8 ideias prudentes para "desconfinar" em junho

Regressar à normalidade, de forma prudente: ter a coragem de sair de casa e "enfrentar de bom ânimo as sérias dificuldades que este período está a deixar nas famílias, nos ambientes profissionais e nas iniciativas de apostolado" (Mensagem do Prelado 15/5/2020). Neste artigo encontra 8 ideias para "desconfinar".

06/06/2020

- 1. Voltar a confessar-me
- 2. Ir à Missa off-line numa Igreja
- 3. Conhecer os Santos populares
- 4. Voltar a trabalhar fora de casa
- 5. Fazer voluntariado
- 6. Preparar bem os exames
- 7. Voltar a ler livros
- 8. Fora de casa em família

► Umguia da confissão (passo a passo) que já ajudou mais de 1 milhão de pessoas. | Confessar-me: como e porquê: | 7 tweets do Papa Francisco sobre a Confissão

- ► Para se confessar, pode dirigir-se à sua paróquia ou a um centro do Opus Dei. Em Lisboa pode consultar o horário de confissões e os confessores do Oratório S. Josemaria e da Paróquia de Telheiras.
- ► Confissão: A história de S. Josemaria e a terrina portuguesa (vídeo▼)

Vídeo com legendas em português

- ► Veja os horários e as indicações
 para participar na Missa <u>na sua</u>
 diocese. | Porquê ir à missa ao
 Domingo? O Papa Francisco
 responde | A comunhão
 espiritualque S. Josemaria repetia |
 Para quem não pode ainda sair de
 casa para ir à Missa
- ► **5 vídeos** breves sobre a Missa (pelo P. Pedro Boléo Tomé)

- #1 Missa: o que é isso? (vídeo ▼)
- #2 A Missa é ir ao Calvário
- #3 A Missa é um crime?
- #4 Ressurreição na Missa? Como assim?
- #5 A Missa é um elevador?

- ➤ Todos estamos chamados à santidade: a de S. António de Lisboa ou S. João, padroeiro do Porto e Braga, bem como todos os santos padroeiros das outras cidades portuguesas.
- ► O Papa Francisco recorda-o na exortação *Gaudete et Exsultate*. Pode ler descarregar o ebook gratuito em português aqui.
- ► Em Junho também celebramos a festa de S. Josemaria, fundador do

Opus Dei, que recordou a <u>chamada</u> <u>universal à santidade</u>. Neste vídeo alguns portugueses falam sobre o fundador do Opus Dei (**v**)

➤ Santificar o trabalho. Santificar-se com o trabalho. Santificar os outros com o trabalho. Muitos portugueses voltam ao seu local de trabalho, reencontram os colegas e redescobrem o valor do trabalho.

► Trabalho e COVID-19: testemunhos de quem trabalhou fora de casa nos últimos meses: Carla na Amadora e Mariana em Matosinhos | Recordar o artigo do Prelado no Observador no dia do Trabalhador (1 de maio): O trabalho de cuidar do mundo | Também há 8 ideias para quem continua em casa em teletrabalho

- ► Está desempregado ou preocupado com o emprego? Experimente a novena de S. Josemaria para pedir pelo trabalho
- ► The heart of work: a visão de S. Josemaria (vídeo▼)

Vídeo com legendas em português

- ➤ Ofereça-se para ajudar quem mais precisa em Portugal de norte a sul do país. Veja aqui como pode fazê-lo na sua diocese.
- ➤ Voluntariado e COVID-19: 5 portugueses que deram o seu tempo aos outros:
 - Francisco no projeto Vizinho amigo,
 - Paula na Associação Emergência Social,

- **Joaquim** na Rede de Emergência Nacional do Banco Alimentar
- **João** com as Missionárias da Caridade em Chelas
- ➤ **Documentário** Trabalhar para os outros: o Beato Álvaro e a solidariedade (▼)

- ► Para um apóstolo moderno, uma hora de estudo é uma hora de oração. Ver o capítulo Estudo do "Caminho". | 10 dicas de S. Josemaria para os bons estudantes
- ► Estás em exames? Experimenta a Novena à Beata Guadalupe

- ► Livros, áudios e vídeos para o verão | Lista de ebooks gratuitos em português
- ► **Livros**: as sugestões para jovens do Clube Xénon | Sugestões do site Delibris | Ensaios de atualidade.
- ► Filmes e séries: Sugestões em Aceprensa | Ver 40 títulos de 2019 | Sugestões de filmes de Paulo Miguel Martins (1) (2)

- ➤ Desconfinar em família com 10 ideias práticas | Uma história real: avós e netos criativos em quarentena .
- ➤ 21 tópicos sobre a**educação dos filhos** num ebook gratuito | 14 questões sobre a família

- ► Quer rezar por alguma intenção familiar? Experimente a <u>novena a</u> S. Josemaria pela família.
- ► **As famílias têm talento**. Veja o divertido vídeo *Xénon Got Talent* (vídeo▼)

pdf | Documento gerado automaticamente a partir de <u>https://opusdei.org/pt-pt/article/8-ideias-prudentes-para-desconfinar-em-junho/(22/11/2025)</u>