



UNIDADE PASTORAL DE SINTRA

# Cruz Alta



Outubro 2021

Edição nº 190 - Ano XIX  
Diretor: P. Armindo Reis

[www.paroquias-sintra.pt](http://www.paroquias-sintra.pt)

Distribuição Gratuita

## JORNADA PAROQUIAL DA JUVENTUDE

23 DE OUTUBRO

PÁGINAS CENTRAIS



Festas de Janas, Linhó e Sta Eufémia



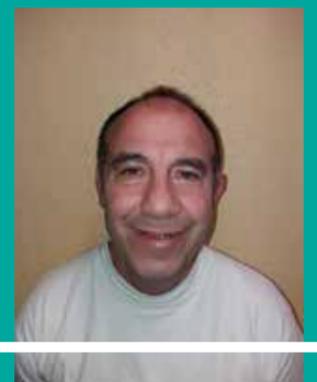
Página 3

Admissão Ordens Sacras  
Bernardo Marques Pinto



Página 4

Em memória do  
Armandinho



Página 6

## CARTA AOS DIOCESANOS DE LISBOA

PÁGINAS CENTRAIS



Vicentinos - Seminário  
"Escutar para Agir"



Página 14

Histórias de Vida:  
Mary Anne Stilwell d'Avillez



Página 10



## Editorial

José Pedro Salema

## A Esperança!



Vem aí um novo Ano Pastoral. Este tempo de Pandemia serviu para nos colocar um novo desafio e olharmos com mais clareza os sinais de Deus nas nossas vidas, e, tal como nos lembra o nosso Cardeal Patriarca, na sua Carta aos Diocesanos - "se começarmos todos por escutar a Deus, sairá algo de evangelizador e criativo, como inúmeras passagens bíblicas nos repetem". E o que Deus espera de nós é que, da mesma maneira que quando tocamos em algo, deixamos as nossas impressões digitais, quando tocamos as vidas das pessoas, deixamos a nossa identidade.

A vida é boa quando eu estou feliz. Mas a vida é muito melhor quando os outros estão felizes por minha causa!

Para nos ajudar, nos fortalecer, nos encorajar nos momentos difíceis, Deus enche os nossos corações de verdadeira esperança, com o Espírito Santo que não nos abandona.

A verdade é que o homem não pode viver sem esperança. A esperança é a chamada do Criador, princípio e fim da nossa vida, a que nenhuma criatura humana pode fugir; é a voz do Redentor "que deseja ardentemente a salvação de todos os homens".

Santo Agostinho soube exprimir, com aquele tom persuasivo de conhecimento adquirido, com aqueles acentos comovidos de experiência sofrida, esta nostalgia profunda do coração humano. Escritor de intuições elevadas e de profundos estados de alma, soube definir num grito do seu espírito magnânimo toda a condição do homem, viajante nesta terra - "Fizeste-nos, Senhor, para ti, e o nosso coração estará inquieto enquanto não descansar em Ti".

"Senhor, que inundados da Esperança que nos conduz ao abandono permanente em Ti, nos sintamos confortados e com vontade de começar um verdadeiro Ano Pastoral"

Amén! ■



## Os Nossos Padres

Pe. Armindo Reis

## Os desafios do novo Ano Pastoral

Estamos a iniciar um novo ano pastoral, um ano em que pomos muita esperança, depois de ano e meio de pandemia que deixaram marcas também nas comunidades cristãs. Ainda com muitas limitações e cuidados, mas vamos tentar retomar alguma normalidade na atividade pastoral.

Este ano 2021/2022 será já o 9º sob a orientação do Pe. Armindo e do Pe. Jorge, e será marcado pela constituição de um novo Conselho Pastoral e Secretariado Permanente que serão eleitos por três anos. Cabe ao Conselho Pastoral ajudar a discernir caminhos e a fazer a programação pastoral e depois ao seu Secretariado Permanente ajudar na execução do programa.

Da parte do Papa Francisco vêm indicações que nos devem focar na importância da sinodalidade na Igreja, e por parte do nosso Bispo Manuel Clemente o foco na pastoral juvenil, como preparação para a Jornada Mundial que se aproxima.

A sinodalidade, palavra que significa "caminhar juntos", é da própria natureza da



Igreja, que foi iniciada por Jesus a partir de um grupo de 12 apóstolos. Jesus não deixou um "sucessor" deixou doze com o propósito de esses escolherem muitos mais. Quer a Igreja Universal, quer a Diocesana ou Paroquial precisam de fazer esse aprofundamento sinodal, de modo que a Igreja não seja governada a partir de cúpulas distantes da realidade, mas no caminhar conjunto com as comunidades cristãs.

Ao nível paroquial, a valorização do Conselho Pastoral, do Conselho Económico, das coordenações pastorais das várias comunidades, das direções dos vários movimentos, grupos e serviços, serão formas de concretizar essa sinodalidade.

E isso interessa aos jovens, que desejam uma Igreja mais

aberta, mais próxima e mais santa. A vinda do Papa a Portugal em 2023 para realizar mais uma Jornada Mundial da Juventude será uma grande oportunidade para os jovens portugueses se reencontrem com Jesus na Igreja.

Para isso, há que ir ao encontro dos jovens das famílias católicas, ouvi-los e dar-lhes lugar nas nossas comunidades. Estamos com comunidades muito envelhecidas, que têm tudo a ganhar em apostar nos jovens.

São grandes estes desafios, mas se todos nos empenharmos neles, com a ajuda do Espírito Santo, serão alcançados. Que a Virgem Maria nos acompanhe também neste caminho com a sua intercessão.



## A melhor parte

Diác. Vasco d'Avillez

## O Ministro Extraordinário da Comunhão, MEC, nas nossas Paróquias

Muitos dos leitores vão estar a perguntar: O que é um Ministro Extraordinário da Comunhão?

Desde que se celebra a Eucaristia, a Missa, que foi instituída por Jesus na Quinta Feira Santa, pouco antes da sua prisão, na véspera da Sua Morte, que há a oportunidade de recebermos a comunhão e assim estamos em Comunhão com Jesus. Desde logo se percebe que devíamos sempre comungar quando vamos à Missa, mas como sabemos que temos de estar preparados para receber Jesus, não vamos comungar se temos dúvidas de estar ou não, em Estado de Graça.

Para se voltar ao Estado de Graça temos a Confissão que outra coisa não é que o

Sacramento da Reconciliação e que, se for bem feita e sentida, nos transporta de novo para aquele estado, pois que nos reconcilia com Jesus.

Mas se devemos tentar comungar em todas as vezes que vamos à Missa, pelo menos aos Domingos, e em todos os Domingos, então que acontece aos que, por uma razão ou outra, como sejam a doença, hospitalização, idade vetusta ou outras, não podem ir à Igreja participar na Missa e comungar? Pois a Igreja tem os MEC ou sejam os Ministros Extraordinários da Comunhão que, em nome do Pároco, vão levar a Comunhão aos doentes, ou aos que não podem vir à Igreja, como sejam os mais velhos que estão em Lares, pessoas que já não podem

sair de suas casas, e outros. Nessas idas é como se fizéssemos um passeio com Nosso Senhor e o levássemos a visitar este ou aquela que tanto precisam d'Ele.

Quando visitamos os doentes, em geral cria-se um ambiente de grande solidariedade e todos nos ficamos muito agradecidos pelo gesto. Na verdade, é o MEC quem deveria agradecer pela oportunidade que se criou de levar Jesus a um irmão que sofre.

Os MEC são também muito úteis nas Missas, sobretudo quando há muitas pessoas a comungar e a fazê-lo em vários locais dentro da Igreja. O dever de cada um de nós é o de ser respeitador da ocasião e não andar a «fugir» de uma fila para ir para a fila

onde está o Sr. Padre a dar a Comunhão ou de estarmos a pedir para receber a Comunhão na boca quando sabemos muito bem que o nosso Bispo decretou que, por ora, se dá a Comunhão sempre na mão, desinfetada para proteger outros da transmissão de doença. Ao dar a comunhão na boca é muito difícil para o Padre ou para o MEC não tocar na boca de quem recebe a hóstia o que facilmente leva à transmissão de infeção. Devemos ter cuidado em ajudar o MEC na sua missão e não aparecer, num dia mais frio, a receber a comunhão de luvas postas nas mãos... Temos que comungar sempre na presença do MEC ou do Sr. Padre e não podemos sair do local com a hóstia na mão e ir para



o nosso lugar para comungar aí «mais à vontade». Não se pode fazer! No caminho para a Comunhão, enquanto vigora o uso de máscaras, temos de a retirar e só então desinfetar as mãos, para depois receber a hóstia e a levar à boca com a mão limpa. A seguir, voltamos a colocar a máscara.

Este ano vamos ter, se Deus quiser, quatro novos MEC para ajudarem nas nossas paróquias. Tratem-nos bem, a eles e aos que já cá estão, que eles prestam um serviço de grande utilidade à comunidade.

Se tiverem dúvidas peçam a ajuda dos MEC e desde já muito obrigado por seguirem estes conselhos.



## ECOS DA FESTA DE SÃO MAMEDE EM JANAS

Pe Armindo Reis

No dia 17 de Agosto cumpriu-se a tradição de realizar a Festa de São Mamede em Janas, com a celebração da Eucaristia, muito participada, seguida da bênção dos animais, que embora limitada na afluência, devido à pandemia, já teve alguma expressão.

Das romagens fez também parte o acender de velas e



oferta de ex-votos em cera, que são atos típicos dos santuários.

Houve muita procura das tradicionais fitas de São Mamede, que as pessoas levam para pôr nos seus animais, e os bolos parrameiros, também tradição desta festa.

Pelo segundo ano consecutivo não foi possível realizar a feira em volta da igreja, havendo apenas venda de leitão assado para as pessoas que tradicionalmente fazem neste

dia um piquenique no pinhal. A Equipa de Coordenação Pastoral de Janas está de parabéns pela organização e fica aqui expresso o agradecimento pelo muito trabalho que sempre têm com a festa.

Deus queira que no próximo ano já possamos realizar a festa sem as limitações impostas pelas regras sanitárias de controlo da pandemia. ■



## Festa dos padroeiros da comunidade do Linhó

Pe Jorge Doutor

No dia 22 de agosto a comunidade do Linhó celebrou a festa dos seus padroeiros – São Sebastião (mártir do século III) e Nossa Senhora da Conceição (padroeira de Portugal).

Devido à pandemia, não foi possível realizar a tradicional procissão pelas ruas da localidade, mas fez-se um pequeno cortejo com os andores, no espaço à frente da igreja das Doroteias.

A igreja estava cheia, salvaguardando as devidas distâncias sanitárias entre as pessoas.

Esperemos que em 2022 já seja possível comemorar os padroeiros com todos os festejos tradicionais! ■



## Papa convida jovens

Ecclesia

O Papa convidou os jovens de todo o mundo a uma “peregrinação espiritual” na preparação para a Jornada Mundial da Juventude (JMJ) de 2023, em Lisboa, depois da experiência de pandemia, nos últimos meses. “Gostaria de tomar-vos pela mão, mais uma vez, para continuarmos juntos na peregrinação espiritual que nos conduz rumo à Jornada Mundial da Juventude de Lisboa em 2023”, escreve Francisco, na sua mensagem para a JMJ 2021, que se vai celebrar a nível local, na solenidade litúrgica de Cristo Rei (21 de novembro).

A mensagem, divulgada, a 27 de setembro pelo Vaticano, deixa votos de que os jovens católicos vivam as várias etapas que levam à edição internacional da JMJ 2023, na capital portuguesa, como “verdadeiros peregrinos e não como ‘turistas da fé’”. “Ajudar-nos-emos uns aos outros a levantar-nos juntos e, neste difícil momento histórico, tornar-nos-emos profetas de tempos novos, cheios de esperança”, aponta.

Francisco deixa desafios às novas gerações, para que sejam capazes de testemunhar a “comunhão da Igreja”, o amor e o respeito nas relações humanas, a esperança e a fé em Jesus Cristo. O Papa aponta ainda como prioridades a “justiça social”, a defesa dos não têm voz na sociedade e a “a ecologia integral”.

O texto evoca o impacto da pandemia na vida dos mais novos, com a morte de muitos familiares e o isolamento social. “Em muitos casos, surgiram problemas familiares,

bem como desemprego, depressão, solidão e vícios; para não falar do stress acumulado, das tensões e explosões de raiva, do aumento da violência”, assinala o pontífice.

Francisco sublinha que os últimos meses realçaram, por outro lado, a “predisposição à solidariedade” dos jovens, chamados a escrever “uma página nova na história da humanidade”. A mensagem da JMJ 2021 tem como tema ‘Levanta-te! Constituo-te testemunha do que viste’, uma passagem do livro dos Atos dos Apóstolos em que Jesus se dirige ao Apóstolo Paulo (cf. At 26, 16). “Não basta ter ouvido outros a falarem de Cristo; é necessário falar com Ele pessoalmente. No fundo, rezar é isto. É falar diretamente com Jesus, embora porventura tenhamos o coração ainda em desordem, a cabeça cheia de dúvidas ou mesmo de desprezo por Cristo e pelos cristãos”, realça o Papa.

Francisco alerta ainda para a necessidade de rejeitar a violência e a destruição, considerando que os meios digitais se podem tornar um “novo campo de batalha”, com a divulgação de “notícias falsas”. A mensagem destaca que “não se pode conhecer Jesus, se não se conhece a Igreja”, sublinhando a importância da dimensão eclesial da fé.

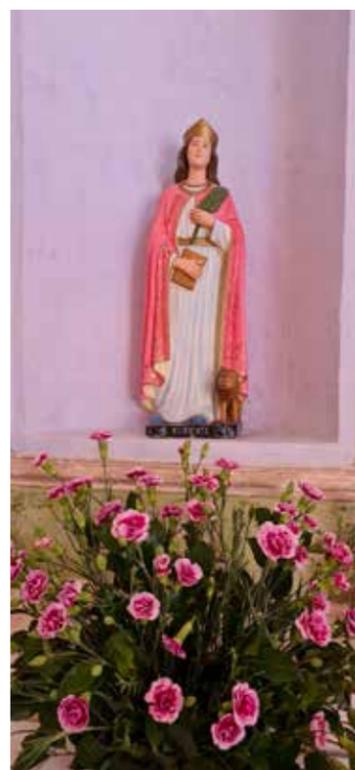
“Renovo a todos vós, jovens do mundo inteiro, o convite a tomar parte nesta peregrinação espiritual que nos levará à celebração da Jornada Mundial da Juventude em Lisboa no ano de 2023”, conclui o Papa. ■



## Festa de Santa Eufémia

Pe Armindo Reis

Santa Eufémia é celebrada na liturgia a 16 de Setembro, mas ultimamente temos celebrado no domingo mais próximo a festa que a evoca neste santuário da Serra de Sintra. Assim foi no passado dia 19 de Setembro, com Eu-



caristia às 15.30h e uma razoável afluência de pessoas que encheram a igreja, com os devidos espaçamentos sanitários. O Santuário situado num dos pontos altos da Serra, muito perto do Palácio da Pena, tem magníficas vistas sobre terra e mar, e é um local muito aprazível para passear ou fazer piquenique. A igreja está aberta aos domingos das 15h às 16h. As casas dos romeiros estão a uso do Agrupamento de Escuteiros Católicos de Sintra (CNE-1134).

Aqui fica o nosso agradecimento à Comissão de Santa Eufémia que cuida deste lugar com muito zelo, para que todos possamos desfrutar dele. ■



## ABC da Liturgia

Continuamos, neste espaço, a procurar conhecer melhor várias palavras relacionadas com a Liturgia. Seguimos uma ordem alfabética. O texto é adaptado do livro “Vocabulário Básico do Cristão” de Álvaro Ginel (ed. Salesianas, Porto).

**Sexta-Feira** – Dia da semana que a tradição cristã bem cedo assinalou com conteúdo penitencial em memória da morte do Senhor na cruz. Sexta-Feira Santa: primeiro dia do tríduo pascal em que se comemora a morte do Senhor Jesus.

**Silêncio** – Forma de participação na celebração. O silêncio é, antes de mais, uma atitude interior da pessoa que favorece a escuta da Palavra, a meditação e a oração.

**Sinal da Cruz** – Gesto que consiste em fazer uma cruz sobre outra pessoa ou pessoalmente com a mão direita, da testa ao peito e do ombro esquerdo ao ombro direito, ou só na testa, nos lábios e no peito.

**Sinal e Símbolo** – O sinal é algo visível que nos leva a conhecer o que não vemos: umas pegadas levam-nos a conhecer a passagem de uma pessoa ou animal por um determinado sítio. O símbolo não somente notifica, mas contém e realiza em si a realidade evocada, significada. O pão é alimento e faz-nos pensar num alimento muito mais essencial de que necessitamos: alimentar-nos da Palavra de Deus e de Deus mesmo.

**Sinaxe** – Termo grego, «assembleia». No Oriente emprega-se como sinónimo de Eucaristia, assembleia reunida para celebrar a eucaristia.

**Solenidade** – Nome que se dá à celebração para indicar o máximo grau de importân-

cia. As solenidades começam sempre com as primeiras vésperas no dia anterior. Seguem-se em ordem de importância a festa e a memória.

**Solidéu** – Pequeno pano em forma de disco, que cobre o cimo da cabeça; usam-no os bispos (cor de laranja), os cardeais (cor vermelha) e o Papa (cor branca).

**Sotaina** – Veste talar ou batina (que chega aos talões ou calcanhares), parecida com uma túnica, que se usa na celebração e fora dela.

**Sufrágio** – Orações que a Igreja oferece pelos vivos e pelos defuntos.

**Te Deum** – Primeiras palavras latinas do hino de ação

de graças que se recita no Ofício de leituras da Liturgia das Horas; passaram a dar o nome ao hino. O seu significado é «Nós Vos louvamos, ó Deus».

**Templo** – Edifício dedicado ao culto.

**Têmporas** – Também chamadas Dias de Rogações que a Igreja dedica para orar de maneira especial pela humanidade e para dar graças.

**Tiara** – Mitra de três coroas do papa usada até Paulo VI, para distinguir-se da mitra dos bispos.

**Toalha** – Pedaco de tecido que cobre o altar.

**Transfiguração** – Festa litúrgica que comemora o relato

## ABC da Liturgia

evangélico da mudança de aspeto de Jesus em presença dos seus discípulos mais íntimos (Mc. 9, 2).

**Tríduo pascal** – Tempo compreendido entre a celebração da missa vespertina de Quinta-Feira Santa e as segundas vésperas do Domingo da Ressurreição, em que a Igreja faz memória da morte e ressurreição do Senhor.

**Triságio** – Hino em louvor da Santíssima Trindade, que repete três vezes a palavra «santo».

**Turiferário** – pessoa que leva o turíbulo ou incensário, com incenso.

## O BERNARDO FOI ADMITIDO ÀS ORDENS SACRAS

No passado dia 21 de Setembro, o nosso Bispo D. Manuel Clemente presidiu à Eucaristia no Seminário dos Olivais, com a admissão de 10 jovens seminaristas às Ordens Sacras, entre os quais o nosso Bernardo Marques Pinto.

Este rito, realizado habitualmente no 3º ano de Teologia, tem por objetivo que os seminaristas manifestem publicamente a sua vontade de se candidatarem a receber o Sacramento da Ordem e que o Bispo os aceite como tal.

Antes deste ritual o percurso no seminário é entendido como um tempo de discernimento da vocação, que continuará a ser feito até à ordenação, mas a partir desta admissão, considerado oficialmente como candidato.

É assim um motivo de alegria para a nossa Unidade Pastoral de Sintra e mais um motivo para rezarmos por ele e pelos seus colegas. Aqueles que completarem este percurso formativo deverão ser ordenados diáconos daqui a pouco mais de 3 anos e presbíteros no ano seguinte.

Com a falta de sacerdotes que temos na nossa diocese de Lisboa, é um grande motivo de esperança termos este bom grupo de seminaristas em formação. O Seminário dos Olivais, que vai completar 90 anos de existência no próximo dia 24 de Outubro, tem este ano uma comunidade de 67 seminaristas e 8 padres.

Além do nosso Patriarcado, com 43 alunos, este ano têm lá seminaristas as dioceses de Aveiro, Cochim, Funchal, Leiria-Fátima, Mindelo, Portalegre-Castelo Branco, Santarém, São Tomé e Príncipe, Trivandrum.

A etapa discipular, centrada no discernimento e fundamentação vocacional e no trabalho das dimensões humana, espiritual, comunitária e eclesial da identidade cristã, a par dos estudos filosóficos, é constituída por 24 seminaristas, dos quais 16 são do Patriarcado de Lisboa:

- 8 no 1º ano (5 do Patriarcado)
- 16 no 2º ano (11 do Patriarcado)

A etapa configuradora, centrada no discernimento e configuração pastoral e no trabalho das dimensões espiritual, de serviço, colegial e eclesial do ministério pastoral, a par dos estudos teológicos, é constituída por 43 seminaristas, dos quais 27 são do Patriarcado de Lisboa:

- 14 do 3º ano (11 do Patriarcado)
- 11 do 4º ano (6 do Patriarcado)
- 8 do 5º ano (5 do Patriarcado)
- 10 do 6º ano (5 do Patriarcado)



**M A F E P**  
segurança contra incêndios

O SEU NEGÓCIO PROTEGIDO E CUMPRINDO A LEGISLAÇÃO

- # Sinalização de Emergência
- # Extinção Automática
- # Detecção de Incêndio
- # Extintores

[www.mafep.pt](http://www.mafep.pt)





## Consultório Médico

Miguel Forjaz, Médico

### Aneurisma Cerebral

**A**bordado no último artigo irei hoje debruçar-me um pouco sobre o aneurisma cerebral, (AC) dada a sua importância clínica.

Como sabemos, um aneurisma corresponde a uma zona de fraqueza da parede de um vaso sanguíneo, geralmente uma artéria e, raramente, uma veia, que tende a dilatar-se, ficando, naturalmente, preenchido com sangue. A maior parte dos aneurismas localizam-se na aorta abdominal, mas, podem localizar-se em qualquer artéria, até numa periférica, como a poplítea das pernas. Nos AC a localização mais comum (85%) é nas artérias da base do cérebro, numa área conhecida por Polígono de Willis, na porção anterior, envolvendo as carótidas internas e as comunicantes e os seus ramos. Estas dilatações podem exercer pressão sobre nervos ou outras estruturas cerebrais próximas. Geral-

mente, formam-se na zona de bifurcação das artérias por ser uma zona de maior fragilidade estrutural. Os AC podem ser congénitos ou formados posteriormente e a hipertensão arterial, o tabagismo entre outras situações mais raras pode ser um factor predisponente. O uso dos anti-concepcionais não está demonstrado como causa destas hemorragias secundárias a aneurismas, sendo ainda um tema polémico.

Quando os AC são de dimensões mínimas ou reduzidas raramente sangram ou dão sintomas. Estima-se que 5% da população seja portadora de aneurisma com uma taxa de rotura de 2%. A incidência de ruptura de aneurismas é de cerca de 10 em cada 100 mil pessoas por ano.

Os aneurismas cerebrais, podem ocorrer em qualquer idade, mas são mais comuns nos adultos, no grupo etário dos 30 aos

60 anos e no sexo feminino, ao contrário dos da aorta abdominal, mais comuns nos homens e em pessoas acima dos 65 anos. A ruptura de um aneurisma é uma situação muito grave, do foro da neuro-cirurgia, a que se chama também acidente vascular cerebral hemorrágico, ou AVC com derrame, na linguagem popular.

#### Sintomas

Os sintomas ocorrem quando o aneurisma aumenta de dimensão ou rebenta provocando hemorragia intracraniana, e dependem, obviamente, do grau de hemorragia e da sua localização no cérebro. A dor pode ser de início súbito e violenta de intensidade, quando há rompimento, portanto hemorragia, e pode ser acompanhada por visão dupla, ou outras alterações da visão, náuseas ou vômitos, paralisia de um dos lados da face, entre outros sintomas. Podem ocorrer também dores

de cabeça ligeira dias antes da ruptura do aneurisma.

#### Diagnóstico

A maioria dos AC não dá sintomas e são detectados casualmente, após realização de um exame requisitado por qualquer outra razão. A angiografia cerebral, técnica iniciada por Egas Moniz, ainda é usada, pois permite uma visualização correcta e precisa do aneurisma, assim como a TAC e a RM cerebrais, complementados com a administração de um produto de contraste.

#### Tratamento

Nos aneurismas de pequena dimensão e assintomáticos a vigilância é a atitude a tomar, devendo ser realizados exames periódicos para esse efeito.

A cirurgia consiste num processo de interrupção do fluxo sanguíneo do aneurisma mediante a colocação de um clip metálico, de titânio e cobalto, acompanhado ou

não de uma ligação entre as artérias, tipo by-pass.

A embolização é uma técnica alternativa à cirurgia na qual é inserido um cateter através da artéria femoral, dirigida por angiografia, permitindo a colocação de um material de platina em forma de espiral bloqueando a circulação e desencadeando a coagulação. Podem surgir complicações, dado o risco operatório, como a hemorragia grave e a hidrocefalia.

#### Prognóstico

A ruptura de um aneurisma cerebral é uma situação muito grave. Metade destes doentes morrem antes de chegar ao hospital, antes de ser prestado qualquer socorro. Dos restantes 50% destes doentes, metade destes morrem, principalmente os que chegam em coma. Sobram, apenas os restantes, os doentes conscientes, tratados e sem complicações, recuperam bem. ■



## Recordar o passado, projectar o futuro

Pedro Lopes, Chefe de Agrupamento

**E**stamos a iniciar um novo ano, cheios de esperança na expectativa de que o mesmo possa ser um ano de realização dos nossos sonhos.

No passado dia 18 de setembro retomámos as nossas atividades, sob o tema "Recordar o Passado, projetar o Futuro", com a construção de um mural, onde os escuteiros foram convidados a partilhar as suas recordações de boas atividades e a revelar os seus desejos de atividades para o próximo ano. Tema este de âmbito nacional, dado que iremos brevemente dar início às celebrações dos 100 anos do CNE, que vão culminar no ano de 2023.

Foi bonito ver que os escuteiros têm boas expectativas para este ano, principalmente após um tempo longo em que algumas atividades não se puderam realizar.

Assim, um dos desejos maiores é a possibilidade de

realizar acampamentos, a atividade mais típica dos escuteiros e aquela em que podemos por em Ação todas as aprendizagens, pondo as áreas do sistema de progresso em relevo.

Este é um ano onde iremos dar início às celebrações dos 100 anos do CNE, que vão culminar no ano de 2023.

Depois veio um dos pontos altos do dia com a atribuição de insígnias atingidas no passado ano, com a entrega de anilhas de mérito a 4 lobitos e a 3 exploradores (para além da entrega de 1 anilha de mérito de lobito de ano anterior). Foi também divulgado a conclusão de especialidades de 2 pioneiros (1 de e 1 de pedreiro).

Destaca-se aqui a vontade dos escuteiros crescerem, aprendendo sempre mais e sendo cada vez melhor.

Foi também entregue o prémio do concurso inter-patrolhas da expedição do ano passado, uma vez que, pela interrupção

repentina das atividades em junho não foi possível em tempo oportuno.

No final, outro ponto alto da tarde - as passagens de secção - onde os mais velhos de cada secção realizam um cerimonial de passagem para a secção seguinte, de forma a darem continuidade ao seu crescimento, agora com um novo grupo, novos companheiros e novos desafios.

Foi neste momento que foram apresentados os novos escuteiros do agrupamento. Neste início de ano, aceitaram o desafio de iniciarem a sua reparação para serem escuteiros, 8 pata-tenras (aspirantes a lobito) e 1 aspirante a pioneiro.

Toda esta celebração foi realizada com muita animação, jogos, canções e danças, próprias do mundo escutista, recordando o muito que o movimento nos deu, e assim poderemos o desígnio de ser FELIZ. ■



### Serviço de Transporte em Táxi

Serviço de Táxi na zona rural do Concelho de Sintra

Deslocações para:

Consultas\* Exames\* Tratamentos\*

Viagens de lazer e negócios\*

Transfer do e para o aeroporto\*

Serviço na hora e por marcação

Email: [taxisintrarural@gmail.com](mailto:taxisintrarural@gmail.com)

Tlm: 965 234 393

Siga-nos no Facebook: <https://www.facebook.com/taxisintra.rural>



## Armandinho completou 50 anos

(No fecho do Jornal, quando ia ser enviado para a gráfica, dia 1 de Outubro, tivemos conhecimento do falecimento do Armandinho)

O Armando Silva, um adulto com coração de criança, muito conhecido em Sintra por andar pelas ruas e passar pelos estabelecimentos comerciais a pedir uma moeda ou a cumprimentar as pessoas, completou no passado dia 14 de Setembro 50 anos de vida, infelizmente marcados nos últimos anos por doença grave que o impediu de andar e levou a sucessivos internamentos no Hospital Amadora-Sintra, no IPO e ultimamente em unidades de cuidados continuados.

O Armandinho, como muitos lhe chamam, foi acolhido há quatro anos pela nossa Unidade Pastoral numa pequena casa onde passou a ter o mínimo de condições para pernoitar e fazer a sua higiene. Já antes ele era apoiado

do pelo Miguel Salvado e pela Anabela Santos, que também durante este período de doença têm sido incansáveis nos cuidados que lhe prestam.

Também a Conferência de São Vicente de Paulo de São Pedro de Penaferrim o apoiou com limpeza da casa, lavagem de roupa e acompanha-

mento a consultas e tratamentos.

O Armando continua a perguntar pelos comerciantes que costumava visitar e a mandar cumprimentos para todos. Bem hajam todos os que o apoiaram com comida ou simplesmente com gestos de carinho. ■



## Crónica: Familiarmente Falando

ACISJF | Maria Adriana Lima (Julho 2011)

A Direção da Junta Nacional da ACISJF tem o gosto de partilhar estas palavras da autoria de uma antiga dirigente, que consideramos muito atuais:

### Ensinar e Avisar

Encontrei estas duas palavras numa carta de S. Tiago. Este apóstolo era primo de Jesus, e apresenta-se como «servo de Deus e do Senhor Jesus Cristo». Dirige a sua carta «às doze tribos da Dispersão», que representam a totalidade do novo povo, a quem deseja saúde. Este novo povo eram os primeiros cristãos.

Este texto, como outros deste santo, vem lembrar-nos que a nossa fé nem sempre é profunda, nem capaz de convencer os descrentes ou os descuidados.

Ao ler esta carta, lembrei-me de que a nossa fé, vivida em união com Deus, poderá fazer milagres, convertendo-nos e, então, ajudar-nos-á a testemunhar a paz a tantos dos nossos irmãos, com quem convivemos dia-a-dia.

Se a nossa fé for robusta e profunda, sentiremos um desejo, uma necessidade de partilhar e de tornar felizes os que se encontrarem com o Senhor Jesus, que é o Caminho, a Verdade e a Vida. Infelizmente, à nossa volta, a fé é cada vez mais frouxa; há um esquecimento, um desinteresse, um corte dos valores cristãos.

Recordo um documento do Santo Padre – «A Palavra de Deus na Vida e na Missão da Igreja» – em que chama a nossa atenção para a palavra dos profetas - «lâmpada que brilha em lugar escuro, até que desponte o dia». Referindo-se a uma Encíclica sobre a Bíblia, o Papa disse que “ela é o livro mais difundido e traduzido em todo o mundo, mas, lamentavelmente, o menos conhecido”.

O Santo Padre recorda, ainda, a necessidade de “leitura da Sagrada Escritura, destacando o valor que essa leitura tem, pois é como um encontro que temos com o Senhor, simultaneamente, **uma conversa e uma oração.**”

Muitas outras ajudas nos dá o Papa Bento XVI, se estivermos atentos à Palavra de Deus, “se pudermos ler a Bíblia em lugar tranquilo, que nos ajude a manter o espírito voltado para Deus, como se ela tivesse sido escrita para cada um de nós, aprofundando os seus ensinamentos e procurando vivê-los no nosso dia-a-dia”.

A nossa fé tem de ser alimentada, fortalecida, tal como o nosso corpo. Dizem os entendidos, que é necessário alimentá-la com a Eucaristia, com a Palavra de Deus, mas esta Palavra deve entrar em nós como alimento: lida, ouvida, estudada; depois, deve ser mastigada no silêncio da oração; a seguir, deve ser saboreada – dar-nos o gosto do encontro com Deus, e, por fim, ser contemplada no Amor misericordioso com que Deus nos delicia. ■



### É ESSENCIAL PARTILHAR

### DÊ SANGUE E REGISTE-SE COMO DADOR DE MEDULA ÓSSEA

Apelamos à participação de todos  
Há doentes que precisam de si!!!

Dia – 31 outubro de 2021, DOMINGO

Das - 09H00 – 13H00 Local – Igreja de São Miguel



### ROTARY CLUB DE SINTRA

- Ter idade igual ou superior a 18 anos
- Ter pelo menos 50 kg
- Tomar o pequeno almoço
- Apresentar documento de identificação
- Ingerir líquidos não alcoólicos antes e depois da Dádiva
- Ser saudável
- Evitar esforços físicos antes e depois da dádiva

O seu gesto faz a diferença  
UM GRANDE BEM HAJA



### Gota a Gota-Grupo de Ação Social

Artigos doados em agosto e setembro 2021.

|                          |     |                         |      |
|--------------------------|-----|-------------------------|------|
| Fraldas Nº2              | 10  | Cogumelos               | 4    |
| Fraldas Nº4              | 18  | Massa                   | 64   |
| Fraldas Nº5              | 18  | Esparguete              | 63   |
| Fraldas Nº6              | 30  | Arroz                   | 65   |
| Fraldas adultos 5        | 5   | Grão e Feijão           | 140  |
| Toalhitas                | 57  | Azeite                  | 38   |
| Oleo Johnson             | 2   | Óleo                    | 56   |
| Shampoo + Gel            | 14  | Sal                     | 1    |
| Shampoo                  | 12  | Leite c/choc. (200ml)   | 24   |
| Dentífrico               | 64  | Leite UHT Meio Gordo 1L | 1112 |
| Desodorizante            | 28  | Açúcar                  | 60   |
| Papel Higiénico          | 27  | Nescafé descafeinado    | 22   |
| Bolacha Maria/Torrada    | 39  | Chocolate em pó         | 2    |
| Aptamil/Nan-Nº 1         | 4   | Chá                     | 1    |
| Aptamil/Nan-Nº 3         | 4   | Café solúvel            | 3    |
| Aptamil/Nan-Nº 4         | 10  | Chocapic                | 6    |
| Aptamil/Nan-Nº 5         | 4   | Mascars Gliss           | 12   |
| Fruta Pack 4 boiões      | 13  | Leite magro 1L          | 24   |
| Farinha Láctea (Cerelec) | 41  | Leite S/Lactose 1L      | 36   |
| Flocos Cereais / Mel     | 114 | Congelados              | 290  |
| Cereais/Corn Flakes      | 75  | Corn Flakes recheados   | 8    |
| Atum                     | 163 | Bolacha Variadas        | 320  |
| Salsichas                | 175 | Tomate                  | 4    |

**Total de artigos doados: 3282**  
**Banco Alimentar: 1328,3Kg**  
Este mês recebemos o subsídio PAFI da Camara Municipal de Sintra

FABRICA DAS VERDADEIRAS QUEIJADAS DA **SAPA** QUEIJADAS DA SINTRA

Cont. N.º 508 172 187

DOÇARIA REGIONAL composta de açúcar, queijo, farinha de trigo, ovo e canela.

Wita do Ducho, 12  
Tel. 21 9230493  
**SINTRA**  
PORTUGAL



## COZINHA TRADICIONAL PORTUGUESA

Restaurante - Cervejaria - Churrasqueira

R. João de Deus, 62 (traseiras da estação da C. P.)  
2710 SINTRA  
Telf.: 21 923 42 78

## Ensinamentos da Igreja

P. Jorge Doutor

Num tempo em que muita gente não se revê na Igreja Católica porque não a conhece ou não sabe bem o que ela é, ou deveria ser, será oportuno reler a Constituição Dogmática *Lumen Gentium* (1964), um dos documentos centrais do Concílio Vaticano II, cuja publicação concluímos:

### CAPÍTULO VIII

#### A BEM-AVENTURADA VIRGEM MARIA MÃE DE DEUS NO MISTÉRIO DE CRISTO E DA IGREJA

#### IV. O CULTO DA BEM-AVENTURADA VIRGEM NA IGREJA

##### *O influxo salutar de Maria e Natureza e fundamento do culto*

66. Exaltada por graça do Senhor e colocada, logo a seguir a seu Filho, acima de todos os anjos e homens, Maria que, como mãe santíssima de Deus, tomou parte nos mistérios de Cristo, é com razão venerada pela Igreja com cul-

to especial. E, na verdade, a Santíssima Virgem é, desde os tempos mais antigos, honrada com o título de «Mãe de Deus», e sob a sua proteção se acolhem os fiéis, em todos os perigos e necessidades (191). Foi sobretudo a partir do Concílio do Éfeso que o culto do Povo de Deus para com Maria cresceu admiravelmente, na veneração e no amor, na invocação e na imitação, segundo as suas proféticas palavras: «Todas as gerações me proclamaram bem-aventurada, porque realizou em mim grandes coisas Aquele que é poderoso» (Luc.1,48). Este culto, tal como sempre existiu na Igreja, embora inteiramente singular, difere essencialmente do culto de adoração, que se presta por igual ao Verbo encarnado, ao Pai e ao Espírito Santo, e favorece-o poderosamente. Na verdade, as várias formas de piedade para com a Mãe de Deus, aprovadas pela Igreja, dentro dos limites de sã e recta doutrina, segundo os diversos tempos e lugares e de

acordo com a índole e modo de ser dos fiéis, têm a virtude de fazer com que, honrando a mãe, melhor se conheça, ame e glorifique o Filho, por quem tudo existe (cfr. Col. 1, 15-16) e no qual «aprouve a Deus que residisse toda a plenitude» (Col. 1,19), e também melhor se cumpram os seus mandamentos.

##### *Espírito da pregação e do culto*

67. Muito de caso pensado ensina o sagrado Concílio esta doutrina católica, e ao mesmo tempo recomenda a todas os filhos da Igreja que fomentem generosamente o culto da Santíssima Virgem, sobretudo o culto litúrgico, que tenham em grande estima as práticas e exercícios de piedade para com Ela, aprovados no decorrer dos séculos pelo magistério, e que mantenham fielmente tudo aquilo que no passado foi decretado acerca do culto das imagens de Cristo, da Virgem e dos santos (192). [...]

##### V. MARIA, SINAL DE SEGU-

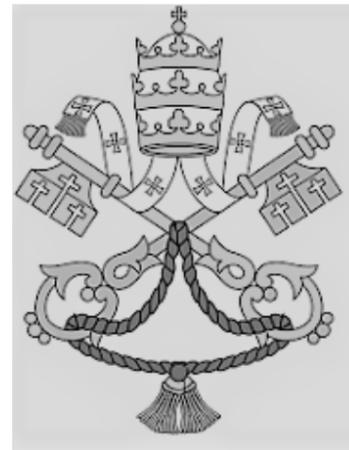
#### RA ESPERANÇA E DE CONSOLAÇÃO PARA O POVO DE DEUS PEREGRINANTE

##### *Sinal de Esperança e de consolação*

68. Entretanto, a Mãe de Jesus, assim como, glorificada já em corpo e alma, é imagem e início da Igreja que se há-de consumir no século futuro, assim também, na terra, brilha como sinal de esperança segura e de consolação, para o Povo de Deus ainda peregrinante, até que chegue o dia do Senhor (cfr. 2 Ped. 3,10).

##### *Medianeira para a unidade da Igreja*

69. E é uma grande alegria e consolação para este sagrado Concílio o facto de não faltar entre os irmãos separados quem preste à Mãe do Senhor e Salvador o devido culto; sobretudo entre os Orientais, que acorrem com fervor e devoção a render culto à sempre Virgem Mãe de Deus (194). Dirijam todos os fiéis instantes súplicas à Mãe de Deus e mãe dos homens, para que



Ela, que assistiu com suas orações aos começos da Igreja, também agora, exaltada sobre todos os anjos e bem-aventurados, interceda, junto de seu Filho, na comunhão de todos os santos, até que todos os povos, tanto os que ostentam o nome cristão, como os que ainda ignoram o Salvador, se reúnam felizmente, em paz e harmonia, no único Povo de Deus, para glória da santíssima e indivisa Trindade.

## Orientações da Conferência Episcopal Portuguesa

### Liberdade responsável no Culto e nas atividades pastorais

1. Bendito seja Deus, Pai de misericórdia, que nos permite retomar gradualmente, de forma responsável, a normalidade da vida pessoal e comunitária, vivendo, convivendo, celebrando, sendo Igreja: assembleia convocada, reunida na presença do seu Senhor e por Ele enviada ao mundo como fermento de comunhão e fraternidade.

Nesta hora de ação de graças a Deus, queremos também exprimir o nosso reconhecimento a quantos deram um contributo significativo neste duro combate pela saúde, que ainda não terminou. Diante do Deus da Vida, em atitude de oração, fazemos memória dos inúmeros irmãos e irmãs que mais sofreram com esta pandemia e suas consequências, sobretudo daqueles que faleceram e suas famílias.

2. Mantendo-se o apelo a um comportamento responsável, o país assiste ao termo ou mitigação de muitas das me-

didias de proteção à saúde pública que comportavam restrições aos direitos e liberdade dos cidadãos, nomeadamente na vida social, económica e cultural.

É tempo, também, de rever algumas das orientações dadas por nós, em diálogo com as autoridades de saúde, e que comportavam algumas exceções à liberdade religiosa e ao direito concordatário vigentes.

3. Em relação às nossas assembleias litúrgicas, que são o coração pulsante da vida de fé, geradoras da comunhão eclesial e dinamizadoras do serviço e da missão, tendo em conta a evolução contextual, é tempo de ir retomando uma maior participação dos fiéis, abrاندando de forma ponderada os distanciamentos e os limites impostos à lotação das nossas igrejas. Entretanto, as outras medidas de proteção – higienização das mãos e uso da máscara – devem manter-se.

Para facilitar a percepção auditiva, os sacerdotes e demais ministros poderão retirar a máscara para a proclamação da Palavra, desde que haja uma distância suficiente das pessoas colocadas diante deles.

A recolha da coleta poderá realizar-se no momento do ofertório, observando-se as devidas normas de segurança e de saúde.

A saudação da paz, que é facultativa, continua suspensa. No momento da Comunhão sacramental, em que os comungantes têm de retirar a máscara, o ministro deve utilizá-la. O diálogo com cada fiel «Corpo de Cristo. Amen» – de significado transcendente para a fé católica – deverá ser retomado. A Comunhão deve continuar a ser ministrada apenas na mão dos fiéis.

4. No tocante à celebração dos demais Sacramentos, Sacramentais e Exéquias cristãs, deverão retomar-se as

prescrições dos livros litúrgicos.

No Sacramento da Penitência, procure assegurar-se suficiente distância entre o confessor e o penitente, devendo ambos usar máscara, mas sem comprometer quer o diálogo sacramental quer o seu sigilo.

Com os devidos cuidados, faça-se a visita aos doentes e distribua-se a Comunhão.

Nas unções, evite-se o contacto corporal direto, recorrendo ao uso de compressas de algodão que, em seguida, se recolhem e posteriormente serão incineradas.

Antes e depois dos ritos que comportem algum contacto físico com pessoas ou objetos, os ministros devem proceder à higienização das mãos.

Nos velórios, a prática da aspersione supõe a mesma cautela. Se não for possível garantir esse procedimento, é preferível retirar a caldeirinha e usá-la apenas no Rito da

Encomendação.

As pias de água benta junto às entradas da igreja continuarão vazias.

5. As atividades pastorais nos espaços eclesiais (paróquias, centros pastorais, casas de retiro, etc.) como catequese e outras ações formativas, reuniões, ajuntamentos, iniciativas culturais e de restauração, entre outras, bem como peregrinações, procissões, festas, romarias, concentrações religiosas, acampamentos e outras atividades similares, seguirão as regras previstas pelas autoridades competentes para situações educativas, sociais e culturais semelhantes.

6. Estas novas orientações, que revogam as de 8 de maio de 2020 e seguintes, entram em vigor no dia 1 de outubro de 2021.

Lisboa, Sede da CEP, 30 de setembro de 2021

# Carta aos diocesanos de Lisboa, no início do ano pastoral 2021-2022

Caríssimos irmãos e irmãs do Patriarcado de Lisboa

1. É com muita proximidade e estima que vos saúdo no início do novo ano pastoral de 2021-22. Com os irmãos Bispos que comigo servem a Diocese, desejo que vos traga muitas oportunidades de crescimento na fé e na caridade de Cristo, em convivência fraterna e corresponsabilidade missionária. E especialmente agora, quando participamos responsabilmente no esforço da sociedade em geral para debelar a pandemia e garantir um bom futuro, que só o será se for realmente para todos.

O Documento final da caminhada sinodal de Lisboa (2014-2021), a que podeis aceder facilmente no “site” do Patriarcado, enumera no seu número 20 algumas “opções pastorais prioritárias” que devemos ter muito em conta. Proponho mesmo que nas reuniões que fizermos nesta altura com os colaboradores pastorais mais diretos, das paróquias e vigararias aos movimentos e grupos, se releia este número do Documento, no sentido de concretizar tais opções, conforme cada local ou setor. Na verdade, resume muito do que se pensou e ensaiou ao longo da caminhada sinodal, enriquecida com a colaboração e a oração de milhares de diocesanos – no próximo número da Vida Católica podereis ler quanto se refere à fase de receção do nosso Sinodo.



2. A primeira alínea das referidas opções pastorais indica precisamente «dar continuidade ao processo de receção da Constituição Sinodal de Lisboa, promovendo dinâmicas sinodais...».

É também o melhor modo de correspondermos ao que o Papa Francisco nos pede em ordem ao próximo Sinodo dos Bispos, que versará a sinodalidade na Igreja. Não encontraríamos melhor modo de contribuir para tal objetivo do que partilharmos as conclusões do que fizemos e projetámos durante os últimos sete anos. E assim faremos certamente.

As opções pastorais prioritárias selecionadas pelo nosso caminho sinodal sublinham, com a “promoção de dinâmicas sinodais”, a “pastoral juvenil e universitária”, a “resposta aos desafios que enfrentam as IPSS”, a “pertinência da constituição de unidades pastorais”, e “proporcionar verdadeiras experiências de anúncio do Evangelho no contexto da preparação e vivência da JMJ 2023”. A promoção de dinâmicas sinodais é transversal a todas as opções.

Não poderia ser doutro modo, pois é assim que Deus vive e atua - do Pai, pelo Filho, no Espírito Santo. Foi também assim que Jesus atuou, chamando e enviando discípulos, cuja unidade garantiu a autenticidade cristã do que foram e fizeram, como agora acontecerá connosco. Educar para conviver e agir “sinodalmente” é parte essencial da iniciação cristã e da vida eclesial no seu todo.

Conselhos pastorais e económicos, paróquia a paróquia e a nível diocesano, que realmente se estabeleçam e corretamente funcionem; encontros vicariais de ministros ordenados e de ministérios e serviços laicais: tudo isto é prioritário, como o nosso Sinodo realçou e muito importa cumprir.

Por vezes, a urgência das respostas a dar e dos objetivos a atingir pode apressar em termos individuais o que devíamos realizar ouvindo e caminhando com os outros. Mas isso será trazer para o âmbito eclesial o que é da vida corrente, mais do que da vida cristã propriamente dita. Bem pelo contrário, o incremento da sinodalidade em todos os âmbitos da vida da Igreja, comunidade a comunidade e das vigararias à diocese, é indispensável para nos evangelizarmos na ação.

Alguém lembrou já que “o mais importante de qualquer reunião é a própria reunião”, se for momento verdadeiramente eclesial, de reconhecimento mútuo e escuta atenta de cada um. Daí mesmo, e começando todos por escutar a Deus, sairá algo de evangelizador e criativo, como inúmeras passagens bíblicas nos repetem.

3. A pastoral juvenil e universitária é a segunda alínea das “opções prioritárias” que o nosso Sinodo indicou, propondo a criação de espaços de referência para o desenvolvimento espiritual e o acompanhamento vocacional e mútuo. Tudo o que respeita a este setor da pastoral tem especial acuidade no horizonte cada vez mais próximo da Jornada Mundial da Juventude, que é muito mais do que um evento a acontecer: é um processo em curso e criador de bom futuro.

Como já partilhei, a principal motivação que me levou a propor ao Papa Francisco a realização da JMJ em Lisboa proveio das realidades juvenis católicas, com várias interligações eclesiais (movimentos, dioceses, paróquias, institutos religiosos e seculares), que me sugeriram fazê-lo. Quem reparar no que vem acontecendo com Missões País, Núcleos de Estudantes Católicos, Campos de Férias e iniciativas de voluntariado juvenil, apercebe-se do grande potencial evangelizador que contêm. Ligam-se também a movimentos juvenis e universitários em cujos centros e espaços de referência se atingem os objetivos de formação cristã, acompanhamento espiritual e discernimento vocacional, com fruto comprovado. Contamos particularmente com o Escutismo Católico (CNE), que em 2023 completará o seu centenário em Portugal.

Tudo isto se pode e deve incrementar, rumo à JMJ, como já vai acontecendo nos encontros do dia 23 de cada mês e com iniciativas missionárias que motivam a participação. Irão também aumentando os pedidos de colaboração à medida do tempo que se acelera. Momento alto será certamente a próxima Solenidade de Cristo Rei (21 de novembro) – Dia Diocesano da Juventude. Aliás, a última alínea das opções pastorais prioritárias que o nosso Sinodo deixou refere-se precisamente a experiências de anúncio do Evangelho no contexto da preparação e vivência da JMJ 2023. Com os jovens e para nos rejuvenescer evangelicamente a todos.

4. É também sinodalmente, que poderemos responder aos “desafios que enfrentam as IPSS”, quer as que “são da Igreja” quer aquelas em que também “está a Igreja”, porque nelas estão cristãos.

Além do setor público e do privado, o setor social em que se inserem as IPSS respondeu prontamente a muitas necessidades que a pandemia trouxe ou agravou. Dou graças a Deus por tanto bem que se fez através delas. Mas isto mesmo nos leva a redobrar esforços para as defender e fortalecer, como para evidenciar diante das entidades públicas e da população em geral que a existência e o bom funcionamento das IPSS são essenciais para desenvolver sentimentos e práticas que nos constituam como “sociedade” propriamente dita.

Criámos na diocese a Federação Solitude, para melhor atingirmos tal objetivo e verifico com gratidão e agrado que vai prosseguindo o seu bom caminho, aliás não exclusivo no vasto campo da entretajuda institucional. Importa muito que as comunidades, paroquiais e outras, sintam que as instituições sociocaritativas também são “suas” e lhes requerem a devida colaboração. Não está em causa a autonomia institucional que justamente têm, mas não se esquece a motivação comum que a todos nos liga. Centros Sociais Paroquiais e Cáritas (diocesana e paroquiais), Conferências Vicentinas e Misericórdias, Lares e muitas outras iniciativas solidárias: a tudo devemos interesse e apoio.

5. Outra opção pastoral indicada pelo Sinodo diocesano refere-se à pertinência da constituição de unidades pastorais, integrando as diversas realidades eclesiais, com maior interligação de entidades e clareza de gestão.

Por “unidade pastoral” não se entende meramente o facto de várias comunidades e instituições poderem estar confiadas a um ou mais ministros ordenados. Pretende-se, isso sim, que as paróquias e realidades eclesiais presentes em determinado espaço territorial ou sociocultural colaborem realmente na definição e prossecução de objetivos pastorais comuns. Colaboração que envolve certamente a padres e diáconos, mas não menos os fiéis leigos e os consagrados ali presentes e atuantes, tanto no que respeita à Palavra de Deus e à Catequese, como na Liturgia e na ação sociocaritativa.

Alguma coisa se fez já nesse sentido – Missões Vicariais e Semanas Vicariais da Caridade, por exemplo, bem como muitos encontros de formação para fiéis de várias paróquias ou para a preparação de batismos e matrimónios – e por aqui havemos de prosseguir. Tanto mais quanto a urbanização generalizada faz com que a vida em geral também aconteça cada vez mais assim, originando vários contactos e pertenças, muito para além da residência territorial. Para já e sobretudo, atendamos ao que nos está mais próximo, paróquia a paróquia e setor a setor.

Caríssimos diocesanos, desejo-vos as maiores felicidades pessoais, familiares e comunitárias neste novo ano pastoral. Deus vos abençoe e Nossa Senhora vos inspire - Ela que não demorou na primeira evangelização do mundo, levando em si mesma a Cristo, que todos aguardavam!

# Jornada Paroquial da Juventude



Se és católico e moras na freguesia de Sintra, participa!

- Para jovens dos 14 aos 30 anos
- Dia 23 / outubro / 2021, no salão da igreja de S. Miguel em Sintra
- Começa às 10h00 e termina com Eucaristia às 19h00

Vem conviver com outros jovens cristãos e passar um dia agradável, com testemunhos de vida, atividades, oração e experiências de Jornadas Mundiais da Juventude!



Inscrição até 19 / outubro em <http://www.paroquias-sintra.pt/jpj2021>

Como todos sabem em 2023 vamos ter a Jornada Mundial da Juventude em Lisboa, com o Papa e milhões de jovens católicos de todo o mundo. Estas jornadas costumavam realizar-se de 3 em 3 anos, tendo sido a última no Panamá.

Nas dioceses também se celebra a Jornada Diocesana da Juventude, neste caso anualmente (e também em Roma com carácter mundial). Costumava ser no Domingo de Ramos, mas a partir deste ano foi alterada para o dia de Cristo Rei, que será a 21 de Novembro.

Como preparação para a Jornada Mundial, a organização de Lisboa decidiu que todos os dias 23 de cada mês até à Jornada tenham algo dedicado aos jovens, e que no mês de Outubro seja realizado por cada Paróquia.

Foi assim que o COP (Comité Organizador Paroquial de Sintra, que irá coordenar a preparação da JMJ) decidiu fazer, no dia 23 de Outubro, uma JORNADA PAROQUIAL DA JUVENTUDE. É algo de novo, que nunca fizemos.

Será um dia de convívio, formação e oração destinado a jovens dos 14 aos 30 anos, com temas interessantes para jovens católicos. Esta disparidade de idades será colmatada pela separação em grupos etários, dado que os interesses são diferentes consoante as idades. Podem ser jovens ligados às paróquias, a movimentos católicos, colégios, ou a nada, desde que se assumam como católicos.

Podem fazer a inscrição no site da Unidade Pastoral de Sintra.

 CINTRAMÉDICA

## TESTE COVID-19

ANÁLISE PCR e  
TESTE RÁPIDO DE ANTIGÉNIO

*Acabe com as dúvidas*

Aceda a [cintramedica.pt](http://cintramedica.pt) e marque já o seu teste de forma simples e rápida.





## HISTÓRIA DE VIDA: Mary Anne Stilwell d'Avillez

Entrevista: P. Armindo Reis; Redação: Adérito Martins

Mary Anne é filha de pais ingleses, mas a avó paterna era filha de pai português, de apelido Pinto Basto. O pai conheceu a mãe porque estudava no mesmo colégio dos irmãos da mãe, e era um grande amigo do mais velho, que morreu no colégio aos 17 anos, cerca de 1936. Apanhou sarampo que se complicou com uma pneumonia, o que era fatal naqueles dias anteriores aos antibióticos e às vacinas. Por essa altura o pai, que devido aos exames para a Universidade de Oxford não podia vir de férias a Portugal, foi convidado a passar a Páscoa com a família da mãe, por ser um grande amigo do irmão dela que tinha falecido. A mãe da Mary Anne teria 14 anos, mas o namoro só começou mais tarde. Casaram em 1945 quando o pai tinha 28 anos e a mãe 23, e vieram para Portugal onde estava a família do pai. Tiveram 8 filhos (4 raparigas e 4 rapazes). Os 4 mais velhos estudaram em inglês, mas os mais novos já estudaram em português, uma vez que os pais perceberam que iriam continuar a vida em Portugal, mas todos fizeram o 1º ciclo em português. Mary Anne é a mais velha. O irmão a seguir a ela, que desde pequeno dizia querer ser padre e entrou para o seminário por volta dos 18 anos, é o Padre Peter Stilwell, até há pouco, reitor da Universidade de Macau.

Mary Anne estudou num colégio inglês em Cascais, e ao fazer 14 anos foi para um colégio interno em Inglaterra, onde estudou até aos 17 anos. Depois quis estudar enfermagem e foi fazer uma entrevista a um hospital inglês onde a tia mais velha tinha feito o curso

– esta tia, veio a estar envolvida na criação do hospital do Alcoitão juntamente com o Dr. Santana. Nessa entrevista, o hospital recomendou a Mary Anne que saísse do colégio e tivesse um contacto mais intenso com o mundo, uma vez que era muito nova e precisava de ganhar experiências que o colégio não lhe dava. Depois desse tempo de experiência, fez então o curso de enfermagem e voltou para Portugal, onde teve de fazer 6 meses de estágio em pediatria no Hospital de Santa Maria para obter equivalência. Mais tarde foi trabalhar para o hospital da CUF.

Mary Anne conheceu o marido, Vasco Torre do Vale d'Avillez, num jantar de aniversário de um amigo da irmã. Embora não tivesse planeado ir a esse jantar, porque tinha de entrar cedo no hospital no dia seguinte, acabou por ir, porque o Vasco, que tinha acabado de conhecer, lhe prometeu que a trazia para casa a horas. E assim foi. O namoro começou mais tarde e, ao fim de 10 meses casaram. Na altura, 1972, Mary Anne tinha 26 anos e o Vasco, com 24, estava ainda a estudar. Foram viver para Azeitão, onde o Vasco trabalhava, na José Maria da Fonseca Internacional Vinhos e a Mary Anne foi trabalhar em Saúde Pública no Centro de Saúde de Setúbal. O filho Pedro nasceu em maio 1973. A 22 de abril de 1974 o Vasco foi chamado para a tropa, mas o serviço militar terminou oito dias depois, devido à Revolução. Quando nasceu a Mariana, Mary Anne ficou responsável pelo Posto de Saúde materno-infantil em Azeitão, inaugurado nessa altura.

Entretanto, em 1977 o Vasco

foi desafiado por uns canadianos, do setor do vinho, a emigrar. Os primeiros meses foram difíceis. Instalados num pequeno apartamento nos subúrbios de Toronto, não conheciam ninguém para além do patrão do Vasco, mas seis meses mais tarde já tinham amigos de várias nacionalidades. Foi lá que Mary Anne tirou o curso de Planeamento Familiar Natural que continua a exercer.

O Filipe nasceu em 1980. Em 1983, quando já estavam bastante integrados no Canadá, o Vasco foi convidado a voltar para Portugal, como representante de uma empresa americana sócia da José Maria da Fonseca.

No regresso a Portugal, Mary Anne foi trabalhar para o Colégio Americano, que na altura estava em Carnaxide. O horário era ótimo porque lhe permitia ir pôr e buscar os filhos ao colégio deles, o St Dominic's School. Nessa altura, a convite da professora de biologia dos filhos, começou a falar aos alunos desse colégio sobre a sexualidade humana para complementar o tema curricular do aparelho reprodutor humano. A formação inicial nessa área foi obtida no Canadá, onde colaborava com a Natural Family Planning Association e fazia traduções de material, sobre essa temática, para a comunidade portuguesa. Foi também no Canadá que, como casal, começaram a envolver-se com a preparação de noivos para o Matrimónio, onde falavam de um tema delicado, em especial para os pais das noivas: a sexualidade e o planeamento dos filhos.

Entretanto o Vasco foi trabalhar para o Porto e a Mary Anne ficou

com os filhos em Lisboa, porque não era oportuno mudá-los de colégio. Também por isso, nessa altura, Mary Anne optou por deixar de trabalhar. Quando o filho Pedro conseguiu uma bolsa para ir estudar para Itália, ela foi para junto do marido, no Porto. Ao mesmo tempo, o pai adoeceu e todos os fins de semana vinham a Lisboa visitá-lo, ao longo de 2 anos. Então o Vasco volta a trabalhar para a José Maria da Fonseca e regressam a Lisboa. É nessa altura, por volta de 1996, que procuram uma casa maior para receber toda a família e se fixam no Linhó. Já tinham muita ligação a Sintra, pois a avó tinha como casa de férias a chamada "Casa Italiana", na vila, e desde pequenos passavam férias nesta zona.

Mary Anne faz então a formação de formadores em Educação Sexual e Planeamento Familiar no Movimento de Defesa da Vida (MDV), onde acaba por ficar a trabalhar. Fizeram ações de formação de professores e alunos em muitas escolas, até nos Açores. O MDV desenvolveu também um projeto de intervenção em famílias que corriam risco de lhes serem retirados os filhos. Consiste no acompanhamento da família, a pedido da Segurança Social, 24 horas por dia, durante algumas semanas para ajudar e avaliar os progressos da mesma. Mary Anne fez depois, a convite do Padre Armindo, uma formação em aconselhamento familiar, num projeto chamado "Famílias com Vida". Foi pena que na altura em que começou a implementar o projeto em Sintra, veio a pandemia, mas continua disponível para ajudar famílias que estejam a passar por problemas.

A Mary Anne e o Vasco colaboram também no CPM do CUPAV (jesuítas) e no CPM da Unidade Pastoral de Sintra. Ao longo dos vários ateliers verificaram que a desinformação é muita, num tema que a sociedade não quer discutir, iludindo os jovens quanto aos riscos de uma vida sexual ativa e quanto à segurança dos métodos



contracetivos. A maioria das noivas desconhecem totalmente a fisiologia do ciclo feminino, o que dificulta muito uma escolha bem informada sobre o planeamento da família e por vezes provoca grande ansiedade.

Mary Anne também colabora nas "Conversas sobre Deus" no Linhó, que recomeçará em outubro. É também ministra extraordinária da Comunhão e formadora na preparação dos Batismos, com o marido.

Hoje em dia dedica muito tempo aos netos, que já são 14, indo buscá-los à escola, dando-lhes o almoço e ficando com eles em casa nas tardes em que não têm aulas. Durante o tempo de aulas tem sempre a casa cheia.

No meio disto tudo, Mary Anne tem um marido que foi ordenado diácono em 2017. O desafio foi lançado pelo Padre António Ramos. O tempo de formação foi exigente pois ocupou-o quase todos os sábados durante cinco anos, num tempo em que ele trabalhava toda a semana. O serviço de diaconado é muito importante e tem de ser bem estruturado para poder obter os resultados desejados. Os filhos também ficaram felizes com a escolha do pai, pois todos são católicos praticantes.

Mary Anne tem tido uma vida muito preenchida, dedicando-se ao serviço dos outros, na família, no trabalho e na Igreja. Que o seu exemplo motive outros paroquianos a porem também os seus dons a render, ao serviço do Reino de Deus. ■

## CELEBRAÇÕES DOS 25 ANOS DE ORDENAÇÃO DO PE. JORGE

Paróquia de S. José do Algueirão - Mem Martins - Mercês  
Sempre Mais Alto

No passado dia 19 de Julho, na eucaristia das 11h30 celebrámos os 25 anos de ordenação sacerdotal do Pe. Jorge Doutor. O Pe. Jorge fez parte do Sempre Mais Alto e foi a primeira vocação sacerdotal nascida na nossa comunidade. Pedimos a Deus que continue a abençoar o Pe. Jorge e a despertar novas vocações no seio do nosso grupo.



**CASA**  
Restaurante Petiscaria Bar

Rua António Correia de Sá n.º2  
Várzea de Sintra  
2710-164 Sintra

(Fecha à 3.ª feira)

Tel: 219 243 490



## Para os mais pequenos

Boneca



### Que desastrada!...

Aninhas fez um cachecol para ela.. Um cachecol todo em malha. Em casa foi um acontecimento! O Zé e o João afiançavam que ela não seria capaz de levar o trabalho ao fim; mas diante do resultado, tiveram de se inclinar. E o cachecol acabou-se e ficou lindo! Tinha desenhos azuis e vermelhos e era um cachecol verdadeiramente desportivo e elegante. Aninhas fizera-o apenas para o levar ao liceu. E, naquela manhã ao pô-lo com precaução, sentiu-se comovida e afagou-o longamente. Aquele cachecol era a sua primeira obra a sério!

—Não lhe mexas tanto – disse-lhe o Zé trocista—. Ao meio-dia já o terás perdido.

E o João acrescentou:

- Ao meio-dia não sei... mas à tarde de certeza!

Aninhas, habituada às brincadeiras constantes dos irmãos, nem os ouviu e, como de costume, saiu para o Liceu.

Na aula foi felicidíssima. Até os professores a elogiaram.

Alegre e com o pescoço bem quente, Aninhas regressou a casa.

Mas que pequenita engraçada lhe surgiu no caminho!

Era uma rapariguita que lhe pedia esmola. 'Tinha um casaco remendado, uns sapatos rotos, umas mãos vermelhas de frio e uma grande tosse, prova de uma enorme constipação.

Na cara, uns lindos olhos a brilhar e um sorriso constante.

- Quem sabe se não será de febre que os olhos assim brilham! Meteu a mão no bolso a procurar uma moeda, mas não encontrou nada.

Então sem hesitar, Aninhas tirou o seu cachecol novo e ela própria o enrolou à volta do pescoço da pequenita, que a olhava admirada.

O frio era grande; mas Aninhas nem o sentiu. A boa ação que praticara, aquecia-a mais do que o seu cachecol.

Em casa, encontrou o acolhimento esperado.

- Então esse cachecol? — grita o Zé mal a viu.

E ao verem-na sem ele, João acrescentou rápido:

- Não me digas que tens medo de o gastar.

Mas Aninhas podia fazê-los calar e preparava-se para lhes contar o que acontecera. No entanto havia qualquer coisa dentro dela que não a deixava falar. Alguém lhe tinha dito que uma boa ação perdia todo o seu valor se, por orgulho, a contávamos a toda a gente! E Aninhas calou-se. Dirigiu-se, em silêncio, para a sua secretária e começou a preparar os trabalhos para o dia seguinte.

Os irmãos perseguiram-na e até o cão parecia interessado no que se passava.

- Perdeste-o. Eu bem dizia! Desastrada!

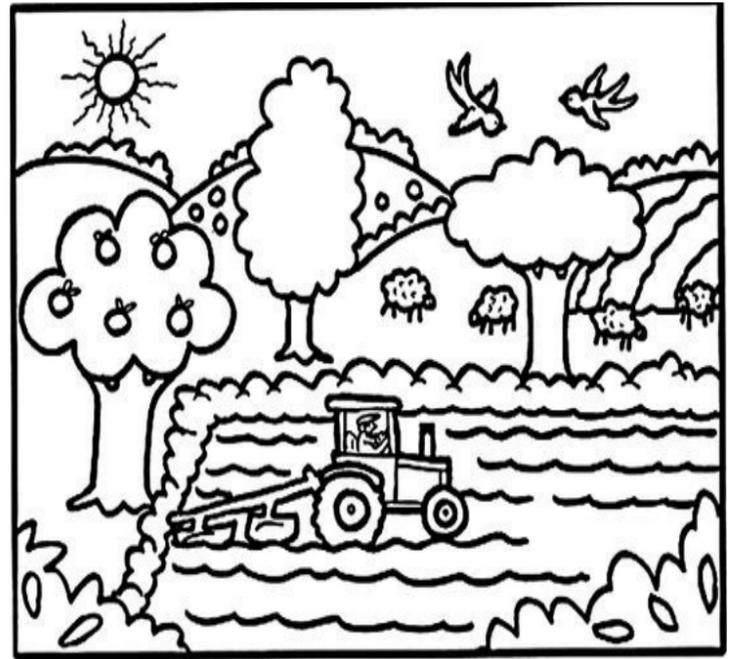
E o João desatou a rir.

Noutra altura a Aninhas ter-se-ia zangado.

Mas naquela altura sentia-se fortalecida com o seu segredo e mostrou uma paciência sem limites!

É esta a força dos que praticam boas ações sem ser por orgulho.

## Imagem para colorir



## Sopa de Letras - NOMES

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| A | L | I | C | E | W | F | I | L | Y | T | S | A | B | V |
| X | R | D | O | L | A | C | A | J | O | L | W | J | I | A |
| A | C | P | W | H | U | R | I | C | A | R | D | O | A | N |
| L | G | H | A | M | B | I | N | A | Q | W | R | P | N | K |
| A | Q | U | Z | U | D | E | A | L | I | D | M | A | C | Z |
| R | X | G | F | R | L | K | U | R | F | O | V | U | A | X |
| T | N | W | D | K | J | O | G | S | E | G | L | X | N | Y |
| Z | U | L | Q | G | F | R | H | B | R | U | D | G | Q | I |
| P | D | N | B | A | L | A | R | A | I | H | S | L | K | L |
| A | I | U | V | R | E | K | S | R | C | K | Z | B | F | A |
| U | A | B | H | I | U | O | D | F | Y | P | A | U | E | Q |
| Z | N | V | D | M | L | G | Z | D | F | A | D | N | A | V |
| X | A | M | G | L | D | N | M | G | U | M | X | J | M | L |
| N | J | W | Q | U | C | A | B | F | I | L | I | P | E | U |
| R | I | C | Y | Z | X | V | G | U | H | W | C | I | R | Z |

Alice, Blanca, Diana, Filipe, Hugo, Lara,  
Paulo, Ricardo, Vanda, Zulmira.

## Sudoku - puzzle

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 4 |   |   |   |   |   | 9 |   |   |
|   |   | 2 |   | 9 |   |   | 3 |   |
| 3 |   | 9 |   | 7 |   | 4 |   |   |
|   | 9 |   | 4 |   | 7 |   |   | 5 |
| 2 |   | 3 |   |   |   | 6 |   | 1 |
| 5 |   |   | 6 |   | 2 |   | 9 |   |
|   |   | 5 |   | 8 |   | 1 |   | 3 |
|   | 7 |   |   | 2 |   | 8 |   |   |
|   |   | 6 |   |   |   |   |   | 9 |

## Descobre as 7 Diferenças



## A alegria no serviço

Teresa Santiago

Quando o Anjo anunciou a Nossa Senhora que ela seria a Mãe de Jesus, Maria disse ao Anjo: "Faça-se em mim segundo a Tua Palavra". Maria é a serva do Senhor que aceita o projeto de Deus - aceita-o e leva-o por diante. Ensina-nos muito a Nossa Mãe, Maria Santíssima. Na Sagrada Escritura, encontramos a Visitação a Isabel... Podemos perceber como ela está sempre pronta, disposta a servir com alegria e prontidão, a todos. "Foi às pressas"... Maria recebeu o Espírito Santo, está cheia do fogo do amor. Sem se importar com todo o incômodo que poderia ter, dedica-se a assistir a sua prima com todo o carinho. Isto nos faz recordar o gesto do Bom Samaritano que atende ao homem caído até que se recupere totalmente.

Também nos recorda o Pastor que se preocupa com zelo amoroso por todas as suas ovelhas. A palavra serviço marca o itinerário de São José e da sua vocação. Segundo o Evangelho, ele viveu em tudo para os outros, nunca para si mesmo. O serviço é expressão concreta de si mesmo, não foi para São José apenas um alto ideal, mas tornou-se regra da sua vida. Esta fidelidade é o segredo da alegria. Aprendemos com Maria e José a servir sempre com alegria. O Senhor Jesus alegra-se com a fé dos humildes. Ele, a exemplo de Maria de Nazaré, guardava todas as coisas de Deus em seu coração (Lc. 1,19). Ele, a exemplo de Maria de Betânia, tinha

escolhido a melhor parte (Lc. 10,42). José desde o começo fez aquilo que os apóstolos só começaram a fazer, de fato, em Pentecostes.

O silêncio de Maria e José aponta-nos para o grande porteiro da vida interior, sem o qual é absolutamente impossível ter intimidade interior, sem o qual é absolutamente impossível ter intimidade com Deus. O serviço evangelizador de José e Maria complementa-se com o serviço de carpinteiro de José e com o serviço doméstico de Maria.

Quantas vezes procuramos a felicidade em coisas grandes e nos esquecemos que a felicidade está em enxergar as coisas simples da vida! Maria e José ensinam-nos a fazer todo o pequeno trabalho de boa vontade, tendo a certeza que isso constitui a Vontade de Deus.

Ensina-nos Senhor, a descobrir a Vossa Imagem em todos os seres humanos e a servir-Vos em cada um deles.

Como José, São Domingos de Sávio escolheu a melhor parte. São Domingos era de saúde frágil. Um dia pediu a Dom Bosco: "ajude-me depressa a ser santo". Dom Bosco deu-lhe um segredo formado por três letras: A de Alegria, E de estudo e O de oração - "Domingos, sê alegre porque és muito amado por



Deus, e a Sua alegria é ver-te feliz. Cumpre com o teu dever de estudar. E, em terceiro lugar, reza todos os dias." Foi com esta receita que fez a Vontade de Deus e se tornou santo.

É fundamental ser pobre em espírito, ou seja, necessitado de Deus. Aquele que está cheio de si mesmo não dá espaço a Deus. Mas aquele que permanece humilde permite que o Senhor realize grandes coisas.

Só é feliz em pleno, quem é livre. E só é livre quem é inteiramente de Deus, quem busca uma vida de santidade. Ser de Maria ou de José é uma maneira de ser inteiramente de Deus. Maria e José são tesouros dos tesouros celestes e os dispenseiros de todas as graças.

### Intenção do Papa

Outubro 2021



#### PELA EVANGELIZAÇÃO

#### Discípulos Missionários

Rezemos para que cada batizado seja envolvido na evangelização e disponível para a missão, através de um testemunho de vida que tenha o sabor do Evangelho.



Farmácia Marrazes

Propriedade e Direcção Técnica de

FARMÁCIA Marrazes Dra. Célia Maria Simões Casinhas

Horas Seg - Sex: 8:45 - 20:00  
Sáb: 9:00 - 13:00

Largo Afonso de Albuquerque, n.º 24 - Estefânia  
2710 - 519 SINTRA

Telefone: 21 923 00 58

## Calendário Litúrgico - Outubro 2021 - Ano B

|            | Dia 3                                                                    | Dia 10                                                                         | Dia 17                                                                                | Dia 24                                                                    | <b>TEMPO COMUM</b><br><br>propõe um caminho espiritual, uma vivência da graça própria de cada aspecto do Mistério de Cristo, presente nas diversas festas e nos diversos tempos litúrgicos." |
|------------|--------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|            | Domingo XXVII T. Comum                                                   | Domingo XXVIII T. Comum                                                        | Domingo XXIX T. Comum                                                                 | Domingo XXX T. Comum                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Leitura I  | Gen 2, 18-24                                                             | Sab 7, 7-11                                                                    | Is 53, 10-11                                                                          | Jer 31, 7-9                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|            | «E os dois serão uma só carne»                                           | «Considerarei a riqueza como nada, em comparação com a sabedoria»              | «Se oferecer a sua vida como sacrifício de expiação, terá uma descendência duradoira» | «Vou trazer de novo o cego e o coxo entre lágrimas e preces»              |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Salmo      | 127, 1-6                                                                 | 89, 12-17                                                                      | 32, 4-5.18-21                                                                         | 125, 1-6                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|            | "O Senhor nos abençoe em toda a nossa vida."                             | "Saciai-nos, Senhor, com a vossa bondade e exultaremos de alegria."            | "Desça sobre nós a vossa misericórdia, porque em Vós esperamos, Senhor."              | "Grandes maravilhas fez por nós o Senhor, por isso exultamos de alegria." |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Leitura II | Hebr 2, 9-11                                                             | Hebr 4, 12-13                                                                  | Hebr 4, 14-16                                                                         | Hebr 5, 1-6                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|            | «Aquele que santifica e os que são santificados procedem todos de um só» | «A palavra de Deus é capaz de discernir os pensamentos e intenções do coração» | «Vamos cheios de confiança ao trono da graça»                                         | «Tu es sacerdote para sempre, segundo a ordem de Melquisedec»             |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Evangelho  | Mc 10, 2-16                                                              | Mc 10, 17-30                                                                   | Mc 10, 35-45                                                                          | Mc 10, 46-52                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|            | «Não separe o homem o que Deus uniu»                                     | «Vende o que tens e segue-Me»                                                  | «O Filho do homem veio para dar a vida pela redenção de todos»                        | «Mestre, que eu veja»                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |

# Serviço Pastoral e Litúrgico de Outubro

## MISSA DOMINICAL

| SÁBADO (Vespertina) |                                    |
|---------------------|------------------------------------|
| 16H30               | Igreja de Galamares                |
| 16H30               | Igreja de Manique de Cima          |
| 18H00               | Igreja de S. Pedro                 |
| 18H30               | Linhó (Capela das Irmãs Doroteias) |
| 19H00               | Igreja de S. Miguel                |

## DOMINGO

|       |                                               |
|-------|-----------------------------------------------|
| 09H00 | Igreja de S. Mamede de Janas                  |
| 09H00 | Capela da Abrunheira                          |
| 10H00 | Igreja S. Martinho (rito bizantino/Ucraniano) |
| 10H15 | Igreja de Lourel                              |
| 10H15 | Capela da Várzea (Bairro das CHESMAS)         |
| 10H15 | Igreja de S. Pedro                            |
| 11H30 | Igreja de S. Miguel                           |
| 11H30 | Capela de Monte Santos (Ir. Clarissas)        |
| 11H45 | Linhó (Capela das Irmãs Doroteias)            |
| 12H00 | Ramalhão (Capela das Irmãs Dominicanas)       |
| 19H15 | Igreja de S. Martinho                         |

## MISSA FERIAL\*

|       | 2ª Feira         | 3ª Feira        | 4ª Feira                      | 5ª Feira         | 6ª Feira         | Sábado       |
|-------|------------------|-----------------|-------------------------------|------------------|------------------|--------------|
| 09H00 |                  |                 |                               |                  | <u>S. Miguel</u> |              |
| 11H30 | Monte Santos     | Monte Santos    | Monte Santos                  | Monte Santos     | Monte Santos     | Monte Santos |
| 12H00 |                  |                 |                               |                  |                  | Ramalhão     |
| 12H30 |                  |                 |                               | H. CUF Sintra    |                  |              |
| 18H00 | Ramalhão         | Ramalhão        | Ramalhão                      | Ramalhão         | Ramalhão         |              |
| 18H15 | Linhó            | Linhó           | Linhó                         | Linhó            | Linhó            |              |
| 19H00 | <u>S. Miguel</u> | <u>S. Pedro</u> | <u>S. Miguel</u>              | <u>S. Miguel</u> |                  |              |
| 19H30 |                  |                 | S. Martinho<br>(em Ucraniano) |                  |                  |              |

\* De 2ª a 6ª feira, em S. Pedro e S. Miguel há possibilidade de atendimento de confissão, antes ou após a Missa, consoante o horário.

### Dia 4 – Segunda-feira – S. Francisco de Assis

21.00h Reunião da Conf. S. Vicente Paulo

### Dia 5 – Terça-feira da semana XXVII

Encontro Nacional da Família Vicentina

### Dia 7 – Quinta-feira – N. Sra. do Rosário

16.00h Encontro de Oração – Ren. Carismático  
21.30h Reunião do COP – JMJ 2023

### Dia 8 – Sexta-feira da semana XXVII

21.15h Encontro do Grupo de Jovens da UPS

### Dia 9 – Sábado da semana XXVII

16.30h Missa em Galamares e em Manique Cima  
18.00h Missa em São Pedro  
19.00h Missa em S. Miguel

### Dia 10 – Domingo XXVIII do Tempo Comum

09.00h Missa em Janas e na Abrunheira  
10.15h Missa em São Pedro, Lourel e Várzea  
11.30h Missa em S. Miguel  
11.45h Missa no Linhó  
12.00h Missa no Ramalhão  
15.00h Assemb. Vic. de Catequistas: Rio Mouro  
19.15h Missa em S. Martinho

### Dia 11 – Segunda-feira – S. João XXIII

### Dia 12 – Terça-feira da semana XXVIII

21.00h Direção do Agr. 1134 do CNE

### Dia 13 – Quarta-feira da semana XXVIII

8º aniv. da entrada do Pe. Armindo e Pe. Jorge na Unidade Pastoral de Sintra

### Dia 14 – Quinta-feira – Sta. Teresa de Jesus

15.00h Celebração da Palavra no Asas TAP  
16.00h Adoração – Renovamento Carismático  
21.30 Reunião de coord. vicariais da Catequese

### Dia 15 – Sexta-feira – Sta. Teresa de Jesus

21.00h Conselho de pais do CNE, Salão de S. Miguel  
21.15h Encontro do Grupo de Jovens da UPS

### Dia 16 – Sábado da semana XXVIII

16.30h Missa em Galamares e em Manique Cima  
18.00h Missa em São Pedro  
19.00h Missa em S. Miguel  
21.30h Reunião de Pais e Padrinhos para Batismo

### Dia 17 – Domingo XXIX do Tempo Comum

09.00h Missa em Janas e na Abrunheira  
10.15h Missa em São Pedro, Lourel e Várzea  
11.30h Missa em S. Miguel  
11.45h Missa no Linhó  
12.00h Missa no Ramalhão  
19.15h Missa em S. Martinho

### Dia 18 – Segunda-feira – S. Lucas

16.30h Missa em S. Martinho: Peregrinos franceses

### Dia 19 – Terça-feira da semana XXIX

15.30h Reunião de capelães prisionais

### Dia 21 – Quinta-feira da semana XXIX

12.30h Missa na Capela CUF – Sintra  
16.00h Encontro de Oração - Renovamento Carismático  
18.00h Atendimento – Famílias com Vida, em S. Miguel

### Dia 22 – Sexta-feira – S. João Paulo II

21.15h Encontro do Grupo de Jovens da UPS

### Dia 23 – Sábado da semana XXIX

10.00h JORNADA PAROQUIAL DA JUVENTUDE  
16.30h Missa em Galamares e em Manique Cima  
18.00h Missa em São Pedro  
19.00h Missa em S. Miguel

### Dia 24 – Domingo XXX do Tempo Comum

09.00h Missa em Janas e na Abrunheira  
10.15h Missa em São Pedro, Lourel e Várzea  
11.30h Missa em S. Miguel  
11.45h Missa no Linhó  
12.00h Missa no Ramalhão  
16.00h Missa: 90º aniv. Seminário dos Olivais  
19.15h Missa em S. Martinho

### Dia 25 – Segunda-feira da semana XXX

Aniversário da Dedicção da Sé de Lisboa

### Dia 27 – Quarta-feira – B. Gonçalo de Lagos

### Dia 28 – Quinta-feira – S. Simão e S. Judas

12.30h Missa na Capela CUF – Sintra  
15.00h Missa no Lar Asas TAP  
19.00h Missa das Universidades em Lisboa

### Dia 29 – Sexta-feira da semana XXX

21.15h Encontro do Grupo de Jovens da UPS

### Dia 30 – Sábado da semana XXX

16.30h Missa em Galamares  
16.30h Celebração dominical em Manique Cima  
18.00h Missa em São Pedro  
19.00h Missa em S. Miguel

### Dia 31 – Domingo XXXI o Tempo Comum

Início da hora de Inverno – atrasar uma hora  
**Início da Semana dos SEMINÁRIOS**  
09.00h Missa em Janas e na Abrunheira  
10.15h Missa em São Pedro, Lourel e Várzea  
11.30h Missa em S. Miguel  
11.45h Missa no Linhó  
12.00h Missa no Ramalhão  
19.15h Missa em S. Martinho

## NOVEMBRO

### Dia 1 – Segunda-feira – Solen. de Todos os Santos

09.00h Missa em Janas e na Abrunheira  
10.15h Missa em São Pedro, Lourel e Várzea  
11.30h Missa em S. Miguel  
11.45h Missa no Linhó  
12.00h Missa no Ramalhão  
16.30h Missa em Galamares e Manique de Cima  
19.15h Missa em S. Martinho

### Dia 2 – Terça-feira – Comemoração Fiéis Defuntos

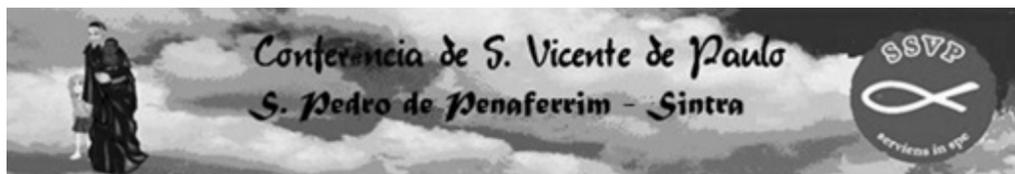
#### Ainda por confirmar:

09.30h Missa no Cemitério de S. Marçal  
11.00h Missa no Cemitério do Alto da Bonita  
15.00h Missa no Cemitério do Alto de Chão Frio  
Não há Missa em S. Pedro às 19h



## Notícias dos Vicentinos

Hermínia Dionísio



## Uma Caridade como amor efetivo aos Pobres

Um dos princípios que São Vicente de Paulo adotou na vida e nas Obras que fundou é que o trabalho com e para os Pobres deve ser direcionado para “o amor afetivo e o amor efetivo”. Privilegia-se o amor efetivo: “O amor de uma Filha da Caridade, dizia ele, não é somente ternura, é efetivo porque elas servem aos Pobres concretamente”.

Atualmente, temos consciência que o pecado afeta não somente os indivíduos, mas as estruturas sociais: o pecado individual e o pecado social. Pecado social encarna-se em leis injustas, relações económicas baseadas no poder, desigualdade, barreiras artificiais, governos opressores e outros tantos obstáculos que afetam a harmonia do relacionamento na sociedade. Uma ou várias dessas estruturas injustas tornam os Pobres mais Pobres.

A Parábola de Jesus sobre o bom samaritano dramatiza o princípio em que o amor de Deus é manifestado no amor ao próximo. Porém, reconhecemos hoje, mais e mais, que o amor efetivo não significa somente “tra-tar as feridas” da vítima, mas que o caminho de Jericó a Jerusalém deve ser seguro para todos que ali passam, como sistematizou Frederico Ozanam. Ter um amor efetivo significa ter o compromisso em mudar tais estruturas que matam os Pobres.

Um dos grandes objetivos pelo qual Frederico Ozanam

e os Companheiros dele fundaram a Sociedade de São Vicente de Paulo foi testemunhar que, para ser verdadeiras cristãs, as pessoas que seguem Jesus Cristo necessitam agir para ajudar os Pobres a saírem da pobreza e da miséria. Dizia com propriedade: “Que fazer para sermos

Paulo procura viver em “estado de caridade”, desenvolvendo uma efetiva, organizada e integral prática caritativa de serviço aos Pobres.

Uma maneira de operacionalizar essa prática caritativa de serviço aos Pobres está inscrita no pensamento de que nenhuma obra de carida-

raça, cor, nacionalidade, credo político ou religioso e posição social. Sempre atenta aos apelos históricos e na escuta constante dos clamores dos Pobres.”

(Texto retirado do boletim da Sociedade S. Vicente de Paulo Julho 2021 “A Espiritualidade de Frederico Ozanam”)

renda de casa e material escolar...

Um agradecimento a toda comunidade da UPS pela generosidade na participação nos peditórios dos primeiros domingos.

Termino com as palavras do Papa Francisco no artº 55 da Encíclica Fratelli Tutti: “Convido à esperança que nos fala de uma realidade que está enraizada no mais fundo do ser humano, independentemente das circunstâncias concretas e dos condicionamentos históricos em que vive. Fala-nos de uma sede, de uma aspiração, de um anseio de plenitude, de vida bem sucedida, de querer agarrar o que é grande, o que enche o coração e eleva o espírito para coisas grandes, como a verdade, a bondade e a beleza, a justiça e o amor. (...)”

A esperança é ousada, sabe olhar para além das comodidades pessoais, das pequenas seguranças e compensações que reduzem o horizonte, para se abrir aos grandes ideais que tornam a vida mais bela e digna. Caminhemos na esperança!”

PS. Queremos pedir desculpa a todas as pessoas que telefonaram para o telemóvel da conferência e não foram atendidas, o nosso telemóvel avariou e embora desse sinal de chamada não tocava e por isso, não eram atendidas as chamadas. O problema já está resolvido.

Aqui fica o nº de telf: 912 192 999.

Email: conf.vicentina.penaferim@gmail.com  
Telf: 912 192 999

## ESCUTAR PARA AGIR

No próximo dia 18 (ou 25) de outubro de 2021, pelas 21:15, os vicentinos vão promover um seminário "ESCUTAR PARA AGIR", sobre a encíclica 'Fratelli Tutti' (Todos Irmãos), a qual aborda questões de fraternidade e amizade social. Os temas deste primeiro seminário (outros serão promovidos noutras localidades), serão os capítulos 1: "As sombras de um mundo fechado" onde "problemas globais que requerem ações globais" e Capítulo 8: "Religiões ao serviço da fraternidade do mundo", o terrorismo não se deve à religião, mas a interpretações erradas de textos religiosos, bem como a políticas de fome, pobreza, injustiça e opressão.

O palestrante será um religioso.

O seminário irá realizar-se na Sala Cardeal José Policarpo, anexa à igreja de S. Miguel - Sintra

Carlos Macias

verdadeiros católicos? Fazer o que mais agrada a Deus: Socorramos o nosso próximo como fazia Jesus Cristo e coloquemos a nossa fé sob a proteção da Caridade. Vamos aos Pobres!”

## Uma Caridade Organizada

A exemplo de Vicente de Paulo e Frederico Ozanam, que experimentaram a caridade como ponto central das suas vidas, como o melhor caminho para se configurar a prática de Jesus Cristo, a Sociedade de São Vicente de

de é estranha à Sociedade de São Vicente de Paulo.

A ação compreende qualquer forma de ajuda, por contacto pessoal, no sentido de aliviar o sofrimento e promover a dignidade e a integridade do ser humano. A Sociedade de São Vicente de Paulo não somente procura mitigar a miséria, mas descobrir e remediar as situações que a geram.

A exemplo do bom samaritano, a ação vicentina leva a ajuda a quantos dela precisam, independentemente da

nam”).

É com este espírito que a Conferência S. Vicente de Paulo de S. Pedro de Penaferrim continua, neste novo ano pastoral, a trabalhar para ajudar a mitigar as dificuldades dos nossos irmãos mais necessitados de toda a Unidade Pastoral de Sintra (UPS), com alimentos, roupas (temos muita roupa para dar, quem precisar é só pedir), ajuda na compra de medicamentos, em exames médicos, consultas, no pagamento de despesas domésticas,



## Dor abdominal

A dor abdominal é uma das queixas mais frequentes nos doentes que recorrem aos serviços de urgência. Pode ser provocada por um episódio agudo ou por um processo crónico e ter origem numa situação do foro médico ou do foro cirúrgico. Uma dor abdominal forte, ou que se prolonga por várias horas, pode indicar um problema mais grave a afetar, por exemplo, o aparelho digestivo, urinário ou reprodutor. Nestas circunstâncias, pode ser necessária uma observação médica célere.



### Sinais e sintomas mais comuns:

- Dor abdominal generalizada ou localizada
- Febre e/ou indisposição
- Distensão abdominal
- Vômitos
- Alteração dos hábitos intestinais (diarreia/obstipação)
- Problemas urinários (ardor a urinar, urina com sangue)

### O que fazer:

- Ajude o doente a colocar-se na posição que lhe for mais confortável
- Não lhe dê nada a comer ou a beber
- Procure aconselhamento médico. Se tiver dúvidas sobre o estado de saúde da vítima, ligue Saúde 24 (808 24 24 24).

### Aviso:

#### Deve ligar imediatamente 112 sempre que existir:

Dor abdominal intensa/ prolongada ou que seja acompanhada dos seguintes sinais e sintomas:

- Vômitos persistentes e/ou diarreia intensa
- Vômito com sangue vermelho vivo ou vômito "cor de borras de café"
- Vômito com odor a fezes
- Fezes diarreicas de cor preta
- Inchaço nas virilhas ou escroto
- Urina com sangue
- Perda de sangue pela vagina fora do período menstrual normal, sobretudo se existir suspeita de gravidez

**Emergência Médica começa em Si! Colabore com o INEM. Juntos, podemos salvar vidas!**

## 50 Anos de presença das Irmãs Clarissas em Sintra



Este momento ficou marcado pela realização de uma Eucaristia, no dia 11 de Agosto de 2021, no dia da Solenidade de Santa Clara, no Mosteiro da Santíssimo Sacramento, em Monte Santos, com a participação de muitos amigos.

Serviu também para celebrar a investidura de uma das noviças, com o que ficaram a ser 9 as Irmãs presentemente em Sintra.



**Fabrico e Comércio de Todo o tipo de Estores**

Recta da Granja, Lote 6  
2725-118 Algueirão

Tel:219265110 fax:219265119  
www.estoresbandarra.com

## Cruz Alta

ASSOCIAÇÃO CULTURAL CRISTÃ DE SINTRA

Av. Adriano Júlio Coelho, 3 - Estefânia - 2710-518 SINTRA  
cruzalta@paroquias-sintra.pt  
Tel: 219 244 744 - 966 223 785



Paróquia de Santa Maria e São Miguel  
Paróquia de São Martinho  
Paróquia de São Pedro de Penaferrim

### Horário do Cartório

2.ª Feira, das 16h às 18h  
3.ª a 6.ª Feira: das 10h às 12h e 16h às 18h  
Sábado, das 17h às 18h30

Web: [www.paroquias-sintra.pt](http://www.paroquias-sintra.pt)  
Email: [paroquias.sintra@gmail.com](mailto:paroquias.sintra@gmail.com)

## Ficha Técnica

**Nº DL 355534/13**

### Direção:

P. Armindo Reis; P. Jorge Doutor;  
Mafalda Pedro; Graça Camara de Sousa;  
Álvaro Camara de Sousa;  
José Pedro Salema.

### Colaboração:

Miguel Forjaz - Rita Gôja

### Edição gráfica e paginação:

José Pedro Salema; Pedro Martins;  
Rita Torres; Adérito Martins; Luiz Dionísio.

### Revisão de textos:

Graça Camara de Sousa

### Área Financeira

Mafalda Pedro

### Distribuição:

João Valbordo; Manuel Sequeira

### Publicidade:

Graça e Álvaro Camara de Sousa  
926 890 565  
[cruzalta@paroquias-sintra.pt](mailto:cruzalta@paroquias-sintra.pt)

### Impressão:

Empresa Gráfica Funchalense ::  
:: MORELENA - PERO PINHEIRO ::  
Tiragem deste número:  
1500 exemplares



## Santos do mês

Rita Gôja

### S. Bruno "Dar com Silêncio!"

**B**runo nasceu em 1030, na cidade de Colónia, na Alemanha. Cresceu numa família nobre e ainda muito jovem foi enviado a Paris para terminar os seus estudos. Tronou-se especialista em humanidades, línguas e direito, mas ainda durante a sua vida universitária sentiu-se chamado ao sacerdócio. Terminados os estudos, Bruno regressou a casa e entrou para o Colégio de S. Cuniberto, onde acabou por ser ordenado padre.

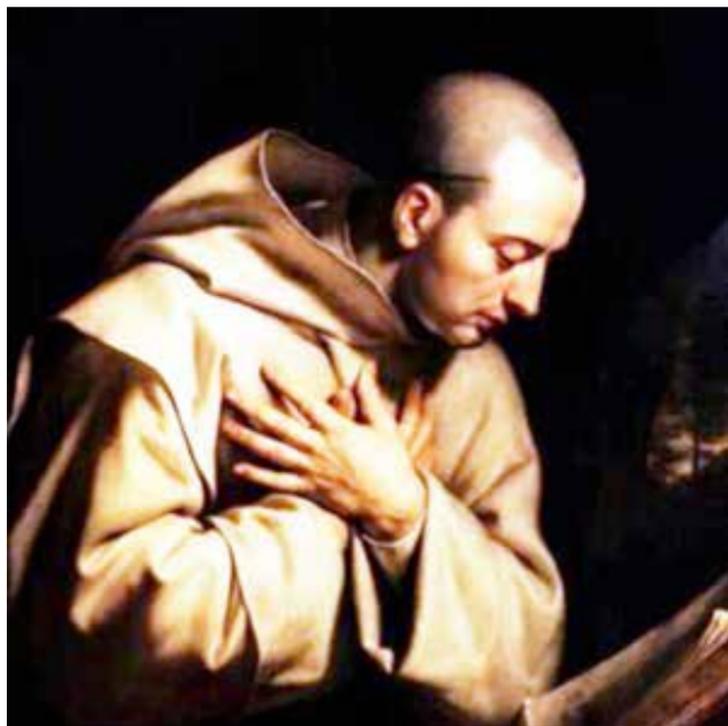
O ensino da Teologia fez parte da vida de Bruno durante vários anos, mas o seu desejo era entregar-se a Deus de forma mais íntima. Abandonou todos os luxos, entrou num mosteiro beneditino e dedicou-se à contemplação, à caridade, à oração e ao silêncio. Mas Bruno sentia necessidade de mais austeridade, queria sentir-se mais próximo de Deus e acabou por se retirar com mais seis amigos para as montanhas da serra da Cartuxa.

Assim nasceu a Ordem da Cartuxa, uma vida de rigor, disciplina, presença espiritual, oração e uma entrega total do coração a Deus.

O Cartuxo, o mais pobre entre os monges, habita numa cela com o seu hábito branco de penitência, só come coisas simples, interrompe o sono para rezar, vive sob muita disciplina, dedica a sua vida à oração, ao trabalho e à caridade fraterna e guarda um silêncio absoluto.

O rigor da Ordem da Cartuxa conquistou corações, foi necessário construir vários mosteiros e Bruno ao conquistar fama de santidade passou a ser procurado por multidões com pedidos de auxílio, de orações e milagres.

Bruno morreu no dia 6 de ou-



tubro do ano 1101 e após a sua morte, tornou-se padroeiro da cidade de Colónia. Foi canonizado a 17 de Fevereiro de 1623 pelo Papa Gregório XV.

#### Oração de S. Bruno

"Omnipotente e eterno Deus,  
Que concedeste a graça da fidelidade a S. Bruno,  
Fundador da ordem da Cartuxa, através do silêncio e da contemplação,  
Concedei-nos também a nós sermos bem firmes na fé,  
Pela contemplação das vossas maravilhas.

São Bruno, rogai por nós."



## À DESCOBERTA DO NOSSO PATRIMÓNIO



O Cruz Alta dedica esta secção à descoberta do nosso património, por vezes pouco apreciado por quem está tão próximo dele. Em cada jornal é publicada a fotografia de uma peça ou de um pormenor arquitetónico, sem identificação do local, com o intuito de que o leitor descubra onde se encontra e o passe a valorizar.



No mês anterior a fotografia publicada era de uma figura alegórica medieval, em pedra, hoje classificada como "green man" que mistura rosto humano com motivos vegetalistas, na igreja de Santa Maria.



A FUNERÁRIA  
SÃO JOÃO DAS LAMPAS  
DE QUINTINO E MORAIS

35 Anos de Serviço com Competência e Honestidade



ATENDIMENTO  
PERMANENTE  
219 618 594  
965 657 671

LOJAS  
MEM-MARTINS  
COLARES-MUCIFAL  
TERRUGEM  
SINTRA

SEDE Rua da Oliveira, 1 Aldeia Galega 2705-416 S. João da Lampas - SINTRA - quintinoemoraismail@telepac.pt www.funerariaquintinoemoraismail.pt