

Exercícios Espirituais para a Quaresma



A Quaresma é um tempo especial para caminhar ao lado de Jesus até a Páscoa. Durante quarenta dias, aprenderemos a ser mais bondosos, a cuidar de quem precisa e a conversar com Deus.

Este calendário propõe pequenas ações diárias para fortalecer a oração, a generosidade e o cuidado com o próximo, preparando o coração para essa data tão especial.

Antes de dormir, leia a tarefa do dia seguinte e reflita sobre como colocá-la em prática.

Vamos sempre começar o dia rezando assim:

“Querido Deus,

A Quaresma é um tempo de oração e partilha. Nesses dias, quero estar mais perto de Jesus e seguir seus ensinamentos.

Dá-me um coração bondoso, que respeita as pessoas e cuida do mundo ao meu redor. Que este tempo especial me ajude a crescer na fé, aprendendo a perdoar, a amar mais a Ti e ao próximo e a viver com alegria essa caminhada até a Páscoa.

Amém”.

Pai-Nosso
Ave-Maria

Oração de Santo Inácio de Loyola

Tomai, Senhor, e recebei
Toda minha liberdade,
A minha memória também,
O meu entendimento
E toda a minha vontade.
Tudo o que tenho e possuo
vós me deste com amor.

Todos os dons que me destes,
Com gratidão vos devolvo,
Disponde deles, Senhor,
Segundo a vossa vontade.

Dai-me somente o vosso amor,
vossa graça.
Isto me basta, nada mais quero pedir.



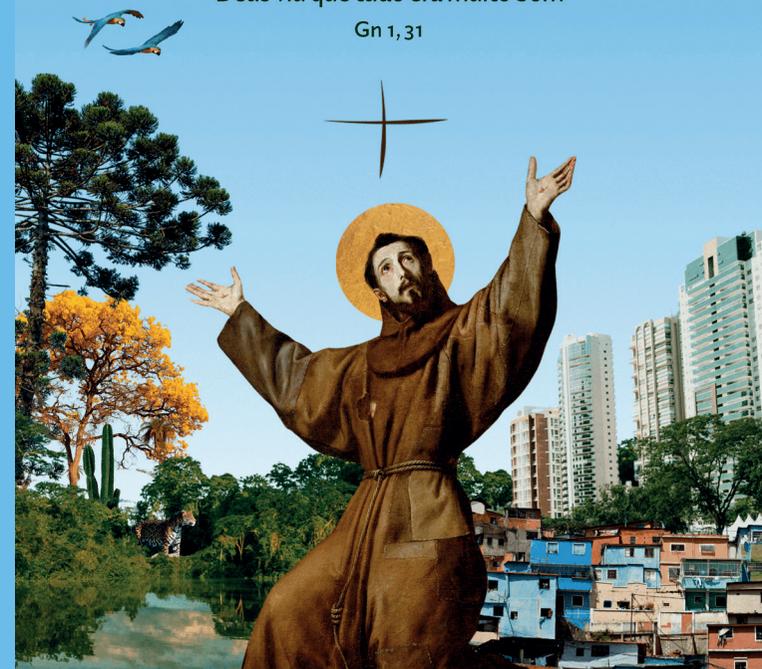
CALENDÁRIO QUARESMA 2025



FRATERNIDADE E ECOLOGIA INTEGRAL

“Deus viu que tudo era muito bom”

Gn 1, 31



CAMPANHA DA FRATERNIDADE 2025

13 de Abril - Domingo de Ramos
Coleta Nacional da Solidariedade



65 ANOS

Colégio Santo Inácio



Rede Jesuíta de Educação



Calendário Quaresmal 2025

Iniciando na quarta-feira de Cinzas, dia 5/3, até domingo de Páscoa, dia 20/4.



5/3 PARTICIPAR DA MISSA DAS CINZAS 1	6/3 REZAR PELOS DOENTES 2	7/3 REFLETIR SOBRE A CF 2025. CUIDAR DA CRIAÇÃO DE DEUS 3	8/3 AJUDAR A LIMPAR A SUA CASA 4
---	--	--	---



9/3 IR À MISSA EM FAMÍLIA 5	10/3 CANTAR UMA MÚSICA QUE FALE DE DEUS 6	11/3 OBSERVAR SE ALGUM AMIGO ESTÁ TRISTE E CONVERSAR COM ELE 7
--	--	---

14/3 PERDOAR A QUEM TE OFENDEU 10	13/3 ESCREVER UMA MENSAGEM BONITA PARA ALGUÉM QUE VOCÊ AMA 9	12/3 DOAR ALIMENTOS E ROUPAS PARA QUEM PRECISA 8	11/3 OBSERVAR SE ALGUM AMIGO ESTÁ TRISTE E CONVERSAR COM ELE 7
--	---	---	---

15/3 PEDIR DESCULPAS SE TIVER MAGOADO ALGUÉM 11	16/3 PASSAR MENOS TEMPO NO CELULAR E APROVEITAR MAIS MOMENTOS EM FAMÍLIA 12	17/3 FAZER UM DESENHO SOBRE O AMOR DE DEUS 13	18/3 CONVERSAR COM A SUA FAMÍLIA SOBRE MANEIRAS DE ECONOMIZAR ÁGUA E ENERGIA EM CASA 14	19/3 PEDIR PARA SÃO JOSÉ PROTEÇÃO PARA SUA FAMÍLIA 15	20/3 FAZER UM ATO DE GENTILEZA PARA ALGUÉM 16
--	--	--	--	--	--

25/3 ANTES DE DORMIR, CONTAR PARA DEUS ALGO BOM QUE ACONTECEU NO SEU DIA 21	26/3 DOAR UM BRINQUEDO EM BOM ESTADO 22	27/3 LER UMA HISTÓRIA BÍBLICA COM SUA FAMÍLIA 23
--	--	---

24/3 FAZER UMA PEQUENA ECONOMIA E GUARDAR PARA AJUDAR ALGUÉM QUE PRECISA 20	28/3 CONVERSAR COM OS PAIS SOBRE A QUARESMA 24	29/3 VISITAR UM(A) IDOSO(A) 25
--	---	---

23/3 IR À MISSA E FAZER UMA ORAÇÃO DE GRATIDÃO 19	30/3 REFLETIR SOBRE 3 ATITUDES QUE VOCÊ PODE ADOTAR PARA SE TORNAR UMA PESSOA MELHOR 26
--	--

22/3 DESENHAR UM PRESENTE PARA JESUS ENTREGAR EM ORAÇÃO 18	29/3 REZAR PELA PAZ NO MUNDO 27
---	--

1/4 FAZER UM ELOGIO SINCERO PARA ALGUÉM HOJE 28	2/4 REZAR PELAS CRIANÇAS QUE NÃO TÊM CASA OU FAMÍLIA 29	3/4 DIVIDIR SEU LANCHE COM ALGUÉM 30
--	--	---

4/4 LIGAR PARA UM PARENTE E DESEJAR UM BOM DIA 31	5/4 ESCREVER UMA CARTA PARA JESUS DIZENDO O QUE VOCÊ SENTE POR ELE 32	6/4 DAR UM ABRAÇO EM ALGUÉM ESPECIAL 33
--	--	--



11/4 CRIAR UM POTE DA GRATIDÃO E ESCREVER COM SUA FAMÍLIA BILHETES COM MOMENTOS ESPECIAIS E COISAS BOAS 38	12/4 SEPARAR ROUPAS E BRINQUEDOS PARA DOAÇÃO 39
---	--

10/4 DESENHAR ALGO QUE DEUS CRIOU E QUE VOCÊ ACHA MUITO BONITO 37	13/4 ESCREVER UMA ORAÇÃO PARA JESUS AGRADECENDO POR SUA VIDA 40
--	--

9/4 FAZER UMA ORAÇÃO ESPECIAL PELA PAZ 36	14/4 A PÁSCOA SE APROXIMA - DIVULGAR E ARRECADAR DOAÇÕES COM FAMILIARES PARA A CAMPANHA SOLIDÁRIA DO COLÉGIO 41
--	--

8/4 REZAR PELO SEU COLÉGIO E PROFESSORES 35	15/4 REZAR POR TODAS AS PESSOAS QUE ESTÃO EM GUERRA NO MUNDO 42
--	--

7/4 FALAR PALAVRAS GENTIS PARA TRÊS PESSOAS 34	16/4 ESCOLHER UM NOVO HÁBITO BOM PARA LEVAR PARA A VIDA 43
---	---

20/4 JESUS RESSUSCITOU! PARTICIPAR DA MISSA DE PÁSCOA COM MUITA ALEGRIA! 47
--

19/4 CONVERSAR EM FAMÍLIA SOBRE COMO EVITAR O DESPERDÍCIO DE COMIDA 46

18/4 FAZER UM MOMENTO DE ORAÇÃO REZANDO PELA PAZ NO MUNDO 45

17/4 RELEMBRAR COM SUA FAMÍLIA O QUE JESUS FEZ NA ÚLTIMA CEIA 44

