sem falar sem falar	06 AJUDAR aqueles para quem não podemos descurar
07 SEPARAR o que nos toca e dar a quem precisa	08 TELEFONAR a uma pessoa que não vê há tempos	09 RECONHECER os talentos e qualidades do outro	10 DAR FORÇA para alguém superar um obstáculo	11 PARAR para ajudar alguém que precisa	12 ANIMAR aqueles que estão tristes
13 CORRIGIR com amor e não calar por medo	14 LIMPAR sempre o que segue em casa	15 SER sempre delicado com os outros	16 PROTEGER a si mesmo, cuidado com a vida, o planeta	17 ACEITAR o facto de tempo não é	18 LEVAR respeito ao outro, acrescentando sempre no melhor
19 OLHAR com carinho o mundo que Deus nos deu	20 RESPEITAR o que é de cada um	21 SER SOLIDÁRIO com o sofrimento do outro	22 REZAR por uma família da comunidade	23 ZELAR pelas coisas alheias e suas	24 TRANSMITIR confiança ao outro
25 VIGIAR para não sucumbir às tentações	26 CONFESSAR a Deus através do Sacramento da Reconciliação	27 SERUIR mesmo que seja somente um copo de água	28 PERDOAR e pedir perdão ao outro pelas tuas falhas	29 JEJUIAR de palavras e atitudes que ferem o outro	30 VISITAR um sofredor
31 PRATICAR a paciência em menos favorecidos	32 PROCLAMAR a fé em público a toda criatura	33 SORRIR um sorriso a sempre alegre	34 CUIDAR de si mesmo sem restrição	35 ELOGIAR sem esperar simplesmente	36 VALORIZAR as pequenas coisas ao mesmo tempo
37 CONTRIBUIR para atingir o peso das costas de alguém	38 COLABORAR com as iniciativas do outro	39 ABRAÇAR para tocar o coração do outro com o seu	40 COMUNGAR pela Páscoa do Senhor		

40 práticas de amor

Quaresma. 40 práticas de amor.

Na página 3 poderás encontrar este anexo em formato A4 para imprimir e colocares bem visível no teu quarto. Ao longo desta quaresma poderás colocar em prática algumas destas práticas de amor...

QUARESMA

40 Práticas de Amor



01

CONVERTER-SE

Para uma Quaresma mais santa

02

AGRADECER

mesmo sem ter necessidade

03

CUMPRIMENTAR

aqueles que você vê todo o dia

04

LEMBRAR

ao outro o quanto o ama

05

OUVIR

em silêncio, sem julgar

06

AJUDAR

alguém para que ele possa descansar

07

SEPARAR

o que não usa e dar a quem precisa

08

TELEFONAR

a uma pessoa que não vê há tempos

09

RECONHECER

os sucessos e qualidades do outro

10

DAR FORÇA

para alguém superar um obstáculo

11

PARAR

para ajudar alguém que precisa

12

ANIMAR

alguém que esteja triste

13

CORRIGIR

com amor, não calar por medo

14

LIMPAR

sempre o que sujou em casa

15

SER

sempre delicado com os outros

16

PROTEGER

a criação, cuidado com a vida, o planeta

17

ACEITAR

o outro como ele é

18

LEVAR

esperança ao outro, acreditando sempre no melhor

19

OLHAR

com carinho o mundo que Deus nos deu

20

RESPEITAR

o jeito de ser de cada um

21

SER SOLIDÁRIO

com a dor e o sofrimento do outro

22

REZAR

por uma família da comunidade

23

ZELAR

pelas coisas alheias e suas

24

TRANSMITIR

confiança ao outro

25

VIGIAR

para não sucumbir às tentações

26

CONFESSAR

as suas faltas no Sacramento da Reconciliação

27

SERVIR

mesmo que seja somente um copo de água

28

PERDOAR

e pedir perdão ao outro pelas tuas falhas

29

JEJUAR

de apalavras e atitudes que ferem o outro

30

VISITAR

um idoso

31

PRATICAR

a caridade com os menos favorecidos

32

PROCLAMAR

o Evangelho a toda criatura

33

SORRIR

um cristão é sempre alegre

34

CUIDAR

do outro sem restrição

35

ELOGIAR

sem invejar, simplesmente

36

VALORIZAR

as pequenas coisas ao nosso redor

37

CONTRIBUIR

para aliviar o peso das costas de alguém

38

COLABORAR

com as iniciativas do outro

39

ABRAÇAR

para tocar o coração do outro com o seu

40

COMUNGAR

pela Páscoa do Senhor

