



## **PROPOSTA PARA MAIO – A.C.R**

Durante este mês especial dedicado a Maria, nossa doce Mãe, nossa terna companheira que nos ama profundamente e nos quer tanto bem podíamos viver cada dia dos 31 dias do mês com o coração nela oferecendo-lhe o melhor que temos.

Assim propomos em cada dia que vivamos um dom e que o ofereçamos com profunda alegria e muito, muito amor. Em pequenos gestos podemos tornar todos os que vivem à nossa volta mais felizes e, assim, tornar o mundo mais belo... Queres aceitar este desafio?

Se puderes reza o terço todos os dias. Imaginas a GRANDE ALEGRIA que dás a Maria? Eu rezo contigo 😊

### **Propostas para o mês de Maio**

- ✓ Vive em cada dia um dom / desafio para ofereceres com muita ternura a Maria 😊
- ✓ Faz um cartaz com a imagem de Maria no centro. Cada dia vais escrever com letra grande o dom escolhido
- ✓ Poderá fazer-se um vídeo (caso não possa/queira pode ser áudio) a rezar:
  - Diz o dom
  - Reza uma Ave Maria
- ✓ Sugerimos que rezem o terço todos os dias. Foi um pedido feito em Fátima e reforçado agora pelo nosso Papa a pedir o fim da Pandemia. Trinta Santuários, representativos de todo o mundo, conduzirão a recitação do Terço todos os dias durante o mês de maio numa maratona de oração com o tema: "De toda a Igreja subia incessantemente a oração a Deus", para invocar o fim da pandemia. Assim poderemos estar em sintonia com toda a Igreja.

# Propostas diárias

## 1. Ser Confiante

Hoje vamos confiar a Maria um desejo que tenhamos dentro do nosso coração.

No fim do dia falo com Maria sobre esse desejo.

## 2. Ser Criativo

Hoje vou usar a minha criatividade para fazer algo de bonito para alguém da minha casa.

No final do dia, agradecer a Maria por me ter ajudado.

## 3. Ser Tolerante

Hoje vou perdoar certos erros, e aceitar opiniões ou comportamentos que difiram dos meus.

No final do dia entrego essa pessoa ou pessoas para que Maria cuide dela(s).

## 4. Ser Amoroso

Hoje durante o dia irei transmitir carinho, atenção, e respeito para todas as pessoas que estiverem ao meu redor, buscando sempre o bem delas.

No final do dia vou abraçar uma imagem de Maria e dar-lhe um doce beijinho cheio de amor 😊

## 5. Ser verdadeiro e sincero

Hoje vou ser verdadeiro e sincero em todas as minhas atitudes mesmo que isso me possa envergonhar...

No final do dia agradeço a Maria por ela me ajudar a ser melhor e a ser verdadeiro com os outros e comigo mesmo...

## 6. Ser Focado

Durante o dia de hoje vou concentrar-me e cumprir todas as tarefas e obrigações que tenho – na escola, em casa, na ACR, com todos os outros.

No final do dia rezo as orações, concentrado e com muito amor...

## **7. Ser alegre**

Ao acordar, desde o primeiro momento vou viver com alegria, aproveitando cada ocasião para me entusiasmar com tudo o que viver. Se em algum momento ficar um bocadinho triste recomeçar e alegrar-me de novo!

No final do dia cantar uma canção alegre a Maria. Ela ficará de certeza encantada...

## **8. Ser Brio**

O que quer que faça hoje durante o dia, vou fazê-lo com brio, bem feito e oferecê-lo como se fosse uma flor a Maria.

No fim do dia verifico como foram as flores que entreguei a Maria

## **9. Ser Agradecido**

Hoje vou agradecer cada momento do meu dia qualquer circunstância que seja boa ou menos boa. Estar atento para que consiga ver as pequenas e grandes coisas que acontecem no dia.

No final do dia juntinho a Maria deixar que viva um sentimento profundo de gratidão por tanto que tenho, sou e recebo!

## **10. Ser Humilde**

Nas minhas atitudes durante o dia que tenha consciência das minhas limitações e de que posso errar ou acertar. E então isso fará com que seja mais simples, nada vaidosa e acolha os outros com mais ternura.

No final do dia, cantar a Maria o Magnificat – a mãe da humildade, a mãe do Amor!

## **11. Ser Otimista**

Hoje vou olhar tudo com umas lentes graduadas... Vou ver o bem em tudo o que acontece e perceber que as coisas boas estão acima das coisas más.

No final do dia dizer a Maria que hoje aprendeste a ver o lado bom de tudo o que acontece e ficar satisfeito com Maria com o que me aconteceu, acreditando que aprendi muito e com a certeza de sempre há algo bom para acontecer.

## **12. Ser Persistente**

Hoje não vou desistir logo à primeira quando não consigo logo realizar uma tarefa ou algo não me corre bem. Vou levar até ao fim a minha tarefa, insistindo, persistindo sem ceder

No final do dia, sentir o olhar de Maria que olha com alegria por ter sido capaz de com ela vencer-me a mim próprio.

### **13. Ser Pontual**

Quando os meus pais chamarem, responderei logo e farei o que me pedirem logo de seguida sem me deixar ficar naquilo que estou a fazer com muita alegria e boa disposição

No final do dia, entregar a vida dos meus pais e irmãos no coração de Maria.

### **14. Ser Calmo**

Viver o dia sem ansiedades, estar calmo, sereno, alegre. Que promova a paz entre todos os que vivem à minha volta. Que seja pacífico.

No final do dia, com tranquilidade, rezar à Rainha da paz pedindo um dos bens mais necessários ao mundo: a Paz!

### **15. Ser Amoroso**

Hoje vou tentar não ser egoísta e buscar ajudar todos os que estão ao meu redor. Estarei assim atento às necessidades do outro, ajudando sempre que possa

No final do dia desenho um coração (o mais bonito que conseguir) e escrevo o nome de Maria com ternura e rezo o terço (ou um mistério) com amor por aqueles que cuidam de mim com tanto cuidado e ternura.

### **16. Ser Cuidadoso**

Hoje vou cuidar das minhas coisas com cuidado, tentar não estragar nada. Em relação aos que me rodeiam vou tentar cuidar de cada uma com carinho, com maior cuidado e atenção.

No final do dia, olhar para o nosso cartaz já preenchido com tantas palavras e pedir a Maria para ser melhor 😊

### **17. Ser Organizado**

Durante todo o dia vou ser organizado com os meus brinquedos, arrumando-os quando já não estou a brincar, com a mochila da escola, com o meu quarto mantendo-o organizado.

No final do dia, agradecer a presença de Maria ao longo do dia e tudo o que me aconteceu.

### **18. Ser Respeitador**

Hoje vou respeitar de um modo especial os mais velhos – meus pais, avós, professores, etc – distribuindo sorrisos e atenções. Assim aprenderei a valorizar o outro, aceitar as suas opiniões, diferenças e escolhas.

No final do dia coloco no cartaz umas estrelinhas com os nomes dos mais velhos que vivem comigo, pois eles são sem dúvida umas estrelinhas preciosas na minha vida.

### **19. Ser Atento**

Hoje vou estar atento aos que me rodeiam, às suas necessidades, gostos fazendo pequenos gestos de amor.

No final do dia entregar a vida de cada uma das pessoas que estive hoje (lembrar o nome de cada um e dizer em voz alta e se estiveres a rezar o terço todos os dias fá-lo a seguir, senão faz uma oração de entrega a Maria).

## **20. Ser Bom ouvinte**

Vou procurar durante o dia de hoje ser capaz de ouvir o outro atentamente, sem interrompê-lo e esperar pela minha vez de falar.

No final do dia, vou pegar numa imagem de Maria e vou ficar em silêncio a olhar para ela, no meu coração fico a abraça-la

## **21. Ser Comunicativo**

Desde manhã que vou transmitir alegria, boa disposição, muita, muita simpatia... Comunicar com todos – com os que nem dou conta – os funcionários da escola, a empregada de casa, etc, etc, etc...

No final do dia, rezar a maria agradecendo o seu testemunho de humildade – ler a passagem: “faça-se em mim segundo a vossa palavra”.

## **22. Ser fiel**

Estar atento para cumprir a que me comprometi, aqui nos soldados da paz...

No final do dia, enviar um beijinho a Maria 😊

## **23. Ser Independente**

Hoje vou procurar fazer tudo sozinho, sem que meus pais ou uma pessoa mais velha me esteja sempre a chamar a atenção. Posso por exemplo acordar com boa disposição, fazer a minha cama, prepara o meu pequeno-almoço, ajudar a levantar a mesa ou outra tarefa de casa necessária.

No final do dia olhar para o dia e ver os pequenos gestos que me fizeram crescer mais um bocadinho

## **24. Ser Sensível**

Hoje vou procurar demonstrar meus sentimentos ou até mesmo falar sobre eles.

No final do dia, vou contar a Maria algo que tenha no coração com muita confiança na nossa mãezinha do céu 😊

## **25. Ser Meigo**

Hoje vou ser meiga com todos. Vou ser amorosa, calma, carinhosa. Demonstrarei a todos o meu amor em todos os momentos que conseguir, por mais pequeninos que sejam.

No final abraçada a Maria digo-lhe uma e outra vez: Eu gosto tanto de ti, mãezinha do céu!" 😊

## **26. Ser Prático**

Hoje perante um contratempo (pode ser pequenino – qualquer coisa não me sair bem, não ter brincado o que cria, não me apetecer comer na hora da refeição, ... - vou ter uma atitude prática. Terei capacidade de resolver esses pequeninos problemas facilmente, encontrando assim a alegria.

No final do dia, fazer um desenho para colocar no meu altarzinho 😊

## **27. Ser Orante**

Hoje vou viver com o meu coração em Maria e em Jesus. Vou procurar rezar durante um dia pequeninas orações – ao acordar, nas refeições, antes das aulas, em todas as ocasiões que conseguir...

No final do dia, dizer a Jesus e a Maria que quero continuar a consola-los com muito amor e dedicação 😊

## **28. Ser pequenino sob o olhar de Maria**

Hoje vou procurar fazer pequenos sacrifícios de amor, em todas as oportunidades que tenha. Por exemplo: Desejar comer alguma coisa doce e não o fazer, fazer algo que nos pedem sem que apeteça, sorrir mesmo quando não temos vontade, ser amigo de todos, etc, etc

No final do dia colocar o terço entre as mãos e pensar em todo o amor de Jesus e Maria por mim (que é bem maior do que tem a mamã e o papá) e agradecer-lhe feliz por esse amor.

## **29. Ser bem-disposto**

Logo pela manhã vou sorrir e agradecer o dia e tudo o que tenho. Vou sorrir durante o dia todo e fazer com que os outros estejam alegres ao meu lado. Ver também tudo o que me acontece pelo lado mais cômico, ou engraçado.

Ao final do dia, faço uma oração a Jesus a falar-lhe da alegria. Também hoje vais tentar alegrar a Jesus 😊

## **30. Ser Generoso**

Hoje vou partilhar o que tenho, o que sou, o que posso aos mais necessitados. Irei perceber a alegria do dar. De facto há mais alegria no dar do que receber. Hoje vou participar no projeto 5 pães e 2 peixes promovido pela ACR a nível nacional.

No final do dia, vou oferecer ao paizinho do céu todo o meu coração para que Ele me ajude a ser sempre melhor!

### **31. Ser Paciente**

Durante o dia de hoje vou ser paciente, humilde, atento em relação a tudo o que me acontece e com as pessoas que cruzarei durante o dia.

No final do dia vou agradecer estes 31 dias de caminho em direção de Jesus e Maria. Vou lembrar-me do que foi mais especial desta vivência 😊