

Semana de 20 de outubro a 24 de outubro de 2025

PREPARA O TEU CORAÇÃO | SANTIDADE JUVENIL

Clicar no dia

2ª feira

3ª feira

4ª feira

5ª feira

6ª feira

BONS DIAS | 1º CICLO



2ª feira, 20 de outubro de 2025

GUIDO SCHÄFFER

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



Bom Dia! Bem-vindos a mais uma semana! Hoje vamos ao Brasil conhecer o **Guido Schäffer**, médico, surfista e amigo de Jesus, que descobriu que servir com alegria é um caminho para a santidade.



Era uma vez um rapaz chamado Guido. Cresceu numa família de fé, aprendeu a rezar e a ajudar. Gostava do mar e das ondas, mas o que mais o alegrava era **cuidar das pessoas**. Estudou medicina e, ajudava doentes quer em hospitais como nas ruas, e via em cada doente um tesouro de Deus. Escutava com atenção, tratava com muito cuidado e carinho e rezava com

quem sofria. Com amigos, organizava consultas e visitas para que ninguém ficasse sem ajuda. No coração ouviu um convite de Jesus: “Vem, segue-Me mais de perto.” Então decidi começar a preparar-se para ser padre, para conseguir ajudar as suas 3 paixões: **Jesus, os pobres e a Igreja**. Um dia, antes de se tornar padre, partiu para o Céu enquanto surfava. A sua vida foi breve, mas cheia de amor do princípio ao fim. O Guido deixou-nos um caminho claro: estudar, trabalhar, rezar, brincar e **servir** com um coração bom de quem ama muito Jesus.



Desperta! Hoje vou fazer tudo com amor: perguntar onde posso ajudar, escutar com atenção e fazer o bem sem esperar nada em troca.



Reza! Senhor, dá-me um coração disponível e alegre para Te servir e ajudar os outros, como o Guido. | *Pai nosso...* | Guido Schäffer, *rogai por nós.* | † Em nome do Pai e do Filho...



3ª feira, 21 de outubro de 2025

FRANCISCO E JACINTA MARTO

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



Bom Dia! Bom Dia! Hoje vamos até Fátima para conhecer **São Francisco e Santa Jacinta Marto**, dois irmãos pequeninos que ensinaram o mundo a rezar com Maria.



Era uma vez duas crianças, o Francisco e a Jacinta. Eles eram pastores, guardavam ovelhas, brincavam nos campos, cantavam e rezavam. Um dia, **Nossa Senhora** apareceu e pediu-lhes três coisas muito simples e muito importantes: rezar o terço todos os dias, amar Jesus, e **oferecer pequenos sacrifícios** pelos pecadores e pela paz. O Francisco gostava de ficar em silêncio diante de Jesus na Missa “para O consolar”, como quem faz companhia a um amigo. A Jacinta guardava no coração os pedidos de Nossa Senhora e oferecia tudo com amor: o cansaço, uma renúncia, um gesto de bondade. Quando alguns não acreditaram neles, continuaram firmes, sem raiva, e rezaram por quem duvidava. Ficaram doentes e partiram cedo para o Céu, mas o seu recado ficou para

sempre: **rezar, amar, oferecer tudo a Jesus**, depois Ele fazia o resto.



Desperta! Hoje quero rezar com o coração: vou oferecer a Jesus algo que me custe fazer e rezar uma avé-maria pela paz.



Reza! Jesus, com a ajuda de Maria, ensina-me a rezar como o Francisco e a Jacinta e a oferecer as coisas difíceis por amor. | Francisco e Jacinta, *rogai por nós.* | † Em nome do Pai e do Filho...



4ª feira, 22 de outubro de 2025

TERESINHA DO MENINO JESUS

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



Bom Dia! Bom Dia! Bom Dia! Hoje continuamos a preparar o nosso coração para a Festa da Santidade Juvenil e vamos conhecer **Santa Teresinha do Menino Jesus**, uma jovem que descobriu um segredo muito grande: para ser santo não é preciso fazer coisas enormes; basta fazer as coisas pequenas com um amor enorme.



Era uma vez uma menina chamada Teresinha. Vivia com os pais e as irmãs, gostava de aprender, de brincar e de rezar. Quando cresceu, sentiu no coração o desejo de viver só para Jesus e entrou no Convento das Irmãs Carmelitas, em Lisieux. A vida ali era simples: acordar cedo, rezar com as irmãs, trabalhar, estudar e servir. Às vezes havia momentos de cansaço, de vontade de responder torto ou de ficar fechada no seu mundo. Mas a Teresinha dizia a si mesma: “Hoje vou escolher o amor.” Se uma irmã lhe dizia algo que não gostava, oferecia-lhe um sorriso. Se uma tarefa era difícil, fazia-a com alegria. Se ninguém via, ajudava ainda mais. Chamou a isto o **caminho pequenino**: transformar cada gesto, cada palavra e cada silêncio numa carta de amor a Jesus. Sonhava ser missionária, mas aprendeu que a oração e o amor podem chegar a todo o lado, mesmo sem

sair do convento. Quando adoeceu, a sua confiança em Deus cresceu ainda mais. Ela percebeu que a sua missão era ensinar as pessoas Jesus como ela amava, e é por isso que tantos a sentem como uma amiga muito próxima.



Desperta! Hoje vou escolher o caminho pequenino do amor: cumprir uma tarefa sem reclamar, sorrir a quem não quero assim tanto e oferecer a Jesus um gesto de amor escondido.



Reza! Jesus, ensina-me a amar nas pequenas coisas, como a Teresinha. | *Ave Maria...* | Teresinha do Menino Jesus, *rogai por nós.* | † Em nome do Pai e do Filho...



5ª feira, 23 de outubro de 2025

JOANA DE PORTUGAL

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



Bom Dia! Bom Dia! Hoje vamos conhecer **Santa Joana, Princesa de Portugal**. Era filha de reis e vivia em palácios. Mas o coração de Joana desejava outra grandeza: pertencer totalmente a Jesus e servir os que mais precisavam.



Era uma vez uma princesa chamada Joana. No meio das festas que aconteciam no palácio, ela procurava momentos de silêncio para rezar. Pedia ajuda a Jesus para a ajudar a escolher sempre o melhor caminho. Depois de pensar muito e rezar muito, pediu licença ao seu pai, o Rei, e foi para o **Convento de Jesus, em Aveiro**. A sua nova vida era simples: oração, estudo, trabalho e caridade. Gostava de ir à enfermaria, cuidar das doentes, escutar as histórias que eles tinham para lhe contar, dar um abraço a quem chorava. Quando chegavam donativos, lembrava-se logo dos pobres. Nem todo a sua família entendeu a sua escolha, e houve momentos em que pensou desistir e voltar para a sua casa. A Joana, porém, repetia: “Jesus, Tu és a minha alegria”, ajuda-me. Assim descobriu que a **verdadeira nobreza** era ajudar os mais pobres e carenciados. Sem coroa na cabeça, guardou uma coroa no coração: a alegria de servir.



Desperta! Hoje quero ser “príncipe/princesa” segundo Jesus: servir com respeito, partilhar o que tenho e dar atenção a quem está mais sozinho.



Reza! Senhor, dá-me um coração simples e disponível para servir, como a Santa Joana. | Joana de Portugal, *rogai por nós.* | † Em nome do Pai e do Filho...



Reza! Jesus, ajuda-me a não desistir, que eu consiga confiar sempre no teu amor e na tua justiça.



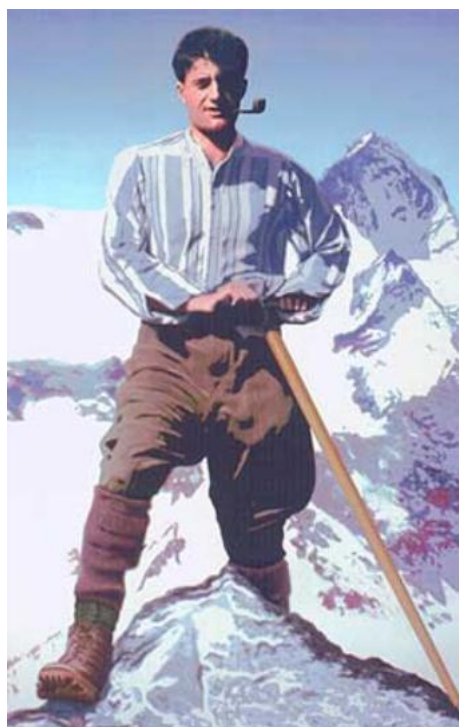
6ª feira, 24 de outubro de 2025

PIER GIORGIO FRASSATI

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



Bom Dia! Bom Dia! Hoje encontramos **Pier Giorgio Frassati**, um jovem cheio de alegria que levou muitos amigos a amar Deus nos estudos, no desporto e no serviço aos pobres. Mas para nos ajudar a falar deste santo, vamos chamar um grande amigo nosso que conhecemos muito bem.



Era uma vez um rapaz chamado Pier Giorgio. Estudava engenharia em Turim, tinha muitos amigos e um grande amor pelas montanhas. Fazia muitas caminhadas, e gostava de gritar “**Verso l’alto!**” que significa “Para o alto!”, porque queria que toda a sua vida fosse sempre rumo ao céu, para chegar a Jesus. Levava sempre o terço no bolso e ia muitas vezes à missa. Depois das aulas, passava por bairros pobres: levava remédios, comida, um abraço e boa disposição. Não dava apenas coisas, **dava-se a si próprio**. Inscreveu-se na Ordem Terceira de São Domingos para aprender a unir oração e a ação. Para ele, acreditar em Jesus significava ter mãos, pés e um sorriso para ajudar alguém. Um dia uma doença apareceu de repente e a vida dele terminou muito cedo, mas a alegria ficou como um trilho luminoso na montanha: quem o conhecia sentia vontade de subir também.



Desperta! Hoje também vou subir “para o alto”: estudar com verdade, dar a mão a quem precisa e convidar um amigo a fazer coisas boas comigo.



Reza! Senhor, dá-me um coração alegre e corajoso para Te amar nos pobres, como o Pier Giorgio. | Pier Giorgio Frassati, *rogai por nós*. | † Em nome do Pai e do Filho...