

eges: High
W YORK T
"by institutions anxious to fac
the statistical indicators of high
achievement into reports
used for public con
such "scholarship"
have bribes designed
over students to
another to
the last bribe
an instit
male a
or other
chil born
ent
stended
lure
and

Dorotícias

2025.2026 | No caminho... aprender a comunicar | www.csdoroteia.edu.pt | Fundadora: Paula Frassinetti | N.º 373 | 16.março.26 | gratuito



Tempo de Quaresma no Colégio

segunda-feira, 16.março

Em nome do Pai, do Filho e do Espírito Santo

“Buscai o bem e não o mal, para que vivais, e o Senhor estará convosco.” (Am 5,14)

Senhor, no meio de tantas escolhas que faço todos os dias, ajuda-me a procurar o bem, mesmo quando é o caminho mais difícil. Dá-me a graça de ser uma presença que constrói e que não destrói.

Hoje, em que momentos me pedes, Senhor, para escolher o bem?

(breve momento de silêncio)

Pai Nosso...

Em nome do Pai, do Filho e do Espírito Santo

terça-feira, 17.março

Em nome do Pai, do Filho e do Espírito Santo

“Deus é o nosso refúgio e a nossa força, auxílio sempre pronto na adversidade.” (Salmo 45 (46))

Senhor, quando a vida parece pesada e tudo muda demasiado depressa, ajuda-me a lembrar que não estou sozinho e dá-me a graça de encontrar em Ti um lugar seguro.

Em que momento do meu dia preciso de confiar mais na força de Deus?

(breve momento de silêncio)

Glória ao Pai, ao Filho e ao Espírito Santo...

Em nome do Pai, do Filho e do Espírito Santo

quarta-feira, 18.março

Em nome do Pai, do Filho e do Espírito Santo

“O Senhor é clemente e compassivo, paciente e cheio de bondade. O Senhor é bom para com todos e a sua misericórdia estende-se a todas as criaturas.” (Salmo 144 (145))

Senhor, quando vejo impaciência e dureza à minha volta — e até dentro de mim — por vezes esqueço-me de que a Tua bondade nunca desiste de ninguém. Dá-me a graça de responder com mais calma e compreensão para com os outros.

Quem precisa hoje da minha bondade?

(breve momento de silêncio)

Avé Maria ...

Em nome do Pai, do Filho e do Espírito Santo

quinta-feira, 19.março

Em nome do Pai, do Filho e do Espírito Santo

“Jesus respondeu: ‘Por que me procuráveis? Não sabeis que devo estar na casa de meu Pai?’ Eles, porém, não compreenderam as Palavras que lhes dissera. Jesus desceu então com seus pais para Nazaré, e era-lhes obediente.” (Lc 2,51)

Senhor, Jesus cresceu numa família simples, aprendendo a escutar e a cuidar dos outros. Hoje, no Dia do Pai, ajuda-me a ser mais atento à minha família, que me acompanha e me apoia no dia a dia.

Com que pequeno gesto posso hoje agradecer e mostrar carinho ao meu pai?

(breve momento de silêncio)

Glória ao Pai, ...

Em nome do Pai, do Filho e do Espírito Santo

sexta-feira, 20.março

Em nome do Pai, do Filho e do Espírito Santo

“Nem só de pão vive o homem, mas de toda a palavra que sai da boca de Deus.” (Mt 4, 4b)

Senhor, no meio da azáfama e das preocupações de cada dia, ajuda-me a não viver só do que faço ou compro. Dá-me a graça de ouvir a tua Palavra como alimento que traz paz e sentido.

Conseguierei desfrutar do alimento da palavra de Deus?

(breve momento de silêncio)

Pai Nosso...

Em nome do Pai, do Filho e do Espírito Santo

Comunicar o Amor que nasce e se entrega por nós!



Diários Gráficos



As refeições desta semana foram sugeridas pelas 4 turmas do 6º ano, no âmbito do projeto de Ciências Naturais e de Inglês: **“YOU ARE WHAT YOU EAT”**.

As refeições sugeridas por cada turma têm por base os princípios enunciados na Roda dos Alimentos e a noção de que uma alimentação saudável tem de ser **VARIADA, COMPLETA e EQUILIBRADA**.

Menu
da semana

2ªf - Dia 16: Sopa de espinafres; Arroz de pato com salada mista; Tangerina

3ªf - Dia 17: Sopa de agrião; Salmão grelhado com arroz branco e legumes salteados

Salada de fruta (maçã, pêra, banana, laranja e Kiwi)

4ªf - Dia 18: Caldo Verde; Lasanha vegetariana; Salada mista; Gelatina

5ªf - Dia 19: Sopa de legumes; Strogonoff de frango com arroz de cenoura;

Salada de alface e tomate; Maçã

6ªf - Dia 20: Creme de cenoura; Massa de atum com salada de alface, tomate e cenoura;

Strudel de maçã



Bon appétit!