



1 Bragança-Miranda

Protagonista de uma vida feliz

Letra: Júlio Gomes

Quem és tu entre tantos?
Quem és queres saber?
O que fazes aqui?
Neste mundo a sofrer.

Quem é aquele que ontem,
Viste com tanto apego?
Quem é aquele que sofre
Por perder o emprego?

Quem o faz sofrer tanto,
E o deixou pessimista?
Quem lhe tirou a vida,
Num ato puro egoísta?

Tu és, tu és
O mundo são os teus pés

Tu não, tu não
não podes lavar as mãos .

E é bem dentro de ti
Para as questões as respostas!
É também dentro de ti,
A força para as derrotas!

Grita que é possível
Corações de pedra mudar!
Grita que é possível,
Este mundo transformar.



2 Guarda

És mais que o teu ser

Letra e Música:
Sílvia Pereira e Samuel Barros

Se o mundo te parece cinzento
Se sentes a falta do sol e da cor
Ouve o bater do teu coração
Sente a força no teu interior

Não fiques parado aí (não fiques parado aí)
Só a ver o mundo girar (a ver passar)
Acredita, constrói o teu sonho (a ... cre ...)
Tem a coragem de agir e mudar (di ... ta ...)

REFRÃO

(És mais, és mais ...)

Não tens de viver preso a uma corrente, não tens

(Tu podes gritar, és mais ...)

Não sejas mais um que passa indiferente, mais um

(Tu podes mudar, és mais ...)

O mundo te espera, tens o poder, és capaz

(Tens de acreditar, és mais ...)

Tu podes fazer tudo acontecer, és mais

És mais que o teu ser

(És mais, és mais, és mais ...)

És mais que o teu ser

(És mais, és mais, és mais ...)

Quando algo te atinge e magoa
Quando olhas em volta e já ninguém sorri
Baixas os olhos e há tanto a fazer
Não é este o mundo que queres p'ra ti

Não fiques parado aí (não fiques parado aí)
Só a ver o mundo girar (a ver passar)
Acredita, constrói o teu sonho (a ... cre ...)
Tem a coragem de agir e mudar (di ... ta ...)

REFRÃO (2 x)



3 Viana do Castelo

Verás a Deus

Letra: Catarina Soares
Música: Bruno Torres

Quando a vida for um não, quando a vida não sorrir
Sei que força te mantém, é Cristo Jesus
Não penses que estás só, tu vais conseguir
Não, não te conformes, transforma a tua vida
E verás a Deus.

**Sal da terra, luz do mundo é Cristo Jesus
Junta-te a nós, vem cantar esta canção
Sal da terra, luz do mundo é Cristo Jesus
Queres ser feliz, sê puro de coração**

Quando a vida for um sim, quando a vida te sorrir
Enche o teu coração, enche-o de oração
Jesus está sempre contigo, ao teu lado a caminhar
Não, não te conformes, transforma a tua vida
E verás a Deus.

Quando o teu coração, for puro de oração
For simples como Tu, ó Cristo Jesus
Conquistarás a felicidade e irás sorrir
Não, não te conformes, transforma a tua vida
E verás a Deus.



4 Lisboa

Fé e Caridade

Letra: Ana Martins,
Cátia Fernandes, Ricardo Cerejo

Refrão:

**O que importa é a Fé
E a Caridade no coração
O teu caminho construirás
Com Deus e a Oração**

Todos os dias podemos ajudar alguém
que precisa de um gesto, de um olhar
uma palavra de conforto cheia de Fé
que ajuda a caminhar pé ante pé.
Tu tens de construir o teu caminho
baseado no amor e na compreensão,
na Caridade para com o teu irmão
vais aumentar a tua Fé , não será em vão.

Refrão...

O caminho não é fácil, mas todos vamos seguir.
Vais encontrar obstáculos, tropeçar e cair,
mas aquilo que nos move é uma força bem maior,
é a fé que todos os dias nos transforma em algo melhor.
Constrói o teu caminho E segue o teu coração,
não deixes que o amor que Ele tem por ti seja em vão,
mostra a força que tens e aceita a missão,
ama o teu próximo porque ele é teu irmão.

Refrão...

Tens de dar Amor
Espalhar a Paz
Partilhar a Fé
Não deixar para trás
O Irmão



5 Algarve

Bem-aventurados!

Letra e música: Manuel Patrício

Não te conformes
Com os gestos sem sentido
Com as palavras perdidas no medo
Não te conformes
Com os rostos sem sorriso
Com caminhos sem luz e horizonte

Transforma-te!
Vem e transforma o mundo
Tu tens em ti a âncora da fé
Transforma-te!
Vem e renova a terra
Tu tens em ti a luz do Evangelho

Não te conformes
Com o trigo que não reverdeja
Com o pão que não mata a fome
Não te conformes
Com o mundo sem paz e alegria
Com gente sem terra e sem céu

Transforma-te!
Vem e transforma o mundo
Tu tens em ti a força da Esperança
Transforma-te!
Vem e renova a terra
Tu tens em ti o amor que gera a vida

Bem aventurados, Bem aventurados!
Somos protagonistas de mudança
Bem aventurados, Bem aventurados!
Construtores duma nova civilização
Do Amor!



6 Setúbal

Deixa-te transformar!

Letra: Filipa Santos e Filipa Santos

Música: Andraws Santos

Segue a Jesus
Vai na Sua direcção.
Mostra a Sua luz,
Leva contigo a multidão.
Renova a tua mente,
Faz a vontade de Deus.
Vai na Sua frente
E ama os filhos seus.

Não te podes conformar. Deixa-te transformar!

**És sal da terra,
És luz do mundo.
Jovem sem fronteira,
Ama, sê fecundo! (2x)**

Semeia mais longe
E perto colherás.
Sê pobre em Espírito,
No Céu viverás.
Espalha a tua luz,
Entrega alma e coração.
Sê estrela que conduz
No caminho do perdão.



7 Vila Real

És a Minha Bússola

Letra: Cristina Correia/Paulo Silva

**És a minha bússola, Senhor!
Vem, ilumina-me!
Estou aqui, Senhor,
Meu Pai, meu Deus Amor!**

Envolve-me em teu manto generoso,
Para que eu possa respirar o teu amor.
Escuta a minha prece, a minha oração.
Sonho embarcar na Tua missão...
Ser luz, ser semente,
Ser sal, ser fermento,
Arco-íris brilhando sempre.

Senhor, eu sei que sou um ser divino,
A minha vida foi escrita por ti.
És sempre a razão do meu acordar,
És o sol, a estrela, o mar!
Vou anunciar:
Precisas de mim!
Tenho um mundo inteiro para amar.

Senhor, conta comigo como arauto,
Porque é urgente uma mensagem difundir:
Que és verdade, és caminho, és a paz,
A felicidade infinita.
Irei ser Tua voz,
Irei ser Teus pés,
Abraçar a vida de vez!



8 Coimbra

Viver, Amar e Transformar

Letra: Christiana Marques

Música: Pedro Santos

A vida é um mar
De diferenças entre os Homens
Os que sabem amar
E os que nada querem ver

Todos precisamos
Do teu caminho, do teu rumo...
Perdoa-nos Senhor
Por não te seguirmos em todo o Mundo

Refrão:

**Viver, amar e transformar
O teu povo queremos realizar
Que seja ouvida a tua voz
Viver, amar e transformar
O teu povo queremos realizar
A cada segundo bem dentro de nós...**

Guia-nos, ao dom do teu amor
Ilumina o nosso coração
Guia-nos, com todo o fervor
Para mudarmos em comunhão

A tua vida queremos pregar
Com a voz da nossa paixão
Em conjunto vamos criar
A forma do teu coração!

Refrão...

Age e transforma
Dá cor à Terra
Faz o que o Senhor de ti espera...

Refrão (bis)

**A cada segundo bem dentro de nós...
Bem dentro de nós... Bem dentro de nós...**



9 Funchal

Missionário da esperança

Musica e letra: João Francisco Dionísio

Em cada passo, cada Homem
Surge um canção.
Um acorde, uma nota
Cristo o nosso refrão!

Seu modo de nos olhar
Assim nos conquista
Sua vida e entrega
Tornam-te o protagonista

Refrão:
Transforma-te!
Pus em ti a minha confiança
Sê Minha voz
Missionário da esperança!

Um apelo à mudança
No pão que se transforma
No seu vinho a certeza
De um amor que se transborda!



10 Lamego

Recomeços

Letra e Música: Almacave Jovem

Refrão:

**Não te conformes no aqui
do que agora tu és.
É preciso nascer, renascer
cada dia. Dar à vida a graça de ser
um corpo sempre em partida,
– Uma tenda para acolher (2x)**

1 - Seja o teu rosto / luz, transfiguração do Tabor /
A alegria, o mosto do vinho novo / das bodas do amor.

2- Que o teu dia/ tenha a beleza deste canto novo,
o verde das paisagens que lindam os horizontes.

3- Enche o teu corpo / da paz que não se vende./
Acorda o que a rotina em ti adormeceu./
Transfigura as sombras da vida/ em recomeços de alvor.



11 Leiria-Fátima

Mendigo de Deus

Autores: Bruno Lima e Inês Carreira

1. Quando acordo de manhã,
Começo o dia a rezar,
Junto a Ti eu procuro,
Coragem para mais um desafio.

2. Não me interessa viver,
Com uma pequena ideia de vida,
Eu quero viver em pleno,
Junto a Ti procuro ser feliz.

**Ando em busca, do reino dos céus,
Quero ser, mais que as minhas vestes,
Quero ser, mais que o que consumo,
Sou, Mendigo de Deus.**

3. Peço-te coragem Senhor,
Na demanda da felicidade,
Faz-me Senhor humilde,
A Ti não quero ser indiferente.

4. Ensina-me Senhor,
A sabedoria dos pobres,
Faz com que o ser mais,
Prevaleça sobre o ter mais.

**Ando em busca, do reino dos céus,
Quero ser, mais que as minhas vestes,
Quero ser, mais que o que consumo,
Sou, Mendigo de Deus.**



12 Aveiro

Boa sorte

Mónica Ribau

1.

Boa sorte rapaz mete-te no avião
Dá asas à liberdade e confia-lhe o coração
A saudade vai roer-te, percorrer-te, fazer-te chorar
Ninguém te prometeu rosas, mas um dia vais cantar.

2.

Boa sorte rapaz grita aos quatro ventos
Sabes que és capaz e acreditas por momentos
Acorda faz-te à vida, por ti não há quem o vá fazer
Ninguém te prometeu o céu, mas já te ensinaram a viver...

Refrão:

Faz-te pequeno de grande que sabes que és
Arrogância é veneno, dar um tiro nos pés
Faz-te grande do pequeno que te sentes
Faz da verdade o mundo, o jeito com que falas
Leva o que acreditas no fundo das malas

3.

Boa sorte rapaz, para quando quiseres voltar
Bilhetes, gotas salgadas, abraços para as amparar
Voltaste o que não eras mas sempre foste afinal
Enfrentaste as tuas feras, deste à saída triunfal

Dói mas sara bem. Põe mais álcool nessa ferida.....
Agora abre os olhos, chegaste ao ponto de partida.



13 Beja

Com A Fé Tu És Protagonista

Autores da letra: Padre João Paulo
e Luísa Claudino

Autor da música: Alberto Batista

Se Jesus te quer falar, sê fiel e vai ao seu encontro
Não temas o amor que vem da cruz, não te escondas,
entrega a tua vida
Pela Fé tu és protagonista, com a Fé tu fazes a mudança
Não te conformes, diz sim a Deus e vive sonhos de
esperança.

Senhor, sem Ti nada sou e não sei aonde ir
Guiado p'la Tua Palavra, irei pelo mundo a sorrir
Senhor, sem Ti nada sou e não sei aonde ir
Só Tu És Verdade e Vida, És o Caminho a seguir

Se Jesus te quer ouvir, sê fiel e reza no silêncio
Contempla o amor que vêm da cruz, não hesites, Ele é o
grande Amor
Com a Fé tu és protagonista , pela Fé tu fazes a mudança
Não te conformes, diz não ao mal, vive a Nova Aliança

Senhor, sem Ti nada sou e não sei aonde ir
Guiado p'la Tua Palavra, irei pelo mundo a sorrir
Senhor, sem Ti nada sou e não sei aonde ir
Só Tu És Verdade e Vida, És o Caminho a seguir



14 Porto

A Voz da Mudança

Letra e música: Nuno Santos

Quantas vezes o que chora não é consolado,
Esta indiferença não se compadece.
Choram porque um dia a vida os deixou de lado,
O Homem sem Amor não se reconhece

E feliz de todo aquele que é pobre;
E feliz de todo aquele que é humilde;
E felizes são os puros de coração
Porque deles é o Reino dos Céus!

**Partiremos! Somos a voz da mudança:
O nosso porto é a "Paz", o nosso barco "Esperança"!
Chegaremos! E todos saberão:
Nós trazemos o "Amor" e o "Perdão"!**

Se o Mundo inteiro, um dia, nos ouvisse
E parasse um pouco para se olhar?
Se neste percurso, tudo o que descobrisse,
Fosse capaz de partilhar?

Quantos Homens, de justiça, têm sede e fome?
Mas o Mundo teima num laço perdido.
Gritam sempre o mesmo nome:
Cristo! Só Tu tens sentido!

Refrão: 4 vezes

Com o Amor nós celebramos o Perdão