



Vedruna

Escorial Vic

NOV

setmana 11

Durant aquest curs estem treballant l'objectiu "Canviem per créixer". Moltes de les activitats que fem tenen com a objectiu adonar-nos que créixer suposa un canvi en nosaltres, en els altres i en les relacions que entre tots establím. Ens cal però ser capaços de trobar i donar valor als canvis i al creixement que tots estem fent. Aprofita l'oportunitat que t'ofereixen els BON DIES per anar-ho aconseguint.

Avui us proposem llegir aquest text de l'evangeli.

Jesús va dir als qui el seguien (i també ens ho diu a nosaltres)

"Si el teu germà (amic-company...) et fa una ofensa parla amb ell i si se'n penedeix, perdona'l. i si t'ofen set vegades al dia i set vegades torna per dir-te: "Me'n penedeixo" torna'l a perdonar (Lluc 17)

- Creus que ens pot resultar fàcil fer això? Perquè?
- Pensa durant uns moments, a qui i quan et resulta més difícil de perdonar. Però... creus què val la pena? El canvi que has fet t'ha ajudat a créixer?

19

Sant Crispí

Us oferim avui una reflexió de l'ALEX ROVIRA, escriptor i divulgador.

Hi ha quatre coses que no podrem recuperar mai més...

- *Una pedra després d'haver-la llançada,*
- *Una paraula després d'haver-la dita,*
- *Una ocasió després d'haver-la perduda,*
- *I el temps que ja ha passat.*

Pensa en allò que tu fas i procura que tot allò que facis avui ho puguis recuperar, que no t'hagis d'arrepentir d'haver-ho fet.

20

Sant Octavi

En el BON DIA d'avui farem un petit exercici de relaxació fixant-nos en els colors. A cada un de nosaltres ens agrada més un color que l'altre però avui ens fixarem en els colors de l'arc de Sant Martí

Tanca els ulls i visualitza aquests set colors. Atura't uns instants en cada un d'ells.

Després pensa com t'has sentit en cada un dels colors.



21

Sant Gelasi

22

Santa Cecília



Avui és la festa de Santa Cecília, la patrona de la música. Et convidem a veure i escoltar un concert musical que la coral Canigó, juntament amb les JONC, van fer a la Plaça de Vic amb motiu de la celebració dels 50 anys de la Coral Canigó. Deixa't emportar per la música i per tot l'ambient que va acompanyar a aquesta celebració.

https://www.youtube.com/watch?v=pRwgz_YV5iE

No hi ha res fàcil. Tot costa. I encara més el primer cop. No et desanimis, segueix-ho intentant. Val la pena!

Mira el vídeo i pensa si davant dels problemes fas tots els intents necessaris per aconseguir resoldre'ls.

"Mai, Mai, Mai et donis per perdut". Winston Churchill.

<https://youtu.be/DjYH7D3sWFg>

23

Sant Climent