

# Caminhada da Quaresma - 2026

Transformação: Das cinzas à Ressurreição



# Oração Inicial





# Introdução

O centro da vida cristã e de toda a celebração litúrgica na igreja é a **Pascoa da Ressurreição**.

Antecede-lhe um tempo dedicado à sua preparação – a **QUARESMA**.

A vida do cristão que deverá ser **uma permanente conversão ao Evangelho** por meio:

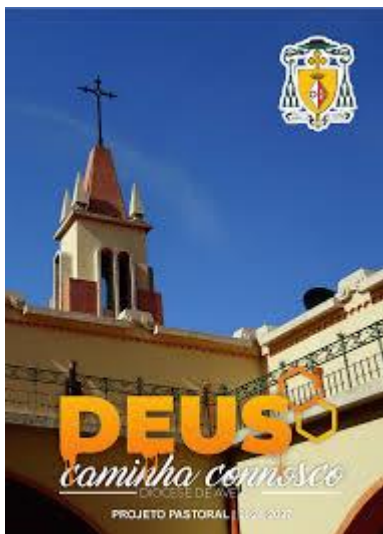
- \* da escuta e do confronto com a Palavra;
- \* da celebração dos Sacramentos;
- \* do apelo ao testemunho de uma caridade efetiva.

**Mais intensa na Quaresma.**



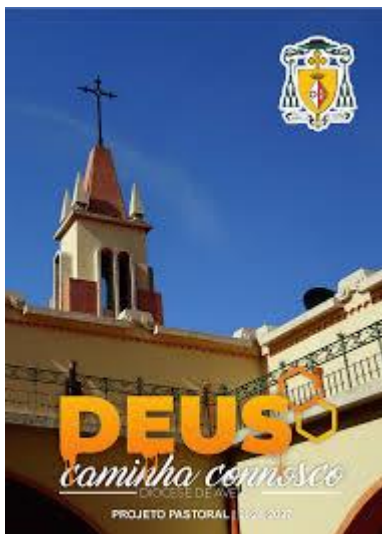
# Introdução

A quaresma, apoiada liturgicamente no Ano A, é por excelência o tempo que proporciona uma maior preparação dos catecúmenos para o Batismo e dos fiéis para a renovação das promessas batismais na Vigília Pascal, através de uma maior vivência mistagógica e não apenas de ensinamentos morais.



Somos convidados a fazer “um caminho de encontro com Cristo Ressuscitado que nos desafia, como seus discípulos missionários, a **testemunhar com entusiasmo o encontro com Ele e a reconhecê-lo no partir do Pão** (CP, pg.11).

# Introdução



Somos, ainda, chamados a **caminhar juntos**, em estilo sinodal, construindo comunidades pastorais vivas, fraternas e missionárias.

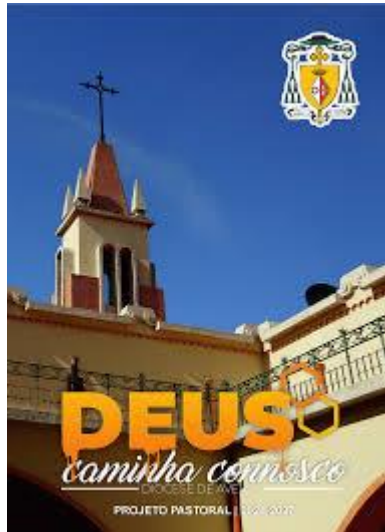
**Abelha** — símbolo cristão de laboriosidade, diligência e vida comunitária — para que ao percorrer o caminho bíblico até a Páscoa não nos esqueçamos da permanente procura por Deus, nosso Salvador.



# Introdução

Que cada um de nós procure aproximar-se verdadeiramente de Cristo Ressuscitado:

“não somos apenas chamados a seguir Jesus no seu agir, no seu estilo de vida, no seu ministério, mas a tomar a cruz e segui-LO” ((cfr. Mc 8,34)



Procuraremos **colocar-nos a caminho**, pois só aquele que caminha está salvo. Aquele que não caminha, confirma-se no pecado e não reconhece humildemente a realidade da força de Cristo que como nos diz S. Paulo “quando sou fraco, então é que sou forte” (2Cor12,10).

Vamos **ser caminho no Caminho**, onde arde nos corações dos fiéis o Lume Novo, a Páscoa de Jesus, para vivermos “exultantes de alegria” (Salmo 126,3).

# Objetivos



- Favorecer um caminho espiritual que desperte para uma fé mais profunda, orante e aberta ao Espírito Santo;
- Promover atitudes de escuta, diálogo e unidade que favorecem a construção de uma vida comunitária;
- Incentivar gestos missionários concretos, pessoais e comunitários, que levem o Evangelho às casas e aos caminhos das pessoas;
- Agregar a comunidade na celebração da Páscoa como tempo de envio e compromisso.

# Elementos para a implementação



## Na Igreja

↳ Criar um espaço que permita uma construção em degraus em torno de algo onde se possa fixar uma cruz.

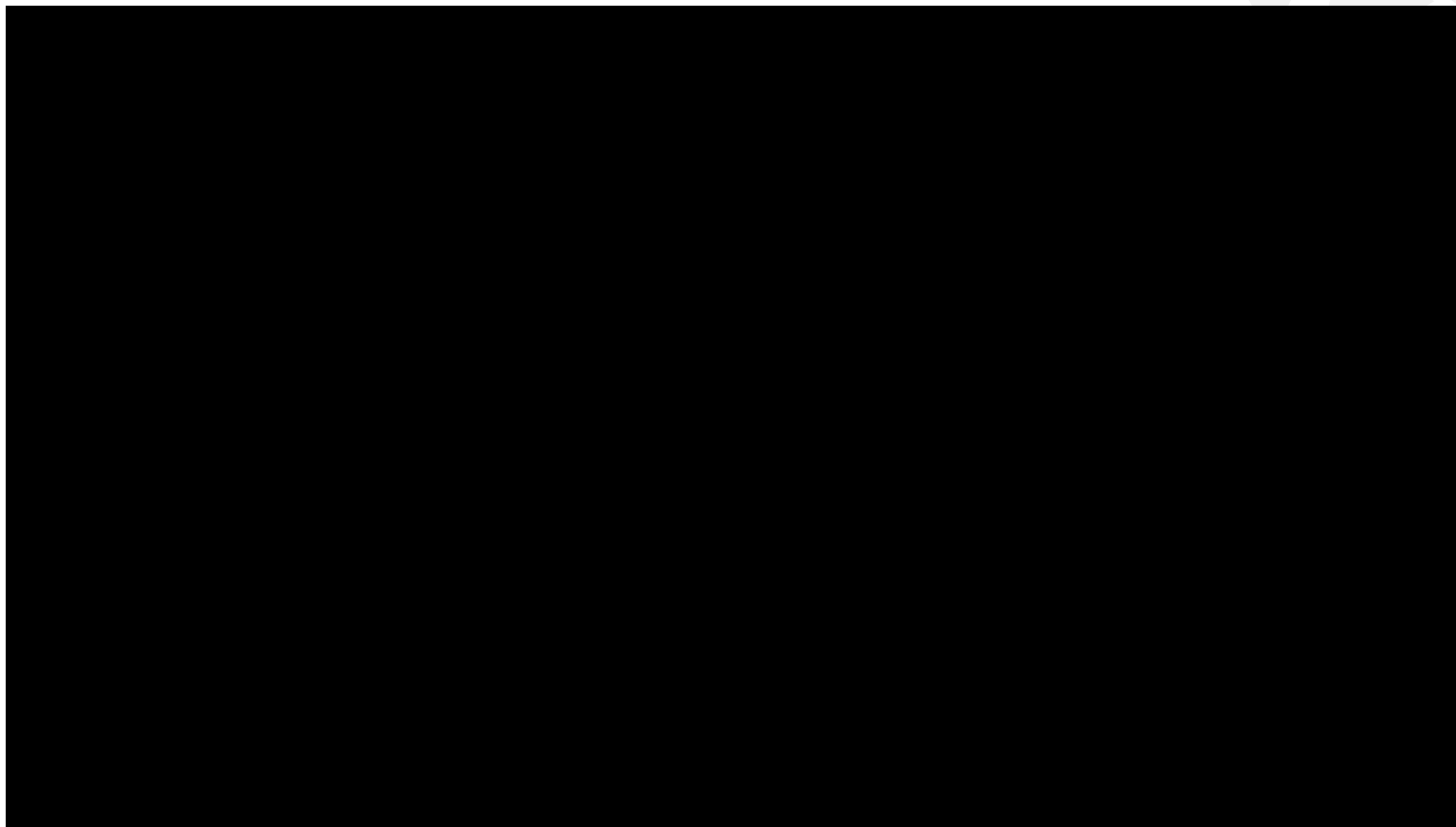
↳ Em cada dia celebrativo, um membro da comunidade desloca uma pequena abelha no “caminho” e coloca sobre o degrau o objeto-símbolo dessa semana.

↳ Poderá ainda ser colocada a palavra-chave da semana (por exemplo, Oração, Jejum, Caridade).

**Cada paróquia poderá optar só pelo objeto-símbolo ou associá-lo à palavra-chave.**

# Elementos para a implementação

Na Igreja



# Elementos para a implementação



## Na Igreja

Além de uma **ação semanal a realizar pela comunidade** é, também, proposta uma pequena **ação semanal individual** que nos poderá ajudar a melhor fazer a Caminhada da Quaresma.

Distribuída no final da Eucaristia, numa pequena folha, ou inserido na folha paroquial de informação (não esquecer as plataformas digitais).

# Elementos para a implementação

## Na Catequese

↪ Na 4.ª feira de cinzas e em cada domingo são sugeridos desafios/ações que podem ser realizadas nas catequese DF2 / IVC / AM e DM;

↪ Em alguns domingos será apresentada uma proposta de oração, a realizar em catequese, que permitirá sensibilizar crianças/ adolescentes a rezar pelos vários povos, propostas pelo SDAM.

# Elementos para a implementação

## Em família

↳ No local de oração da família deverão adicionar-se os objetos-símbolo quando realizarem a oração familiar em cada dia celebrativo (as cinzas, por exemplo, poderão ser trazidas da eucaristia de Quarta-feira de Cinzas na paróquia).



# Cronograma Geral

18 de fevereiro



**As cinzas e o silêncio**

Mt 6, 1-6.16-18

SILÊNCIO

22 de fevereiro



**O Deserto e o jejum**

Mt 4,1-11

JEJUM

01 de março



**A cor branca e a oração**

Mt 17,1-9

ORAÇÃO

08 de março



**Sede e a caridade**

Jo 4,5-42

CARIDADE

15 de março



**A Luz e a misericórdia**

Jo 9,1-41

MISERICÓRDIA

# Cronograma Geral

22 de março



## O perfume da vida

Jo 11, 1-45

VIDA

29 de março



## Acolhimento de Jesus

Mt 26,14-27.66

ACOLHIMENTO

05 de abril

## A cor branca e a oração

Jo 20,1-9

ORAÇÃO



# Cronograma Detalhado



## As cinzas e o silêncio

Data	Dia Celebrativo	Texto bíblico	Símbolo	Palavra-chave
18/fev.	Quarta-feira de Cinzas	Mt 6, 1-6. 16-18	Pote com cinzas	Silêncio

### Enquadramento

Como a abelha representa algo pequeno no projeto criador de Deus, também, na quaresma, as cinzas recordam a nossa fragilidade e a necessidade de "limpar" o que é supérfluo para dar lugar ao novo.

Assim, somos convidados a transformar o "pó" do nosso egoísmo na "doçura" da caridade. E, tal como a abelha, que não guarda o pólen para si, mas, na colmeia, transforma-o em mel (doçura) e cera (luz).

# Cronograma Detalhado



## As cinzas e o silêncio

### Desafios para a catequese



#### DF2 e IVC

- ✓ Trazer para a eucaristia um recipiente para levar as cinzas que serão colocadas no local de oração em família.
- ✓ Explorar como “as cinzas” (que podem estar do solo) são o local onde as sementes germinam e originam as plantas e depois as flores, de onde as abelhas retiram o pólen. Nós, também, podemos transformar as nossas fragilidades em “bons frutos” na família, na escola e na catequese.

# Cronograma Detalhado



## ✓ As cinzas e o silêncio

### Desafios para a catequese

#### AM e DM

✓ Assumir um papel de "obrigação comunitária", identificando alguém na escola ou grupo que esteja isolado e convidá-lo para uma conversa, um jogo ou um trabalho de grupo. Inspirar outros colegas a fazer o mesmo. A missão começa com esta sensibilidade: ver o que os outros não veem. A comunidade cresce quando se torna mais inclusiva e acolhedora.



# Cronograma Detalhado



## As cinzas e o silêncio

### Desafios comunitários

**Gesto na Celebração:** Colocar o pote de cinzas no primeiro degrau do caminho em escada e a palavra-chave “SILÊNCIO”. A abelha deve ficar de lado na vertical do 1.º degrau.

**Ação Comunitária:** Lançar uma campanha de recolha de alimentos para uma das ações caritativas da paróquia, materializando a transformação do sacrifício em caridade.

**Ação semanal individual:** Silenciar o "zumbido" de tudo o que nos bombardeia para ouvir a voz de Deus. Fazer uns minutos de silêncio, durante a sua oração individual, de forma a estabelecer objetivos pessoais para a sua Caminhada Quaresmal.



# Cronograma Detalhado



## O deserto e o jejum

Data	Dia Celebrativo	Texto bíblico	Símbolo	Palavra-chave
22/fev.	1.º domingo da Quaresma	Mt 4, 1-11	Areia	Jejum

### Enquadramento

No texto do Evangelho, Jesus é conduzido ao deserto. Para a abelha, o deserto seria um lugar de morte.

No entanto, através do jejum de Jesus aprendemos que o deserto é lugar de escolha.

Na natureza, durante o inverno ou escassez de alimento, as abelhas consomem apenas o mel armazenado, focando toda a energia em manter a Rainha viva e a colmeia quente (o essencial).

O nosso jejum é "fechar a boca" para as distrações e tentações, para alimentar o espírito com a Palavra de Deus.

# Cronograma Detalhado



## O deserto e o jejum

### Enquadramento

Assim, as três tentações de Jesus (pão, poder, exibicionismo) são como o "vento forte" que nos tenta desviar da rota. Tentações essas, que Jesus venceu com a "doçura" da Escritura ("Nem só de pão vive o homem...").

O deserto deixa de ser um lugar de solidão para ser um lugar de intimidade. O jejum limpa o nosso paladar espiritual para voltarmos a sentir o sabor de Deus.



# Cronograma Detalhado



## O deserto e o jejum

### Desafios para a catequese



#### DF2 e IVC

- ✓ Explorar que para ouvir Deus precisamos de silêncio. O desafio é escolher um momento do dia (5 minutos) para desligar televisão/tablets (jejum de tecnologia) e fazer uma oração curta.
- ✓ Colocar um recipiente com areia no local de oração em família e fazer uma pequena oração.

# Cronograma Detalhado



## ✓ O deserto e o jejum

### Desafios para a catequese

#### AM e DM

✓ Identificar os "Zumbidos": Quais são as tentações (os zumbidos) que nos impedem de voar em direção ao que é correto? Escrever numa tira de papel uma tentação e, simbolicamente, "enterrá-la" na areia.

ou

✓ Criar uma "bússola da fé" (desenham, constroem, ...) com 4 pontos: oração; versículo da Sagrada Escritura (por exemplo: Mc 1,15: "Converti-vos e acreditai no Evangelho"); serviço (como posso servir a Deus) e branco (silêncio – jejum digital). Durante a semana, de manhã e/ou à noite, rodar a bússola e realizar a ação que calhou.



# Cronograma Detalhado



## O deserto e o jejum

### Desafios comunitários

**Gesto na Celebração:** Colocar o pote de areia no segundo degrau do caminho em escada e a palavra-chave “JEJUM”. A abelha deve subir para o 2.º degrau (na vertical do degrau).

**Ação Comunitária:** “Renúncia Quaresmal”: propor que o valor poupado com o jejum de algum prazer (café, doces, tabaco, outros) seja depositado no local da “Renúncia Quaresmal” (ou criar esse lugar), até ao final da Quaresma.

**Ação semanal individual:** Praticar o jejum permitindo limpar o nosso interior para que a doçura de Deus possa entrar. Trazer o valor poupado pelo jejum e colocá-lo no local da “Renúncia Quaresmal”.



# Cronograma Detalhado



## A cor branca e a oração

Data	Dia Celebrativo	Texto bíblico	Símbolo	Palavra-chave
01/mar.	2.º domingo da Quaresma	Mt 17, 1-9	Cor branca	Oração

### Enquadramento

O texto do Evangelho mostra Jesus que brilha como o Sol. A Quaresma convida ao recolhimento e à interioridade, através da oração, de modo a que a luz de Deus brilhe mais intensamente.

Para a abelha, as flores são a fonte de néctar; para o cristão, a oração é onde se encontra o alimento mais puro. A oração permite-nos ver Jesus transfigurado (à luz de Deus) na vida quotidiana, elevando-nos acima das preocupações terrenas para nos mostrar a beleza da nossa meta: a ressurreição.

# Cronograma Detalhado



## ✓ A cor branca e a oração

### Desafios para a catequese



#### DF2 e IVC

✓ A partir de um pedaço de pano branco, convidar as crianças a desenhar Jesus, Moisés e Elias.

ou

✓ Entregar a cada catequizando uma lanterna com uma vela pequena (pode fazer-se com copos de plástico decorados). Cada um escreve na sua lanterna: “Jesus ilumina o meu coração quando...” e completa a frase com uma boa ação (quando sou bom amigo, quando rezo, quando peço desculpa, ...).

No final, apaga-se a luz da sala e acendem-se as velas das lanternas. Faz-se uma oração partilhada.

✓ Colocar um pano/fita branca no local de oração em família.

# Cronograma Detalhado



## ✓ A cor branca e a oração

### Desafios para a catequese

#### AM e DM

✓ Durante a semana, "transfigurar" o seu próprio rosto para os outros, através de um sorriso ou de uma palavra de esperança ("branco") a alguém que esteja triste ("roxo"). A transfiguração é um treino para a missão: ver a luz, acolher a luz, levar a luz. Quando aceitamos que Deus habita em nós, a nossa vida transfigura-se, muda, caminha em direção ao outro que sofre. E ao abraçarmos o outro que sofre, a nossa vida ganha uma nova dimensão do ser cristão.

✓ Escrever uma mensagem para os visitantes de doentes levarem as pessoas que visitam.



# Cronograma Detalhado



## A cor branca e a oração

### Desafios comunitários

**Gesto na Celebração:** Colocar um pano branco no terceiro degrau do caminho em escada e a palavra-chave “ORAÇÃO”. A abelha deve subir para o 3.º degrau (na vertical do degrau).

**Ação Comunitária:** Com a ajuda de algum grupo da paróquia – Grupo de Jovens, Grupos de oração, ou outros – preparar um momento de adoração comunitária ou oração de Taizé.

**Ação semanal individual:** Participar no momento de oração. O zumbido constante da colmeia simboliza a oração incessante da Igreja.



# Cronograma Detalhado



## A sede e a caridade

Data	Dia Celebrativo	Texto bíblico	Símbolo	Palavra-chave
08/mar.	3.º domingo da Quaresma	Jo 4, 5-42	Água	Caridade

### Enquadramento

No poço, Jesus pede água ("Dá-me de beber") à samaritana, revelando que Deus tem sede da nossa fé. A samaritana descobre uma "água-viva" que sacia a alma. Na colmeia, as abelhas "carregadoras de água" refrescam o ambiente para que as larvas sobrevivam, ou seja, não guardam a água, mas usam-na para o bem comum.

# Cronograma Detalhado



## A sede e a caridade

### Enquadramento

Tal como a samaritana, que se transforma de uma mulher isolada numa missionária, vamos, neste domingo passar do "eu tenho sede" para o "eu sacio a sede de alguém".

Assim, pela esmola (caridade) - que não é dar o que sobra-, procuremos deixar que a "água-viva" de Jesus passe por nós e chegue aos outros.

# Cronograma Detalhado



## ✓ A sede e a caridade

### Desafios para a catequese



#### DF2 e IVC

- ✓ Explorar que sem água a colmeia morre, tal como nós precisamos dela para a nossa sobrevivência enquanto espécie. Fazer um cartaz sobre a importância da água para a “nossa casa comum”.
- ✓ Fazer um postal com uma pequena frase bíblica que reflita o poder da água enquanto algo que nos preenche, sacia e renova. Posteriormente, entregar estes postais ao movimento caritativo da paróquia, para que sejam distribuídos às famílias carenciadas da paróquia.
- ✓ Colocar um recipiente com água no local de oração em família.

# Cronograma Detalhado



## A sede e a caridade

### Desafios para a catequese

#### AM e DM

- ✓ Relacionar a água espiritual com a ecológica: o desafio é reduzir o consumo de água em casa e doar o valor simbólico dessa poupança para um projeto de furos de água em missões (exemplo: Obras Pontifícias Missionárias).
- ✓ Fazer um postal com uma pequena frase bíblica que reflita o poder da água enquanto algo que nos preenche, sacia e renova. Posteriormente, entregar estes postais ao movimento caritativo da paróquia, para que sejam distribuídos às famílias carenciadas da paróquia.



# Cronograma Detalhado



## A sede e a caridade

### Desafios comunitários

**Gesto na Celebração:** Colocar um recipiente com água no quarto degrau do caminho em escada e a palavra-chave "CARIDADE". A abelha deve subir para o 4.º degrau (na vertical do degrau).

**Ação Comunitária:** Colocar um recipiente grande no átrio da igreja para recolha de bens de higiene e entregar ao movimento/grupo de caritativo da paróquia, juntamente com os postais feitos pelas crianças e adolescentes.

**Ação semanal individual:** Desafiar a comunidade a rezar por aqueles que se preparam para o Batismo na Páscoa, os "sedentos" da água nova.



# Cronograma Detalhado



## A luz e a misericórdia

Data	Dia Celebrativo	Texto bíblico	Símbolo	Palavra-chave
15/mar.	4.º domingo da Quaresma	Jo 9, 1-41	Vela	Misericórdia

### Enquadramento

Neste domingo, a transformação foca-se na passagem da cegueira (egoísmo e julgamento) para a visão da fé (misericórdia).

As abelhas orientam-se pela luz do sol, mesmo em dias nublados, para encontrar o caminho de volta à colmeia. Para nós, Jesus é o "Sol" que nos permite ver a realidade não como um problema (pecado), mas como uma oportunidade de manifestar as obras de Deus.

# Cronograma Detalhado



## A luz e a misericórdia

### Enquadramento

Jesus não olha para o cego para procurar culpados (quem pecou?), mas para curar. A misericórdia é o "remédio" que limpa os nossos olhos para vermos o valor de cada pessoa e como o cego passarmos a ver a "doçura" da luz.

Também, da laboriosidade da abelha nasce a cera, que se torna vela e, por fim, luz. A nossa transformação passa por transformar o "trabalho" da caridade em luz de esperança para os outros.



# Cronograma Detalhado



## ✓ A luz e a misericórdia

### Desafios para a catequese



#### DF2 e IVC

- ✓ Numa dinâmica de grupo, uma criança é vendada e outra guia-a apenas com a voz. Isto pretende ensinar a confiar em Jesus, que é a nossa Luz.
- ✓ Criar óculos de papel coloridos, ao olhar através deles, a criança recorda que deve olhar para o mundo com a "cor da misericórdia"- escrito nos óculos.
- ✓ Dentro de uma caixa colocar um espelho, que tem umas mãos entrelaçadas e um coração desenhados (símbolos da misericórdia). A caixa é tapada, apresentando uma fresta para espiar. Quando a criança espreita observa o seu reflexo, simbolizando que ela própria é espelho da misericórdia, que Jesus nos ensina.

ou

# Cronograma Detalhado



## ✓ A luz e a misericórdia

### Desafios para a catequese

DF2 e IVC

ou

✓ Vamos fazer uma lupa mágica em casa, com: Papelão / Tesoura / Caneta azul / Caneta vermelha / Papel celofane vermelho.

- 1.º Desenhar e recortar 2 lupas de uma caixa de papelão e cole nelas a capa vermelha como o “vidro”.
- 2.º Desenhar diferentes formas/figuras ou mensagens num papel branco com uma caneta azul.
- 3.º Pintar sobre os desenhos azuis com uma caneta vermelha para que não sejam reconhecíveis.
- 4.º Ao colocar a lupa vermelha sobre os desenhos pintados, as formas/figuras azuis aparecerão.



# Cronograma Detalhado



## A luz e a misericórdia

### Desafios para a catequese

#### AM e DM

- Misericórdia em Ação: identificar uma situação de "cegueira social" na paróquia (por exemplo, indiferença perante os mais velhos ou pobres) e fazer uma proposta de melhoria da situação à Junta de Freguesia ou a outra instituição que considerem que poderá agir na situação em causa.



# Cronograma Detalhado



## A luz e a misericórdia

### Desafios comunitários

**Gesto na Celebração:** Colocar um recipiente com vela acesa no quinto degrau do caminho em escada e a palavra-chave “MISERICÓRDIA”. A abelha deve subir para o 5.º degrau (na vertical do degrau).

**Ação Comunitária:** Preparar a celebração penitencial da comunidade.

**Ação semanal individual:** Participar na celebração penitencial da comunidade.



# Cronograma Detalhado



## O perfume da vida

Data	Dia Celebrativo	Texto bíblico	Símbolo	Palavra-chave
22/mar.	5.º domingo da Quaresma	Jo 11, 1-45	Perfume	Vida

### Enquadramento

Neste domingo, a transformação atinge o seu ponto máximo antes da Páscoa: a passagem da morte (o cheiro da decomposição) para a vida (o aroma da santidade).

A abelha é o agente que leva a vida às plantas. Sem ela, muitas flores não dariam fruto. Ela é a "mensageira da vida". No Evangelho, Jesus é aquele que traz a vida de volta a Lázaro, mostrando que para Deus "a morte não é o fim".

# Cronograma Detalhado



## O perfume da vida

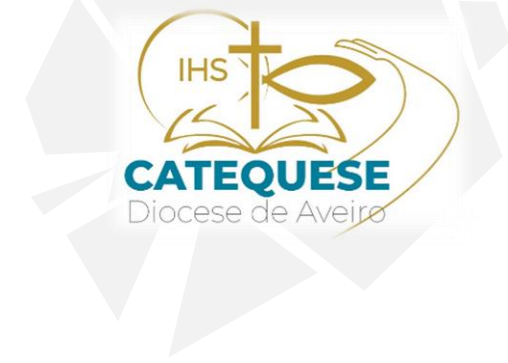
### Enquadramento

Marta diz a Jesus que o corpo de Lázaro "já cheira mal". Jesus transforma esse odor de morte no perfume da alegria. O perfume purifica e confere um "bom odor" à comunidade.

Ao pedir para "desatarem" Lázaro, Jesus mostra que viver em Si é viver livre. A abelha, ao sair do seu casulo/alvéolo, nasce para a liberdade do voo; nós, pela fé, somos libertados das "faixas" do medo e do pecado.



# Cronograma Detalhado



## ☑ O perfume da vida

### Desafios para a catequese



#### DF2 e IVC

- ✓ Preparar o "Perfume de Jesus" - com uma solução alcoólica de 10:1 (9 unidade de álcool a 90% para 1 de água) a qual se adiciona essência de flor de lavanda ou alfazema esmagadas no almofariz (esta deve ser filtrada antes da mistura).
- ✓ Cada criança deverá ser "perfume" na vida de alguém durante a semana, praticando a gentileza. Se ajudarem alguém, o seu "aroma" espalha-se.
- ✓ Colocar o perfume de Jesus no local de oração em família.

# Cronograma Detalhado



## ✓ O perfume da vida

### Desafios para a catequese

#### AM e DM

- ✓ Num mundo focado no "cheiro desagradável" das tragédias, os adolescentes são desafiados a publicar nas suas redes apenas conteúdos que promovam a vida e a dignidade humana.
- ✓ Participar numa atividade de Voluntariado Jovem ou apoiar uma causa pró-vida (por exemplo, num final de tarde fazer uma atividade no centro de dia). Desta forma sair de si, colocando os dons ao serviço e deixa-se transformar pelo encontro com outras realidades. Ser voluntário é permitir que o amor se torne movimento e que a esperança ganhe mãos.



# Cronograma Detalhado



## O perfume da vida

### Desafios comunitários

**Gesto na Celebração:** Colocar um perfume no sexto degrau do caminho em escada e a palavra-chave “VIDA”. A abelha deve subir para o 6.º degrau (na vertical do degrau).

**Ação semanal individual:** Visitar alguém que está mais só ou doente.



# Cronograma Detalhado



## Acolhimento de Jesus

Data	Dia Celebrativo	Texto bíblico	Símbolo	Palavra-chave
29/mar.	Domingo de Ramos	Mt 26,14 -27,66	Palma	Acolhimento

### Enquadramento

Neste domingo, a transformação foca-se na fidelidade: passar do entusiasmo das palavras à profundidade do compromisso.

Numa colmeia, a abelha-rainha é o centro, mas o seu papel não é de privilégio, e sim de gerar vida para todos. Ao acolhermos Jesus com palmas, reconhecemo-lo como o nosso Rei. Tal como as abelhas protegem e seguem a sua rainha, somos chamados a ser fiéis a Jesus, mesmo quando a "festa" termina e a "Paixão" começa.

# Cronograma Detalhado



## Acolhimento de Jesus

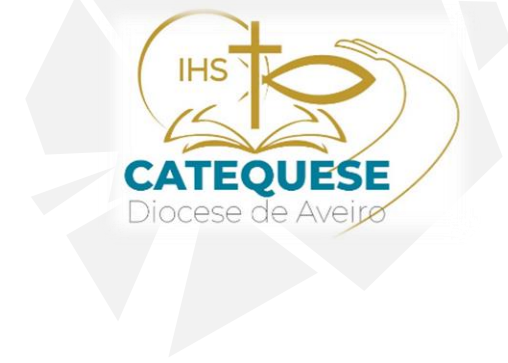
### Enquadramento

A palma simboliza a vitória, mas para Jesus, a vitória conquista-se no trono da Cruz. O verdadeiro acolhimento não é apenas gritar "Hossana", mas sim dar lugar a Jesus no "favo" do nosso coração e na vida da nossa comunidade.

Acolher Jesus significa, também, acolher os que Ele acolheu: os humildes, os que sofrem e os que são traídos.



# Cronograma Detalhado



## ✓ Acolhimento de Jesus

### Desafios para a catequese



#### DF2 e IVC

- ✓ Durante a procissão de ramos, a criança deve imaginar que a sua palma é um convite para Jesus entrar em sua casa. O desafio é o "Acolhimento em Família": ser quem recebe bem as visitas ou quem ajuda a preparar a mesa com alegria.
- ✓ Colocar o ramo no local de oração em família.

# Cronograma Detalhado



## ✓ Acolhimento de Jesus

### Desafios para a catequese

#### AM e DM

✓ Refletir sobre as escolhas de Judas e Pedro. O desafio é ser fiel a um valor cristão (como a verdade ou a honestidade) mesmo quando é difícil ou quando os outros "gozam". Criar um "mural de ramos" digital ou físico onde escrevem os nomes das pessoas que a sociedade "expulsa" e que eles prometem acolher nesta Semana Santa.

ou

- Estar na porta da Igreja para acolher quem chega para a Eucaristia com um sorriso e um "Bom dia!". Oferecer alguns ramos, feitos na catequese, a quem não trouxe de casa. Acolher é uma missão e a missão acontece quando o nosso coração se torna lugar de encontro.



# Cronograma Detalhado



## Acolhimento de Jesus

### Desafios comunitários

**Gesto na Celebração:** Colocar uma palma próximo do local da Caminhada.

**Ação semanal individual:** Levar uma porção do ramo com que participou na Eucaristia a um vizinho ou familiar que não pode estar presente.



# Cronograma Detalhado



## Ressurreição de Cristo

Data	Dia Celebrativo	Texto bíblico	Símbolo	Palavra-chave
05/abr.	Domingo de Páscoa	Jo 20, 1-9	Cruz com flores	---

### Enquadramento

Neste dia, a transformação completa-se: o que era cinza tornou-se luz; o que era jejum tornou-se banquete.

A abelha que "desaparece" no inverno e reaparece na primavera é um símbolo da ressurreição de Cristo.

A Cruz, antes seca e pesada, agora está vazia porque a Vida venceu. Ela torna-se a "árvore da vida" onde a abelha encontra o néctar eterno.

# Cronograma Detalhado



## ✓ Ressurreição de Cristo

### Enquadramento

Tal como Maria Madalena, Pedro e João, somos convidados a correr para o túmulo. A transformação final é passar da dúvida à alegria contagiante: "Jesus está vivo!".

### Desafios para a catequese

DF2 / IVC/ AM / DM

- ✓ João correu mais rápido para o túmulo. O desafio é a "Prontidão": ser o primeiro a oferecer-se para ajudar em casa ou na paróquia, com um espírito renovado.
- ✓ Desafio missionário: vou construir, em papel ou outro material, uma flor/várias flores com as cores missionárias e coloco junto da Cruz. Onde há Vida, nascem flores de Esperança e de Missão!



# Cronograma Detalhado



## Ressurreição de Cristo

### Desafios comunitários

**Gesto na Celebração:** Organizar um pequeno convívio pascal após a missa, onde os alimentos partilhados, simbolizam a doçura da fraternidade cristã.

**Ação Comunitária:** A comunidade é desafiada a não deixar a "colmeia" morrer após a festa, mantendo o espírito de fraternidade e oferecendo-se para contribuir para algum serviço na paróquia.



# DÚVIDAS



# Oração Final



Obrigado pela vossa  
atenção

