

Semana de 9 a 12 de dezembro de 2025

NO PRESÉPIO HÁ UM LUGAR PARA TI | MÃOS QUE PREPARAM O NATAL

[2^a feira](#)

[3^a feira](#)

[4^a feira](#)

[5^a feira](#)

[6^a feira](#)

Clickar no dia

BONS DIAS | 1º CICLO





ADVENTO

3ª feira, 9 dezembro de 2025

MÃOS QUE AJUDAM

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



Bom Dia! Iniciámos mais uma semana, a segunda semana do advento. Durante esta semana, nas histórias que vamos escutar, iremos compreender a importância das nossas mãos.

A Matilde adorava visitar o avô António. Um dia, quando entrou em casa dele, viu que ele estava com dificuldade a dobrar uma grande manta de inverno, e perguntou-lhe: Avô, queres ajuda?

O avô sorriu e disse: Oh Matilde, és tão pequenina! A manta é maior do que tu! Mas ela não desistiu. Agarrou numa ponta e puxou a manta com toda a força. O avô foi puxando na outra ponta. Riram-se, tropeçaram e quase caíram, mas conseguiram. O avô abraçou-a com carinho e disse: Sabes, Matilde? Hoje foste as mãos de Jesus para mim. A Matilde ficou a pensar: "Será que ajudar pode mesmo mostrar o amor de Jesus?" Nesse dia percebeu que, mesmo pequenas, as suas mãos tinham um poder enorme: fazer alguém sentir-se amado.



No presépio há um lugar para ti! As tuas mãos podem ajudar a levantar alguém, a arrumar, a partilhar, a cuidar. Quando ajudas, mostras o teu coração bondoso. Jesus nos ajuda sempre, e no Advento chama-nos a preparar o Natal com gestos de amor.



«Como Eu te amei, faz tu também!» A carta do Papa Leão lembra-nos que os cristãos sempre perceberam que ajudar quem precisa é uma maneira de nos encontrarmos com Jesus (cf. DT 39) e que os pobres não devem ser vistos como um problema mas são nossos irmãos, (DT 56). Isto quer dizer que quando cuidamos de alguém mais frágil, estamos a cuidar do próprio Jesus.

Na campanha "Como eu Te amei, Faz tu também!", cada alimento ou produto que trazes não é só uma oferta: é um gesto de amor que mostra que não somos indiferentes e que queremos ajudar quem mais precisa.



ADVENTO



Reza! Jesus, ensina-me a ter mãos que ajudam com alegria. Que eu use as minhas mãos para fazer o bem e mostrar o Teu amor aos outros. Ámen. | Ave Maria... | Nossa senhora Auxiliadora, *rogai por nós*. | † Em nome do Pai e do Filho...



4ª feira, 10 de dezembro de 2025

MÃOS QUE REZAM

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



Bom Dia! As nossas mãos podem fazer muitas coisas: brincar, trabalhar, ajudar, mas também podem rezar.

O Lucas estava a aprender a rezar. Na catequese, a catequista disse: Quando juntamos as mãos, é como se fizéssemos uma *casinha* para Jesus entrar.

O Lucas achou bonito, mas não tinha a certeza se Jesus cabia nas suas mãos tão pequeninas. Naquela noite, na cama, juntou as mãos e disse baixinho: Jesus, consegues ouvir-me? E, de repente, sentiu o seu coração a mais ficar quentinho, como se alguém o estivesse a escutar.

No dia seguinte, contou à mãe: Mãe, Jesus cabe nas minhas mãos.

A mãe sorriu: Claro que cabe, Lucas. Jesus cabe no coração de todas as crianças. Ele escuta sempre quando rezas.



No presépio há um lugar para ti! Rezar não é usar palavras difíceis. É falar com Deus como falamos com um amigo. Quando juntas as mãos, o teu coração também se abre para receber Jesus.



Reza! Jesus, recebe as minhas mãos que rezam e o meu coração que Te procura. Ámen.

| Todos: *Vinde, Espírito Santo, enchei os corações dos vossos fiéis e acendei neles o fogo do Vosso amor. Enviai, Senhor, o Vosso Espírito, e tudo será criado, e renovareis a face da terra.*

| São João Bosco, *rogai por nós.* | † Em nome do Pai e do Filho...



5ª feira, 11 de dezembro de 2025

MÃOS QUE CONSTROEM PAZ

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



Bom Dia! A paz começa dentro de cada um de nós. E as nossas mãos podem construir paz quando abraçam, ajudam, partilham e fazem gestos de amizade.

Na escola, o João e a Lara estavam a discutir porque queriam brincar com o mesmo brinquedo. A Sandra, colega deles, disse: Vocês estão a construir um muro.

Os dois olharam um para outro muito confusos: Um muro? Como assim?

A Sandra explicou: Quando discutimos, levantamos um muro que nos separa. Mas podemos construir uma ponte com as mãos.

— Uma ponte? — perguntou a Lara.

A Sandra mostrou: estendeu a mão e disse: Vês? Uma ponte começa assim, com uma mão dada. O João e a Lara olharam um para o outro, e timidamente, deram as mãos.

Nesse instante, aquilo que os separava caiu, e os três foram brincar juntos.

À tarde, a Lara disse à mãe: Mãe, descobri que as minhas mãos também podem ser construções de paz.



No presépio há um lugar para ti! A paz nasce nos gestos simples: pedir desculpa, dar a mão, partilhar, escutar. Com as tuas mãos, podes construir pontes em vez de muros, e Jesus fica muito feliz quando o fazes no teu dia a dia.



«Como Eu te amei, faz tu também!» A mensagem do Papa Leão avisa que, hoje, é fácil fingir que não vemos os pobres e arranjar desculpas para não ajudar (cf. DT 93). Quando dizemos “não é comigo”, afastamo-nos dos outros e fechamos o coração.

A campanha **“Como eu Te amei, Faz tu também!”** ajuda-nos a fazer o contrário. Cada alimento ou produto que trazes mostra que não queres ser indiferente e que acreditas num mundo onde ninguém é esquecido. Um gesto pequeno pode mudar muito.



Reza! Jesus, faz das minhas mãos, umas mãos de paz. Que eu saiba utilizar os meus gestos para unir, ajudar e fazer o bem. Ámen. | *À vossa proteção nos acolhemos, Santa Mãe de Deus. Não desprezeis as nossas súplicas em nossas necessidades; mas livrai-nos de todos*



os perigos, ó Virgem gloriosa e bendita. | São Nuno de Santa Maria, rogai por nós. | † Em nome do Pai e do Filho...



6ª feira, 12 de dezembro de 2025

3º DOMINGO DO ADVENTO

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



Bom Dia! Do Evangelho segundo São Mateus (Mt 11, 2-11)

Naquele tempo, João Baptista ouviu falar, na prisão, das obras de Cristo e mandou-Lhe dizer pelos discípulos: «És Tu Aquele que há de vir ou devemos esperar outro?» Jesus respondeu-lhes: «Ide contar a João o que vedes e ouvis: os cegos veem, os coxos andam, os leprosos são curados, os surdos ouvem, os mortos ressuscitam e a boa nova é anunciada aos pobres».



No presépio há um lugar para ti! No Advento, este evangelho faz-nos parar um pouco. Talvez precisemos de perguntar como João: “És mesmo Tu, Senhor?” Também nós temos dúvidas se Jesus está no meio de nós. Precisamos de estar atentos ao que nos rodeia e perceber que em cada gesto de bondade, de alegria, de perdão, de generosidade, é Deus que está ali. *Onde é que podemos ver ou já vimos Jesus no nosso dia a dia?*



«**Como Eu te amei, faz tu também!**» O Papa Leão diz na mensagem que escreveu que hoje muitos já quase não praticam a esmola e até acham que não vale a pena (DT 115). O Papa lembra: é sempre melhor fazer alguma coisa do que não fazer nada (cf. DT 119). A esmola não é só dar o que sobra. A esmola ajuda-nos a parar, a olhar para quem precisa e a vencer o egoísmo (cf. DT 116) Por isso, participa na campanha “Como eu Te amei, Faz tu também!”. Se ainda não trouxeste nada, podes trazer até 2ª feira, 15 de dezembro. Mesmo um pequeno contributo pode mudar a vida de alguém — e também o teu coração.



Reza! Jesus, Tu vens trazer alegria e mostrar que o Teu amor transforma tudo. Ajuda, o meu coração a estar preparado para Te receber neste Advento, com alegria, esperança e muita luz. | *Pai nosso...* | *São João Batista, rogai por nós.* | † Em nome do Pai e do Filho...

ADVENTO