

# DoroTícias

QUARESMA

Notícias com intenção | 2023.2024 **No caminho ... amar e abraçar a realidade** | www.csdoroteia.edu.pt | Fundadora: Paula Frassinetti | N.º 303 | 8ºB | 11 março 2024 | gratuito

## YOU ARE WHAT YOU EAT

**11th March – Meal suggested by Class 6thB** - Spinach soup; Tuna rice with scrambled eggs (with carrot and lettuce salad on the side), Fruit salad (apple, grapes, and pear).

**12th March (Tuesday) – Meal suggested by Class 6thA** - Carrot soup; - Grilled turkey steak with mushroom and carrot rice (with lettuce and tomato salad on the side); Strawberries .

**13th March (Wednesday) – Meal suggested by the Science Teachers** - “Caldo Verde” – Portuguese green soup; Vegetarian lasagna (with salad on the side); -Tangerine.

**14th March (Thursday) – Meal suggested by Class 6thD** - Green bean soup ; - Chicken and vegetables chau-min (with lettuce, carrot, red cabbage, and pepper salad on the side) ; - Gelatine

**15th March (Friday) – Meal suggested by class 6thC** - Creamy vegetable soup - Grilled salmon with tricolour pasta and pineapple (with salad on the side).; - Fruit salad

## EMENTA

**2ª feira, 11 março - ( sugestão do 6ºB )** Sopa de espinafres; Atum e ovos mexidos com arroz branco; Salada de alface e cenoura; salada de maçã/pera/ uva.

**3ª feira, 12 março - ( sugestão do 6ºA)** Creme de cenoura; Bife de peru grelhado, arroz de cogumelos e cenoura; Salada de alface e tomate; Morangos.

**4.ª feira, 13 março - (Almoço escolhido pelas professoras de ciências)** Caldo-verde; Lasanha com legumes; Salada de alface, pepino e beterraba ralada; tangerina.

**5.ª feira, 14 março - (sugestão do 6ºD)** Sopa de feijão-verde; Chau min com frango e legumes; Salada de alface, cenoura ralada e couve roxa; Gelatina.

**6.ª feira, 15 março - ( sugestão do 6ºC )** Creme de legumes; fusilli tricolor com salmão grelhado e ananás; salada mista; Salada de frutas.

## DIÁRIO GRÁFICO - 2º CICLO



Pontilhismo (a marcadores)

### 11. março — 2.ªF

Em nome do Pai, do Filho, e do Espírito Santo

Iniciámos a 4ª semana da Quaresma, na qual somos convidados a “Cuidar dos Espaços”.

Olha à tua volta: o que podes melhorar nos espaços da Escola? Começa pelo mais simples, a tua secretária na sala de aula - arruma-a. Depois segue para algo mais complexo, como a reciclagem do lixo. Vais ver que te vais sentir melhor quando entrares em qualquer espaço do Colégio. Se todos fizermos isto, encontraremos mais beleza nos locais onde passamos os nossos dias.

**Senhor, pedimos-Te que nos ajudes a ser mais determinados, a concretizar aquilo a que nos propomos e, especialmente, a cuidarmos dos locais que habitamos, tornando-os espaços mais arrumados, limpos, belos e atrativos. Por esta intenção e pelas que estão nos nossos corações, rezemos um Pai Nosso.**

Em nome do Pai, do Filho, e do Espírito Santo

### 12. março — 3.ªF

Em nome do Pai, do Filho, e do Espírito Santo

A ByFusion Block criou os tijolos ByBlock, feitos inteiramente de resíduos plásticos reciclados. Estes tijolos podem ser instalados sem cola ou adesivo e não partem, ao contrário dos tijolos normais.

**Senhor, queremos agradecer-Te por todas as pessoas que criam e inovam, tornando o mundo mais sustentável e melhor para as gerações futuras. Por esta intenção e pelas que estão nos nossos corações, rezemos um Pai Nosso.**

Em nome do Pai, do Filho e do Espírito Santo.

### 13. março — 4.ªF

Em nome do Pai, do Filho, e do Espírito Santo

Segundo o "Diário de Notícias", os portugueses descartam 20 mil toneladas de roupa por ano. Sabias que os têxteis têm propriedades que nos permitem reciclá-los e reintroduzir peças em fim de vida na indústria? A isto chama-se Economia Circular! Se quiseres saber mais, a “To be green” pode ajudar.

**Senhor, nesta Quaresma, queremos tentar ser menos consumistas e gastar menos dinheiro em coisas desnecessárias, reutilizando o que ainda está bom e fazendo reciclagem. Assim, estaremos a cuidar deste Planeta que habitamos, a nossa Casa Comum. Por esta intenção e pelas que estão nos nossos corações, rezemos uma Avé Maria.**

Em nome do Pai, do Filho e do Espírito Santo.

**“Somos chamados a redescobrir o sentido do respeito sagrado pela terra, porque não é apenas a nossa casa, mas também a casa de Deus”.**

Papa Francisco

### 14. março — 5.ªF

Em nome do Pai, do Filho, e do Espírito Santo.

Nós, alunos do 8º B que preparámos esta oração, pedimos aos colegas de todo o Colégio que nos ajudem a cuidar dos espaços, evitando correr nos corredores, deixando as casas de banho mais limpas e as mesas arrumadas. Nós queremos fazer a diferença! E contamos contigo!

Por esta intenção, rezemos um Pai Nosso.

Em nome do Pai, do Filho, e do Espírito Santo.

### 15. março — V DOMINGO DA QUARESMA

Em nome do Pai, do Filho, e do Espírito Santo.

**«Chegou a hora em que o Filho do homem vai ser glorificado. Em verdade, em verdade vos digo: Se o grão de trigo, lançado à terra, não morrer, fica só; mas se morrer, dará muito fruto. Quem ama a sua vida, perdê-la-á, e quem despreza a sua vida neste mundo conservá-la-á para a vida eterna. Se alguém Me quiser servir, que Me siga, e onde Eu estiver, ali estará também o meu servo. E se alguém Me servir, meu Pai o honrará.**

João 3, 14-21

Jesus é o grão de trigo que morre, para dar fruto. Ele pôs a sua vida ao serviço do plano salvador do Pai. Recusou qualquer projeto pessoal de triunfo e de glória humana, abraçando o plano de Deus para o mundo e para os homens, e propôs o Reino de Deus; sem se proteger, denunciou as regras e os comportamentos que eram geradores de sofrimento e morte. E eu? Serei capaz de largar a minha ânsia de sucesso e lutar por um mundo mais justo? Serei capaz de proteger a Terra e as pessoas que mais sofrem, limitando o meu consumo, os meus gastos excessivos e mudando os meus comportamentos egoístas para que outros possam beneficiar dos recursos que uso e que não me pertencem?

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