

Ouro, prata e bronze já cá cantam!



Os atletas portugueses subiram ao Pódio, no Campeonato Europeu de Atletismo para Deficientes, que se realizou na Holanda. Portugal conquistou 21 medalhas (superando os últimos campeonatos onde conseguiram "apenas" 12). Na prova de 5.000m, para cegos totais, conquistámos o pleno: ouro, prata e bronze!

No ano passado realizou-se um jantar, no Linhó, de uma comissão que está a angariar fundos para que estes nossos irmãos possam deslocar-se



aos Jogos Olímpicos do próximo ano, à qual a "dão a cara" al-

guns políticos e personalidades do desporto, moda e música. Este jantar também

foi divulgado nas nossas Paróquias. Infelizmente o nosso Governo apoia demasiado o desporto para não-

deficientes, esquecendo estes nossos amigos, que realmente conseguem elevar a bandeira da nossa nação e fazer ouvir o nosso hino!

Gostávamos de vos lançar a ideia e de, todos juntos, gritarmos bem alto:

Viva Portugal e aqueles que nos representaram! Eles foram e são, simplesmente, FANTÁSTICOS!

Bem hajam!



Neste mês:

Jubileu Sacerdotal em Sintra



Pág. 2



Evangelização em Moçambique

Pág. 6



Cuidados de Verão

Pág. 7

Nafarros na 1ª Divisão



Santos Populares



Pág. 9

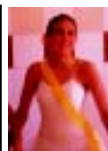
Nas centrais:

Retiro das Paróquias



Sociedade da Várzea

Pág. 14



Ballet Clássico

Pág. 15

Editorial

Só isto não chega!
É preciso mais!

Faz agora meio ano que o CRUZ ALTA saiu para a rua pela primeira vez. Desde essa altura temos vindo a receber um cada vez maior apoio de muitos dos nossos irmãos, sem os quais muita coisa seria ainda mais difícil, que se tornaram entretanto verdadeiros jornalistas, ardinhas, vendedores de assinaturas e publicidade, informáticos de artes gráficas e design, e eu sei lá o quê mais. Mas ainda não basta. É preciso mais!

Também desde essa altura o número de leitores tem vindo sempre a aumentar, o mesmo acontecendo com o número de assinantes, estes últimos fundamentais para que possamos ter uma vida mais facilitada e desafiada, tanto em termos físicos, como psicológicos e mesmo financeiros. O ideal seria termos quase tantos assinantes como jornais de tiragem. Por isso aqui também digo que ainda não basta. É preciso mais!

O falecido arcebispo americano Fulton Sheen disse, em tempos, que apenas acreditava que umas centenas de americanos poderiam odiar de facto a nossa Igreja Católica, apesar de vários milhões odiarem o que erroneamente supõem ser essa mesma Igreja. Que diria ele da Europa de hoje? E o que dizemos nós quanto ao nosso país, distrito ou concelho?

João Paulo II, directo e

preciso como é seu hábito, alertou-nos já vezes sem conta da necessidade da Re-evangelização.

Sem qualquer pretensiosismo, mas antes convictos das nossas responsabilidades como católicos que, quanto mais estudam e "sabem", mais responsáveis ainda se sentem,



como que de uma imagem de "pescadinha de rabo na boca se tratasse", nós próprios sabemos que é preciso mais. Mas só isso também não basta!

A constituição da nova Europa comunitária está agora a ser esboçada e já há quem comece a tecer os primeiros comentários negativos quanto à possibilidade de nela não se vir a fazer reflectir suficientemente a sua vertente cristã!

Se, por um lado, percebo e até posso concordar com esta posição, por outro pergunto-me se Deus não estará mais uma vez a escrever direito por linhas tortas. Não será melhor sermos confrontados com a verdadeira realidade em

vez de, mais uma vez, taparmos socialmente a questão? Não será tempo de todos, mas todos, arregaçarmos as mangas e escutarmos os pedidos do nosso Papa, começando já hoje a nova evangelização? Não será já tempo de correspondermos ao que Cristo nos pediu: "Ide e levai a palavra a todos os Povos?"

Esta tem sido a nossa preocupação e simultaneamente o nosso motor. Queremos fazer mais e melhor mas, para isso,

ainda precisamos mais de si!

Necessitamos que leia e, se possível, assine o CRUZ ALTA. Se já o faz, necessitamos que o sinta como o seu CRUZ ALTA! Se já o faz também, necessitamos que o divulgue junto dos seus amigos e conhecidos, sobretudo aqueles que abandonaram a nossa Igreja, e há muitos, ou mesmo os que não a apreciam, que são ainda mais. Depois de tudo isto, necessitamos sempre que nos faça os seus comentários críticos, se possível com a intenção de nos ajudar a melhorar. Se já fez ou faz tudo isto e se acredita... está à espera de quê para nos vir ajudar? A fazer o quê? TUDO. A

escrever textos, a traduzir, a vender, a colocar no correio os jornais, a fazer as etiquetas, a corrigir textos, a fazer reportagens, a trabalhar as fotografias, a tirá-las, a trabalhar anúncios publicitários ou retocá-los, a vender publicidade ou a comprá-la, trabalhar na paginação informática, a... a... a ser nosso amigo, a conhecer melhor este já grande e espantoso grupo, e fundamentalmente, a dar-se um pouco mais à enorme comunidade em que vive e para quem vive, ou seja, a ser mais uma gota no oceano de Cristo.

A Júlia Sousa Araújo, quando foi crismada, achou por bem oferecer a cada membro desse grupo uma lembrança onde, entre outras coisas maravilhosas, a dada altura agradecia ao Pe. Carlos por ele ter sido a primeira pessoa a "inquietá-la", a tê-la feito entender que não basta ser baptizada e casada pela igreja, não basta baptizar os filhos pela igreja e não basta ir à missa todos os domingos. Só isso não faz de nós cristãos. É preciso mais! Muito mais!!! Faço minhas as palavras e os agradecimentos da Júlia.

Se cada página da Bíblia também nos diz isso, não temos outra alternativa senão fazermos-nos, cada vez mais, ao largo!

Se acha que estamos no bom caminho, ajude-nos a prosseguir, pois é necessária muita ajuda. Se é dos que acha que estamos no caminho errado, venha ajudar-nos a mudar para o rumo certo. Mas, por favor, não se deixe permanecer estático! Já ouviu agora chamarem por si? Um abraço a todos!

João Chaves

Parabéns a vocês!

O Cruz Alta tem a alegria de apresentar os assinantes que celebram neste mês mais um aniversário: a todos, um grande abraço de parabéns!

4	Rui Filipe
7	Ordenação Sacerdotal do P. Carlos Jorge
7	Carlos Laborde
7	Joaquim Soares
11	Frederico Almeida
12	Paula Pedro
12	Pureza Pinto
13	Filipe Ratão
14	Maria Helena Fernandes
15	Fábio Teixeira
19	Eunice Santiago
21	Manuel Santiago
23	Maria José Homem
26	Joaquim Branco
29	Henrique Francisco

Sintra está em festa

Pároco de S. Pedro celebra Jubileu Sacerdotal

Se há figuras conhecidas na nossa região, a do Sr. P. Lencastre, Prior da Paróquia de São Pedro de Penaferrim, é com toda a certeza uma delas. Exemplo de dedicação e perseverança, tem dado toda a sua vida tentando cumprir a missão que o nosso Deus lhe destinou.

No dia 19 deste mês, pelas 12h, vai ser celebrada, na Igreja a que preside há longos anos, a Eucaristia para festejar os seus 50 anos de vida sacerdotal.

O Cruz Alta não podia deixar de se juntar a esta tão importante comemoração.

Por isso, aqui deixamos um muito grande abraço de bem-haja ao Sr. P. Lencastre!



Ficha Técnica



Publicação Mensal das Paróquias de São Martinho e de Santa Maria e São Miguel - SINTRA

Direcção:

Ana Lúcia Santos;
António Luís Leitão;
João Chaves;
José Pedro Salema;
Mafalda Pedro;
P. Carlos Jorge.

Jornalistas:

Ana Lúcia Santos;
João Chaves;
Paula Penaforte.

Colaboração:

Carlos Brito Marques;
Cristina Rocha;
Diácono Manuel Valinho;
Gabriela Garcia;

Grupo Bíblico;
Helena Porfírio;
José Penaforte;
José Manuel Silva;
Manuela Redol;
M. Helena Pereira;
Miguel Forjaz;
Nuno Campos;
Odete Valente;
P. João Caniço;
Pedro Almeida;
Pedro Tomásio;
Tiago Bueso;
Tiago Salema;
Virgínia Costa.

Correspondentes:

Elizabeth, Raquel e Ricardo (IMC - Moçambique).

Fotografia:

António Luís Leitão;
Arquivo Cruz Alta;
João Chaves;
José Penaforte;
Mafalda Pedro.

Revisão de textos:

Ana Lúcia Santos;
Rita Santos.

Área financeira:

Mafalda Pedro.

Edição gráfica e paginação:

António Luís Leitão;
José Pedro Salema.

Distribuição e assinaturas:

Carlos Brito Marques;
Fernando Monteiro.

Publicidade:

João Chaves;
Rui Redol.

Contactos-publicidade:

Telf.: 93 303 02 24

Telf.: 96 405 35 65

E-mail:

cruzalta-publicidade@
paroquias-sintra.net

Jornal Cruz Alta

Avª Adriano Júlio Coelho
Estefânia
2710-518 SINTRA
cruzalta@paroquias-sintra.net

Impressão:

Jornal Reconquista
Zona Industrial
6000 CASTELO BRANCO
Telf.: 272 340 890
Tiragem: 2.000 exemp.

A melhor parte

Nos meses de Julho celebramos a memória de onze irmãos na fé que, durante a sua vida terrena, concretizaram o apelo-profecia de Jesus: "sereis minhas testemunhas até aos confins da terra" (Actos 1,8). São eles: S. Tomé, no dia 3; S. Isabel de Portugal, no dia 4; S. Bento, no dia 11; S. Boaventura, no dia 15; Nossa Senhora do Carmo, no dia 16; S. Maria Madalena, no dia 22; S. Brígida, no dia 23; S. Tiago, no dia 25; S. Joaquim e S. Ana, no dia 26; S. Marta, no dia 29 e S. Inácio de Loiola, no dia 31. Grande grupo de santos! De todas as idades! Exceptuando S. Boaventura, que morreu aos 29 anos, todos os outros terminaram a sua "peregrinação" entre os 65 e os 70 anos.

Neste mês desejava falar-lhes do casal Ana-Joaquim, os pais de Nossa Senhora, segundo uma

antiga tradição. O culto de Santa Ana existia no Oriente já no Séc. VI e estendeu-se ao Ocidente no Séc. X. Mais recentemente foi introduzido o culto de S. Joaquim. Esta referência introduz-nos no tema desta reflexão.

Porque é que não morremos todos na véspera da velhice? Causa desalento envelhecer neste mundo hostil, onde a velhice perdeu valor. Onde muitos desejam a morte dos idosos. Onde os idosos são olhados como estorvo. Para quê viver? Para ficar de lado?

Esta poderia ser a angustiada queixa de tantos de nós. E também poderia servir de introdução a um simpósio (=colóquio científico) sobre a eutanásia (=morte sem dor).

A velhice é a última fase do ciclo da vida. Há uma velhice biológica. Outra psicológica. Outra social. A velhice social é conse-

quência da velhice biológica e psicológica. Qualquer delas causa repulsa. Sobretudo quando a vida assenta na eficiência e no prestígio pessoais. O Salmo 89 chama-nos à realidade. A duração da nossa vida anda pelos 70 anos e, se robustos, pelos 80. A maior parte são trabalho e desilusão. Os

"Juntos não é uns com os outros; é uns pelos outros"

anos passam depressa e nós partimos.

A crise da velhice nasce da convicção de que temos pouco presente para viver. Daí a nostalgia do passado. É perfeitamente compreensível esta atitude. Mas também perigosa. Perigosa precisamente pela "fuga ao presente". É difícil deixar de ser jovem, na nossa sociedade. Onde os ídolos são a velocidade, a competição, a força e os nervos. Onde a verdade

A velhice, essa desprestigiada!

por Diácono Manuel Valinho



serena, na boca idosa soa a mentira. Onde a mentira gritada, na boca jovem soa a verdade. O nosso mundo endeusou a juventude. Não pelo que tem de verdade e justiça. Mas pelo que tem de "juvenil". Penso que os nossos jovens entendem o que escrevo.

Ora, os idosos não podem entrar na frustração

(=inutilidade). Muito menos no desespero. Mesmo que estejam sós. Não estão dispensados de continuar a viver. Qualquer que tenha sido a sua actividade. Devem fazer tudo. Menos desejar "parecer jovens". Tudo, menos imitar os jovens. Tudo, menos cair no ridículo de parodiar os gestos e atitudes dos jovens. Devem aceitar, com serenidade, a sua velhice. As suas limitações.

Mas têm, também, de

viver - com dignidade - os sessenta, os setenta, os oitenta anos. Sei que é preciso muita coragem. Mas é tudo isso que dignifica a sua velhice. Aceitem ser "fruto", não "flor". O que importa, na velhice, é "fazer a colheita". É certo que muitos não "semearam" bem na sua juventude. Por isso "colhem" mal na sua velhice. Mesmo assim, seria desastroso entregarem-se ao desespero. Porque o passado pertence todo à misericordiosa compreensão do Pai do Céu. Por isso, é indispensável valorizar o presente. Não desperdiçar o tempo que resta. E há tanta coisa que ainda podem fazer!

Os outros - os que semearam bem na sua juventude - devem fazer a colheita na alegria da festa. Do entusiasmo da juventude, devem colher a serenidade e a paz de espírito. Das ilusões da juventude,

devem colher a lucidez. Do optimismo, a esperança. Da irreverência, colham o sentido de humor. Da assimilação, devem colher a experiência. Da confiança nos outros, devem colher a tolerância e o perdão. Da necessidade de amar e ser amado, devem colher a derrota de todos os egoísmos. Dos bens da vida, colham o reconhecimento e a contemplação que nos aproximam do Pai do Céu.

Como seria diferente o relacionamento entre pais e filhos, entre avós e netos, entre jovens e idosos, se a Palavra de Deus fosse, efectivamente, verdadeiro alimento das nossas vidas: "para agradarem ao Senhor"; "Pais, não irriteis os vossos filhos, para não caírem em desânimo" (Colossenses 3,20.21).

Jovens de Sintra com Fé

por Nuno Campos

O passado dia 22 de Junho foi um dia da «Festa da Fé» para toda a Comunidade Paroquial de Sintra. E, sem querer correr o risco de esquecer alguém, quero felicitar todos os jovens que fizeram naquele dia a sua Profissão de Fé.

Foi uma caminhada de um ano lectivo que, tenho a certeza, foi frutuosa para todos os intervenientes, e, neste caso, leia-se, os jovens e os seus catequistas. Não sei quem aprendeu e quem ensinou!

O tema único foi a Profissão de Fé. Poderia falar só daquilo que o Centro de Stª Maria e S. Miguel desenvolveu, pois fui lá catequista. Mas ficaria bastante circunscrito e limi-

tado, porque cada Centro foi rico na forma como o trabalhou.

Cingindo-me à simbologia das ofertas que os jovens fizeram na Eucaristia, ela resume o que foi

simbolizasse o convite a que os jovens, e todos nós, cristãos, sejamos honestos e verdadeiros. Portanto, trabalhou-se o Homem na sua relação consigo próprio e com Deus, numa dinâmica de sentido vertical. E esta relação, aprofundando-se, implicou e reforçou a Aliança de Amor, representada por uma Aliança.

Mas a Fé, ao ser individual, só se concretiza na atenção que manifestamos aos nossos Irmãos, próximos e/ou distantes. As **Revistas Missionárias** que foram oferecidas representaram aqueles mundos povoados que ultrapassam geografias. É a dinâmica de sentido horizontal.

Por fim, toda a Fé só é

esta caminhada, aqui, ali, acolá:

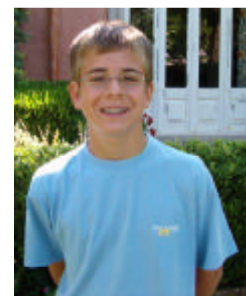
A Fé é pessoal e é única, pelo que a **Máscara** que foi oferecida pretendeu-se que



possível se se tiver sempre presente Jesus Cristo e a Sua Mensagem de Salvação, representada no símbolo do **Jesus Ressuscitado**.

"Será que conseguimos?", é uma dúvida que se me colocou sempre, principalmente nos momentos a seguir à catequese e quando preparava a próxima. Não há respostas imediatas, pois só Deus é que as sabe. Mas uma coisa conseguimos, nós os catequistas: graças à Profissão de Fé, arranjámos AMIGOS! Um muito obrigado, que vem de todos os catequistas.

O que é a Profissão de Fé?



por Tiago Salema

Profissão – Dizer "SIM" publicamente por alguém, tendo em conta a sua fé.

Fé – Acreditar em Deus. Compromisso de fidelidade a uma promessa. Confiança em Jesus.

Profissão de Fé – Aceitar os passos de Deus de boa vontade. Ter a certeza que queremos seguir os Seus passos.



Bodas de oiro com casamento

por João Chaves

Conheço-os há muitos anos, ou melhor, pensava que conhecia, e sempre foram um casal exemplar.

O Sr. Aires e a D. Silvéria foram sempre dois lutadores convictos, trabalhadores, simples e humildes quanto basta, excelentes marido e mulher e ainda melhores pais. Conheci-os através do filho, meu ex-colega da faculdade, meu Grande Amigo e compadre. Sempre pautaram a sua vida por uma acentuada verticalidade, honra e rigor, bem regados por um enorme humor e boa disposição.

Mas como certamente irão compreender de seguida, não foi por isto que resolvi escrever estas linhas, por muito merecidas que fossem, e são. Já tinha assistido muitas vezes a casais que comemoravam na igreja os seus 50 anos de casados, mas assim não!

Sobretudo numa época em que assistimos ao aumento dos números dos divórcios, ao crescente abandono das "coisas" da Igreja e mesmo à potenciação da indiferença em relação a Deus, penso que



é sempre saudável saber que ainda há quem queira dar testemunho do seu amor, e do amor a Deus, considerando que nunca é tarde para tal...

Por motivos vários, este casal nunca tinha casado pela Igreja, muito embora o sonhassem fazer já há uns anos, vim agora a sabê-lo. Pois foi exactamente no dia em que faziam 50 anos de casados que acabaram por concretizar o ambicionado sonho.

Se um casamento é sempre comovente, pelo menos para mim, este ainda o foi mais, pois ao brilho habitual dos olhos dos noivos juntaram-se aqui também os das duas gerações de descendentes.

Normalmente desejam-se muitas felicidades aos noivos e que sejam muito felizes.

Neste caso especial acrescento um efusivo "Viva!" e um merecido "Que Deus os abençoe".

Para quando a cruz?

por Isabel Costa

Em 1933, a serra de Sintra tinha um autêntico guardião. Vejamos como a ele se refere José Alfredo da Costa Azevedo em "A Vila Velha - Ronda pelo passado": "O grande funcionário a quem os serviços florestais estiveram confiados, e muito bem, durante largos anos, Carlos de Oliveira Carvalho, falecido em 1939, desenvolveu na serra um trabalho tão grandioso, povoando-a de vegetação, designadamente as zonas da Peninha e dos Capuchos, abrindo entradas, etc., que podemos afirmar, sem receio de desmentido, que foi o continuador da obra de D. Fernando II".

Não admira, portanto, que tenha ficado conhecido como "o Carvalho da Pena".

Pois bem, no já referido ano de 1933, esse homem ("que se dizia ateu e se devotava totalmente à defesa da serra"), resolveu mandar gravar em rocha, ao pé da Cruz Alta, um soneto que o tocava profundamente e que era, afinal, "a

Em princípios da década de 90 a cruz caiu, mas desta vez não foi repostada. Ficou no local um sopro de poesia, pois os versos não foram atingidos pelos "mortíferos raios". E agora, em 2003...

Num artigo publicado no Jornal de Sintra a 28 de Fevereiro diz-se a dada altura: "Foi mutilada por um raio, foi repostada, as forças da natureza destruíram-na em outras ocasiões e, da última vez, foi visitada pelos mortíferos raios. Até ago-

ra ainda não foi reerguida quando o custo para a sua colocação é irrisório". Será preciso aparecer um novo "Carvalho da Pena"? Sintra espera.



expressão poética de um facto real".

"Feriu-te um dia o raio (...)

Mas eu sei bem que tu é que atraíste

A cólera do espaço e assim cobriste

Com dois pequenos braços toda a serra."

NEUTROPLAST
Indústria de Embalagens Plásticas, S.A.

NEUTROPLAST "A sua Ideia, o nosso Saber-Fazer"

NEUTROPLAST "Votre Idée, notre Savoir-Faire"

NEUTROPLAST "Your Idea, our Know-How"



Zona Industrial - Casal da Espinheira
Lote 10
2590-057 SOBRAL DE MONTE AGR AÇO

Tel: 261940100

Fax: 261943175

E-mail: neutroplast@mail.telepac.pt

JRS celebra Dia do Refugiado

por P. João Caniço

O Serviço Jesuíta aos Refugiados (JRS) celebrou, com a participação de um grupo de cerca de 50 pessoas, uma Jornada de Estudo e Convívio, por ocasião do Dia Mundial e da Semana do Refugiado, que ocorreu de 15 a 22 de Junho.

A Jornada começou por um passeio cultural à volta de Sintra e uma passagem pela Praia Grande, a que se seguiu um almoço de confraternização entre refugiados, imigrantes e voluntários do JRS, na

Casa de Retiros de Santo Inácio, no Rodízio. A ele presidiu a Primeira Dama, Senhora D. Maria José



Ritta, que, desta forma, quis manifestar a sua solidariedade em relação a este Serviço e aos proble-

mas dos refugiados e imigrantes. Estiveram presentes também a Vice-Presidente da Assembleia

da República, Dra. Leonor Belezza e o Cônsul da Moldávia, tendo-se feito representar o Cônsul Hono-

rário da Ucrânia, a Capelanía dos Ucrânicos, o Alto Comissariado para os Imigrantes e Minorias Étnicas, a Associação "Mãos de Amigos", a Associação dos Antigos Alunos do Colégio de São João de Brito e a Organização Internacional das Migrações.

Após a magnífica refeição, a que se associaram alguns jornalistas, desejosos de acompanhar e conhecer mais de perto a realidade dos refugiados, teve lugar uma série de testemunhos sobre a vinda para Portugal e a estadia

entre nós, por parte de alguns refugiados e imigrantes provenientes da Ucrânia, da Moldávia, do

Peru e do Rwanda. Mais uma vez puseram em relevo a sua gratidão pelo acolhimento que encontraram por parte do povo português, apesar das dificuldades que encontraram e ainda continuam a enfrentar com a burocracia e com os abusos de gente sem escrúpulos que se procura

aproveitar da sua situação de carência.

De regresso a Lisboa, em ambiente de confraternização, ainda houve tempo para uma paragem de admiração e contemplação perante o mar do Cabo da Roca, "onde a terra acaba e o mar começa", segundo o Poeta.



Consultório Médico

Um pouco mais sobre o colesterol

Falamos nas edições anteriores sobre o colesterol e a aterosclerose. Esta doença previne-se evitando ou controlando os já descritos factores de risco, ou seja, os factores que levam ao seu desenvolvimento - tabaco, tensão alta, ou melhor, pressão arterial alta, colesterol elevado, obesidade, entre outros. Não quero ser maçador, mas quero a-

umentar ainda mais um pouco sobre o colesterol, porque é um assunto que merece a maior atenção, como se sabe.

O que faz aumentar o colesterol? A nossa alimentação é uma fonte de colesterol mas, muitas vezes, mesmo com uma dieta correcta, o nosso organismo fabrica colesterol a mais (factor hereditário). Também o ex-

cesso de peso leva a um aumento do colesterol LDL (o mau), tal como a falta de exercício físico regular. Podemos concluir que o nível de colesterol no sangue é influenciado pelo tipo de

2003 é uma oportunidade para mudar o Futuro das pessoas com deficiência.

alimentação, pela constituição química do nosso organismo e até pela forma

como levamos a vida. O colesterol elevado no sangue pode ser devido a uma alimentação demasiado rica em produtos de origem animal, tais como ovos, leite, queijo, manteiga, algumas margarinas (gorduras saturadas) e carne, ou por haver predisposição hereditária. Em qualquer dos casos, o fígado não é capaz de metabolizar nor-

malmente a gordura que a ele chega, dando origem a concentrações elevadas de gordura no sangue.

Certos estudos têm demonstrado que as pessoas com predisposição hereditária para níveis elevados de gordura no sangue são mais propensas a sofrer de doenças de coração do que a população em geral.

Não desmoralize. Se fizer uma dieta correcta, exercício físico regular e

normalizar o seu peso, tudo melhorará. E se este objectivo não for conseguido, existem ainda os medicamentos. Não é o fim do mundo!!!

Relacionando o que atrás foi dito, para a próxima irei tentar dar alguns conselhos práticos sobre a alimentação.

por Miguel Forjaz, médico



Sintra 2001, Consultadoria e Projectos de Engenharia, Lda.

Os acumuladores eléctricos de calor são a forma mais rentável para aquecer a sua casa.

- Poupança até 50% nos consumos de energia face às principais alternativas de aquecimento.
- Desconto de campanha: -10% no valor de aquisição. Durante esta campanha, poderá optar por diversos modelos de acumuladores de calor, beneficiando de um desconto de 10%.

Se desejar mais informações ou visualizar catálogos:

A nossa loja em Sintra fica situada na Rua Câmara Pestana, Edifício Sintra, Loja 12. (Galeria Comercial junto à Igreja de S. Miguel)

Telefone: 21 910 51 15

Fax: 21 910 51 14

e-mail: info@sintra2001.pt

web page: www.sintra2001.pt



PASTELARIA GREGÓRIO

Docaria Regional e Caseira

Av. D. Francisco de Almeida, 33 - 35
2710-562 SINTRA
Telex: 21 923 27 33

O TALHO ONDE OS PREÇOS SÃO SEMPRE EM CAPICUA

TALHO

C/ Garantia de João Patrício

Rua Dr. Félix Alves Pereira, Nº 6 • 2710-554 PORTELA • Sintra
Tel.: 21 923 17 21 - Telex: 91 728 83 23

FERNANDO & SANTOS, Lda.
Papellaria, Livraria e Tabacaria

Rua Pedro de Cintra, Nº 3/B - Portela - 2710 Sintra
☎ 21 923 19 36



Os primeiros passos da evangelização em Moçambique

por Elizabeth, Raquel e Ricardo Santos

Olá, amigos do Cruz Alta. Somos nós, a família moçambicana que vos escreve, uma vez mais. Esperamos que estejam de boa saúde. Nós acabámos de chegar de uma visita ao norte e centro de Moçambique. Como sabem, vivemos na província de Inhambane, no sul de Moçambique, e desde há três anos que tínhamos o desejo de viajar por estrada os cerca de 6000 kms que nos separam das províncias do centro e norte deste enorme país.

De facto, nesta viagem estivemos a reviver a história do início da evangelização católica do Niassa, uma das maiores províncias de Moçambique e talvez a mais esquecida no que respeita a estradas alcatroadas, postos de saúde, escolas básicas e secundárias e empresas familiares, que façam o desenvolvimento desta região.

Os missionários da Consolata foram os primeiros a chegar ao Niassa, no ano de 1926, para iniciar a evangelização cristã entre o povo macua, ayao e anyanja. Receberam o crucifixo das mãos do Beato José Allamano e depois viajaram de barco durante várias semanas, passando pelo Quênia em direcção ao porto da Beira. Na altura da sua chegada havia alguma desconfiança da parte da metrópole e da igreja portuguesa acerca de italianos missionários, que poderiam ser perigosos para os interesses na-

cionais. Foi um período difícil para estes pioneiros e árido pastoralmente. No meio das dificuldades, houve um missionário que conseguiu levar para a frente um projecto de evangelização e garantir a continuidade dos Missionários em Moçambique. Foi o Padre Pedro Calandri, fundador e garante da Missão de Nossa Senhora da Consolata de Massangulo (1928). Era chamado, entre os ayao, de *Bwana Cilimba*, o que significa "homem forte de coração e que aguenta com tudo" e, de facto, teve de suportar muito para defender a causa missionária no Niassa, neste período.

Em 1926, os superiores destinaram os missionários a Mandimba, posto fronteiro com o actual Malawi, na parte ocidental do Niassa e aí celebraram a primeira missa católica. Depois, fizeram uma viagem



de exploração pela "terra prometida" para verificar o lugar das futuras missões, conforme tinha sido programado na agenda de viagem.

O território que visitaram

era, então, administrado pela Companhia do Niassa e fora definitivamente ocupado, do ponto de vista militar, pelos portugueses, apenas em 1912.



A presença cristã no Niassa estava reduzida apenas às missões anglicanas da *University Mission to Central Africa* (U. M. C. A.) entre o povo anyanja nas margens do Lago Niassa.

Os missionários escolheram em Mandimba o lugar para montar o acampamento a quatro quilómetros do Posto Administrativo, perto do rio Mandimba. Aqui construíram uma casa com material local e uma capela toda feita de bambu. Era a primeira capela católica do Niassa.

Nos primeiros tempos, o bispo português proibiu os missionários de exercerem o ministério e os missionários dedicaram o seu tempo à aprendizagem das línguas, à exploração do território e ao cultivo de tabaco. Entretanto, acolheram e tomaram a seu cuidado um grupo de crianças mestiças.

Vencidas as primeiras dificuldades que obrigaram os Missionários da Consolata a permanecer dois anos em Mandimba numa ansiosa espera, em Abril

de 1928 D. Rafael de Assunção autorizou a fundação da missão de Nossa Senhora da Consolata de Massangulo. Foi no dia 20 de Maio de 1928 que se deu início à primeira missão católica do Niassa: a Missão de Nossa Senhora da Consolata (fez 75 anos há poucos dias).

O P. Calandri construiu uma palhota larga, que não tinha portas nem janelas. Com ele viviam catorze crianças mestiças que trouxera de Mandimba. Enquanto a palhota não ficou pronta, instalaram-se todos numa tenda de campanha e assim viveram de Maio a Dezembro de 1928. Os leões rondavam a abertura da barraca ao cair da noite e pelas madrugadas, em todas as direcções. Enquanto as crianças dormiam, o Pe. Calandri velava as de espingarda na mão. Poucos meses depois chegavam mais dois missionários e algumas irmãs da Consolata.

A missão iniciou, assim, a sua obra evangelizadora em Janeiro de 1929, quando, já ultimadas as residências dos padres e irmãs, surgiram as primeiras construções em alvenaria. Com o tempo, surgiram os outros edifícios e a missão foi-se apetrechando com as estruturas necessárias para o apostolado e promoção humana.

Dificuldades e lutas terríveis marcaram os primeiros anos de vida da Missão de Massangulo. Vendo ameaçada e em perigo a sua influência, os responsáveis muçulmanos mostraram-se hostis, fomentando na população uma desconfiança que a afastava da missão. A todos era proibido, sob penas gravíssimas, ter qualquer contacto com os missionários. Ninguém devia fornecer-lhes géneros alimentícios e ainda menos permitir que as crianças frequentassem a missão. O único motivo que superava a proibição era o interesse nas várias obras de construção civil, que aproximava alguns homens à procura de trabalho. O único apostolado possível para os missionários eram as crianças



órfãs que viviam na missão.

Conseguir com a sua instrução formar os primeiros cristãos e obter, desta maneira, os primeiros núcleos de cristandade neste ambiente muçulmano.

Um dia apresentou-se na missão um rapaz órfão chamado Bociri e o P.



Calandri convidou-o a entrar. Nos dias seguintes continuou a frequentar a missão e, sentindo-se bem, já não a queria deixar. Tendo conhecimento disto, os seus familiares, furiosos, vieram buscá-lo. Ameaçaram-no e bateram-lhe. O rapaz, porém, tinha já tomado a decisão de ficar com os missionários. Passaram alguns dias sem que aparecesse, mas voltou novamente, embora num estado bastante debilitado. Pediu o Baptismo ao P. Calandri. Protegido dos maus tratos familiares e das maldições que lhe

tinham sido lançadas, a sua constância foi premiada.

Passou um ano na missão e seria o primeiro católico ayao, baptizado com o nome de António Taimane.

Mais tarde, os missionários da Consolata projectaram o alargamento da evangelização ao sul do Niassa e fundaram as missões de Mepanhira e Mitucue (Cuamba) e Maúa, entre outras.

VEDICERCA
Produtos com Qualidade para Vedações de: Escolas • Polidesportivos
Indústrias • Moradias • Jardins • Estaleiros • Protecção da Natureza • Agro-Pecuária

MELHORES VEDAÇÕES UM INVESTIMENTO COM TODA A SEGURANÇA

VEDAÇÕES • REDES • ARAMES • POSTES

PAINÉIS PLASTIFICADOS

131 9001

219 898 700 - Fax: 219 898 709

PONTE FRIELAS - APARTADO 6 - 2671-901 LOURES

Temos ainda outros tipos de redes e produtos afins
Preços especiais para agricultores

V-S **POLICLÍNICA E RECUPERAÇÃO VITA-SANA, LDA.**

ANÁLISES • ELECTROCARDIOGRAMAS • ENFERMAGEM

Especialidades

GINECOLOGIA (DIÁRIA) • OFTALMOLOGIA
PEDIATRIA (DIÁRIA) • URGÊNCIAS
CLÍNICA GERAL (DIÁRIA) • DOMICÍLIOS

☎ 21 918 03 77 ☎ 21914 07 55

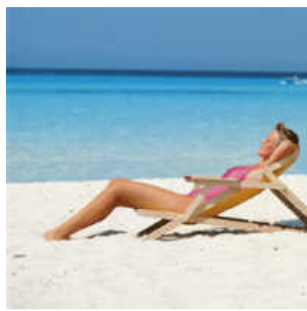
RUA ANT. NUNES SEQUEIRA, 32 - 1º C. (C. COM. 81) CACÉM
FILIAL: AV. DOS BONS AMIGOS, 2 - 1ª

Cuidados de Verão

por José Penaforte



Parece que o Verão já está entre nós, finalmente, dirão uns, infelizmente dirão outros, mas seja qual for a sua opinião, nada muda o facto de estarmos na estação em que maiores perigos nos espreitam.



Por isso mesmo, hoje resolvi debruçar-me um pouquinho sobre praia, sol, águas e... pessoas. É típico do português, ao fim-de-semana, quando o calorzinho se faz sentir em força, sair todo contente e enfrentar as medonhas e intermináveis filas de trânsito em direcção a uma qualquer praia, que estará super-lotada quando lá conseguir chegar, mas que não tem importância. O importante é "trabalhar para o bronze", nem que isso signifique estar feito frango no espeto horas a fio, literalmente



a torrar ao sol do meio-dia, para não dizer das duas ou três da tarde.

Não é por falta de conselhos e avisos! Os dermatologistas, e não só, lançam apelos desesperados, alertando para os

perigos cada vez maiores das exposições solares. Ainda vivemos numa sociedade em que impera o "parecer bem" e é claro que uma pele bronzeada é bem mais atractiva que uma branquinha deslavada. Mas atenção, nem todos "amorenamos" da mesma forma, alguns de nós nem sequer rosados ficamos. Deixo-vos ao lado um pequeno quadro com uma informação sucinta sobre

os tipos de pele e o seu grau de bronzeamento.

Para que possamos aproveitar ao máximo a nossa "estrela" de Verão, respeitemos as seguintes regras de segurança:

- Nos primeiros dias deve-se fazer uma exposição bastante curta ao sol e, acima de tudo, pro-

gressiva. Uma exposição excessiva ao sol leva ao envelhecimento precoce da pele, ao aparecimento de rugas e pode induzir certos tipos de cancro da pele.

- Escolha o princípio da manhã ou o final da tarde para os seus banhos de sol. O período que decorre entre as 11h e as 16h é normalmente contra indicado.

- Evite a exposição ao sol depois do banho, com a pele ainda molhada, pois

- Aquando a exposição ao sol não use perfumes, after-shaves ou desodorizantes, pois alguns deixam marcas indeléveis após a exposição.

- A sombra do guarda-sol não dá protecção total, já que os raios solares também são reflectidos pela areia e pelas águas.

- Cuidado com os dias nebulosos, pois mesmo nestas condições atmosféricas podem produzir-se queimaduras graves.

Fototipo	Cor de Cabelo	Cor de Pele	Vulnerabilidade à queimadura	Bronzeamento
Albinos	Branco	Branca muito clara	Constante +++	Zero
I	Ruivo	Branca	Constante ++	Zero
II	Loiro	Clara	Constante +	Ligeiro
III	Castanho claro	Clara	Frequente	Claro
IV	Castanho-escuro	Morena	Rara	Escuro
V (Mediterrânico)	Castanho-escuro	Morena	Excepcional	Muito escuro
VI (Raça negra)	Preto	Negra	Zero	Negro

a incidência dos raios solares nas gotículas de água pode exercer o efeito de lente.

- Não permaneça imóvel, movimente-se e tome banhos com frequência para que a camada de gordura de pele seja removida e permita a sudação.

- Escolha um protector solar adequado ao seu tipo de pele (fototipo). Para as crianças deve optar pelo índice mais elevado.

- Aplique o protector 20 a 30 minutos antes da exposição ao sol para que possa desenvolver toda a sua eficácia.

água diminui a sua eficácia.

- Proteja convenientemente toda a pele exposta ao sol, em especial as zonas do nariz, ombros e rosto, pois é nessas zonas que se nota primeiro a "ponta de sol". Escusado será dizer que os amantes do topless e do nudismo

deverão cobrir generosamente todas as zonas sensíveis com protector de alto índice.

- Não se esqueça de proteger olhos e cabeça antes de se expor ao sol.

- Todos os produtos têm uma validade. Atenção à sua textura e cheiro; não os utilize se tiver dúvidas, pois podem atacar a pele.

- Fique à sombra quando o sol brilhar com maior intensidade.

- Atenção aos medicamentos que toma, alguns são fotosensibilizantes (anti-histamínicos, anti-

bióticos). Fale com o seu médico sobre o assunto.

- Após uma exposição prolongada ao sol, não mergulhe na água por causa dos riscos de hidrocussão.

Tire o máximo proveito das suas férias, do sol da praia mas vele pela sua Saúde.

por José Manuel Silva

O que são os Cursilhos de Cristandade?

Os Cursilhos de Cristandade são um movimento de Igreja que, mediante um método próprio, possibilitam a vivência e a convivência do fundamental cristão, ajudam a descobrir e a realizar a vocação pessoal e tornam possível a criação de núcleos cristãos que vão fermentando de Evangelho os ambientes.

O Cursilho propriamente dito é uma experiência de Deus, vivida comunitariamente, em três dias. Mas esta fase do movimento é completada por mais duas. Uma é anterior, a do pré-

cursilho, em que se procura seleccionar as pessoas que devem ir ao Cursilho e os ambientes a atingir, de acordo com o plano e as necessidades diocesanas. A etapa posterior é a principal, uma vez que a vida deverá ser um Cursilho perene – o 4º dia que dura até à morte.

Por isso se procura que a mensagem transmitida no Cursilho se enraíze e ganhe profundidade na vida das pessoas, em ordem à sua conversão progressiva e à transformação dos ambientes e das estruturas onde o Senhor nos pôs. Para assegurar a perse-

verança e a formação humana, religiosa e apostólica, as actividades principais são, nesta fase, as reuniões de grupo e as Ultreias, que são inter-paroquiais e, em regra, semanais.

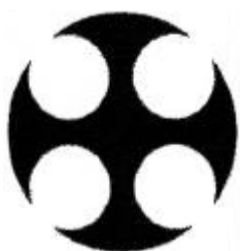
O Movimento nasceu em Espanha, na diocese de Maiorca na década de 40, sendo o Cursilho dirigido por uma equipa de sacer-


dotes e leigos, preparados espiritualmente e conhecedores da doutrina e da técnica. Actualmente existe em muito países, tendo chegado a Portugal em 1960 e está hoje implantado em todas as dioceses do país. O nosso Pároco fez parte da equipa do Cursilho de Homens nº 479 que se realizou entre 19 e 22 de Fevereiro.

A nível diocesano existem secretariados regionais. A nossa paróquia está integrada na zona ocidental do Secretariado Regional do Termo da cidade de Lisboa.

A Ulteira funciona às quintas-feiras, pelas 21.30 horas, abrangendo, entre outras, as paróquias de Sintra, Colares, Terrugem, Algueirão, Mem Martins e Mercês, que se reúnem no salão paroquial da igreja do Algueirão.

Os milhares de cursistas que existem na nossa zona desejam que muitos mais cristãos vivam verdadeiramente a vida da Graça, centrada na Pessoa viva de Jesus, uma vez que o Movimento, nascido de um vigoroso impulso do Espírito Santo é não só um instrumento de renovação cristã, como também pode ser um meio excepcional para agitar o mundo desde os seus alicerces.





COZINHA TRADICIONAL PORTUGUESA

Restaurante - Cervejaria - Churrasqueira

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

J oão M. A . Chaves

Produtos Siderúrgicos

Varão – Perfis – Chapas de Ferro
Tubagem de canalização – Materiais de construção

Rua Professor Egas Moniz, 10 - 9º E
Tel.: 21 458 29 84 Fax: 21 456 19 40 2780 OEIRAS
Telm.: 91 730 18 17



Incêndios de Verão

Parece que o Verão infelizmente voltou a chegar às nossas matas. É verdade, leram bem, infelizmente, porque Verão significa morte para umas centenas de árvores, e isso é de bradar aos céus. Como é possível não haver um mínimo de respeito pela Natureza que tanto nos dá?

Como é possível ser-se amante da natureza e lançar uma beata, deixar garrafas, entulho e lixo nos locais mais aprazíveis, nos locais onde se sentaram a comer e a respirar o pouco ar puro e impregnado de vapores balsâmicos que ainda existem?

O CRUZ ALTA, em passeio de fim-de-semana, foi tentar relaxar para os lados da barragem do Rio da



Mula, mas, senhores, nem aí! Um lugarzinho tão sossegado pela manhã fresquinha e calma!

Lá estava um pedaço comido e enegrecido pelas chamas devastadoras. Foi um pedacinho de floresta, felizmente pequeno, mas mesmo assim a verdade é que ardeu e prendeu a atenção de umas quantas corporações de bombeiros:

Sintra, São Pedro, Alcibiade, Cascais, para não falar na Protecção Civil que também para lá se deslocou.

Sem querer atirar pedras, até porque "telhados de vidro" todos temos, a verdade é que as nossas matas metem dó. Não se entende como se podem gastar milhões de euros em proveito não se sabe

muito bem de quê e deixar a Guarda-florestal sem material nem meios humanos para a limpeza das nossas florestas.

Já se deram ao trabalho de percorrer a pé algum pedaço de espaço verde, seja no Minho, Beira ou Algarve? Então e que tal? Devem ter visto o mesmo que nós: troncos caídos, folhas mortas em camada, ramadas secas em molhos que ninguém retira, lixo aos pontapés, árvores desabadas, arrancadas pela raiz e que assim ficam, quais esqueletos em derradeiro adeus, ou ainda os troncos cortados e empilhados prontos para o transporte para as celulosos. Enfim, um panorama

de triste abandono que parece não afectar ninguém. Sim, porque se alguém se importasse, talvez os incêndios diminuíssem, as vigilâncias fossem mais apertadas e eficazes, e os



tão desejados meios de combate mais modernos fizessem a sua aparição.

Tantas vezes tem o CRUZ ALTA chamado a

atenção para a urgência da limpeza das matas na sua rubrica "De Enxada na Mão"! Claro que somos uma vizinha a clamar no deserto, mas como continuamos a pensar que a Natureza existe para que a possamos amar e desfrutar, aqui fica não só o pesar de mais um incêndio na nossa serra, como o apelo intenso e forte, cada vez

mais forte, a quem de direito: LIMPEM AS Nossas Matas. A NATUREZA É PARA TODOS, CUIDEM-NA!



por Paula Penaforte

O retiro das nossas paróquias

por Virgínia Costa

Uma pausa no turbilhão da nossa vida, para em maior união com o Senhor, rezar, reflectir, recuperar forças e, de novo, retomarmos a caminhada. A isto chamamos Retiro! Foi o que aconteceu na Casa de Retiros de Stº Inácio, no Rodízio, nos dias 30 de Maio e 1 de Junho.

Um grupo de paroquianos das nossas comunidades, acompanhados pelo Pe. Carlos Jorge, fez essa experiência de silêncio, de reflexão, de maior proximidade com o Senhor, de enriquecimento pessoal, de maior compromisso. Foi um desafio aceite por todos os presentes!

O retiro foi orientado pelo nosso Pároco que nos apresentou alguns temas para reflexão, dos

quais passo a descrever um pouco:

Jesus no deserto: Este tema levou-nos a reflectir

no que é a oração e no seu valor.

Muito resumidamente poder-se-á dizer que rezar é estar presente, gratuitamente, perante Deus e entregar-se a Ele, com toda a nossa vida, com tudo o que temos e somos. Na oração, Deus dá-nos a Sua Vida!

A Samaritana: Assim como a Samaritana foi buscar água ao poço, encontrou Jesus e, depois de O conhecer, foi anunciá-l'O aos seus vizinhos, também nós temos que "buscar água". Mas não a pensarmos só nos meios

materiais, necessários certamente, mas dos quais não podemos ser escravos. Antes precisamos de sentir

todas as pessoas, dando testemunho d'Ele!

O Cego de nascença: Tal como Jesus deu a vista ao

a falta da "água" que, de facto, nos pode matar a sede. Muitas vezes o or-



gulho e o pensarmos que só com as nossas forças conseguimos levantar o mundo, não nos deixa ver Jesus. Mas Ele está à nossa espera!

Não fora da nossa vida, mas na borda do poço, à beira do nosso caminho. E, de facto, encontramos Jesus vivo, temos uma missão, que é preciso cumprir. Anunciá-l'O a

todos os presentes, dando testemunho d'Ele!

O Cego de nascença: Tal como Jesus deu a vista ao

mendigo, cego de nascença, também nós precisamos que Ele abra os



nossos olhos. Isso acontece através da Fé, porque esta permite-nos ver com os olhos de Deus.

A Pecadora: Partindo da atitude de arrependimento sincero de Maria Madalena, e do perdão imediato de Jesus, relatados no Evangelho, foram-nos apresentadas três ideias: Jesus olha o coração e não os gestos dos homens; Perdoar é amar da maneira mais perfeita; Só a Fé nos salva.

"Escutar o outro, escutar a Deus": Esta meditação teve por base a passagem

do Evangelho que relata as atitudes diferentes de Marta e de Maria, aquando da visita de Jesus a sua casa. A primeira sempre atarefada com as coisas de casa que, embora importantes, não nos devem escravizar. A segunda, Maria, preferiu ficar-se

aos pés do Mestre, bebendo os seus ensinamentos. Por isso, referiu que esta escolhera a melhor parte.



E assim, este tempo de paragem no ritmo das nossas vidas foi chegando ao fim! Importa agora, que dei-

xemos o Espírito Santo actuar em nós, de modo que irradiemos para as nossas comunidades toda esta riqueza que o Senhor nos transmitiu ao longo destes dias.

O ponto alto do "nosso" Retiro, teve lugar durante toda a noite de Sábado para Domingo numa Vigília de Adoração, dinamizada pelos participantes que se organizaram em grupos. Durante a adoração, muitos puseram em comum as suas experiências de vida. Antes de terminar, uma palavra de agradecimento sincero ao nosso Pároco, Pe. Carlos Jorge, pelo seu empenhamento, dinamismo, trabalho e entusiasmo que dispensou neste Retiro, mas sobre-

tudo pela mensagem que nos transmitiu e pelo bem que nos fez.

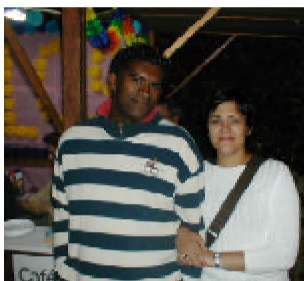
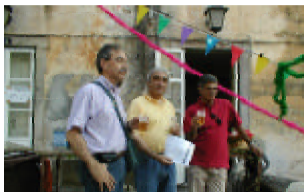
O nosso muito obrigado!





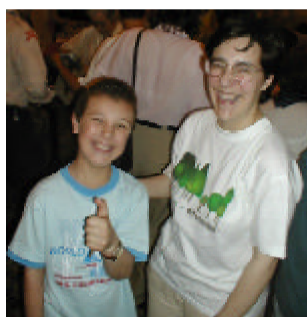
Santos Populares

por Paula Penaforte



Quando os nossos Santos se juntam, temos grande "farrá" ou grandes "trabalhos". Este ano não foi excepção... O quê? Não sabem? Eu não acredito – então eu vou contar-vos como foi:

No dia 12-6 foi a abertura oficial dos festejos dos



SANTOS POPULARES na nossa queridíssima Vila Velha, desta vez coube ao "Santo Padroeiro, S. Martinho" fazer as chamadas honras da casa.

Quem trepasse a *calçada da Piriqueta* podia observar uma pequenina amostra das famosas ruas de Alfama, os balões e os festões bem distribuídos emprestavam o seu colorido à estreita calçadinha, e não era preciso ser-se muito observador para ver que em todos os vasos "desabrochavam" as mais bonitas rosas, dalias, camélias? Cada um ponha a sua imaginação a funcionar. A música troava no ar nocturno convidando ao repouso e ao deleite dos inúmeros pitéus que faziam a sua primeira aparição em deliciosos perfumes vindos das grelhas, que em azáfama de abelha, lá iam grelhando as sardinhas (Santos são elas, não são Santos) e as entremeadas, enquanto nas frigideiras saltavam as febras.

Quem fosse à *Fonte da Pipa*, também não ficava a perder, pois lá podia deliciar-se não só com os grelhados, mas também com os bolinhos, o café, os jogos e claro o palco por onde iam passando bons momentos de música e entretenimento. Mas se tivessem pernas para subir e descer as tortuosas ruas da Vila, tinham ainda a barraquinha das filhós, da

sangria, a tómbola, as bancadas dos nossos incansáveis escuteiros, enfim, uma panóplia para os mais exigentes gostos.

Os festejos este ano duraram bastante tempo, senão vejam:

Dias *12, 13 e 14 de Junho* foram os primeiros, depois o fim-de-semana de *20 e 21* e por fim o de *27 e 28*. Assim, nem Stº António, nem S. João nem o nosso S. Pedro se puderam zangar, embora este último não tivesse sido muito amigo quanto ao tempo, mas isso são pormenores de somenos importância, já que uns borrifos puxados a vento não matam ninguém e servem para testar a resistência dos que, nesses dias, davam o seu contributo servindo e os que o davam sendo servidos.

Animação não faltou, já que até a Catequese esteve em festa e desfilou ao som de marchas cuja música era bem conhecida e que o refrão começava assim:

E lá vai a marcha com arquinho e balão, Portela e Estefânia a cantar com emoção...

Fazendo minhas estas palavras, estes festejos foram vividos com emoção por todos os que, de uma forma ou de outra, neles participaram. Trabalhos, canseiras, ralhos e alguns momentos menos alegres sempre os há nas nossas vidas. Mas nos Santos

manda a tradição que se saltem fogueiras e se alegrem os corações, por isso:

Cá vai a marcha preparando um novo ano... E que em 2004 os nossos santos possam novamente descer às ruas de Sintra e emprestar colorido e vida às nossas Vidas.



Assinatura

Cruz Alta

Torne-se assinante do Jornal Cruz Alta: Preencha com letras legíveis e envie para: Cruz Alta - Assinaturas ~ Igreja de São Miguel ~ Avª Adriano Júlio Coelho Estefânia ~ 2710-518 SINTRA

Nome: _____
 Morada: _____
 Localidade: _____ Código Postal: _____ - _____ @ _____
 Telefone: _____ E-Mail: _____ @ _____
 Data de Nascimento: ____/____/____

Agregado familiar:

Nome: _____ Data de Nascimento: ____/____/____
 Nome: _____ Data de Nascimento: ____/____/____
 Nome: _____ Data de Nascimento: ____/____/____
 Nome: _____ Data de Nascimento: ____/____/____
 Nome: _____ Data de Nascimento: ____/____/____

Torne-se assinante e receba o

Cruz Alta

Assinatura Anual (11 números)

Apenas 10 cruzeiros

» Conforme legislação aplicável, os seus dados não serão fornecidos a terceiros e pode alterá-los ou anulá-los. Para tal, basta comunicar por escrito à Direcção do Cruz Alta.



A nossa religião e as outras



por Manuela Redol

Ecumenismo - União da Humanidade ou união das Igrejas?

Sob o termo ecumenismo abrigam-se diversos sentidos, o que é lógico, porque os intervenientes neste dialogo são provenientes de várias áreas de pensamento. Georges Casalis e Per Sonning revalorizaram há anos o ecumenismo secular como "a convicção de que o dever essencial do cristianismo de hoje é concretizar a união da humanidade e não a das igrejas".

O termo *oikoumene* (ecumenismo) num sentido lato e geográfico significa "terra habitada". Na tradição cristã entende-se como "igreja espalhada por toda a terra habitada", ou seja, todos os credos são ecuménicos e os concílios também. Hoje existe um sentido técnico moderno, exprimindo a tentativa de reconciliação da Igrejas cristãs, de modo a demonstrar de maneira visível a

unidade desejada por Cristo.

Resumindo, o termo *oikoumene* põe-nos diante



de dois possíveis "sujeitos" do movimento ecuménico. Se se aceitar a visão de G.Casalis, o sujeito é todo o homem ou mulher, fiel ou não, católico ou protestante, judeu, muçulmano ou budista, que tenha empreendido a tarefa da reconciliação da humanidade para fazer dela a casa comum em que todos caibam. É o sentido amplíssimo do termo ecumenismo. Se se aceitar, em contrapartida, a aceção da tradição cristã no seu sentido técnico moderno, o protagonista do movimento ecuménico pas-

sa a ser a Igreja - as Igrejas cristãs. Estas, sentindo-se numa situação anómala, mantêm, apesar de tudo, certa comunhão que as impele à plena união. Então, o ecumenismo surge como uma questão de obediência, de fidelidade à prece de Deus (Jo 17,21).

No mês passado, por motivos pessoais (conhecer três fantásticas e pequeníssimas sobrinhas-netas) fui ao Canadá, precisamente a Toronto. Este país é feito fundamentalmente por imigrantes que transportam para a sua nova Pátria todos os usos e costumes das suas terras de origem, trazendo consequentemente também as suas religiões (coabitando de um modo extraordinariamente respeitoso!). E porque tinha muito in-

teresse, resolvi visitar vários templos, de diversas religiões e seitas. Fui a uma Igreja Católica, a uma Anglicana e a uma Luterana, todas cristãs, as duas últimas já provenientes da Igreja Católica Romana por via dos cismas. Entrei, olhei, sai, e ninguém me dirigiu qualquer palavra ou olhar de interesse. Fui a uma Igreja Copta, onde o altar estava, como é tradicional, fechado, reparei pormenorizadamente nas belíssimas imagens pintadas nas paredes, fui



mirada atentamente pelas pessoas que estavam

sentadas, mas ninguém me dirigiu palavra, nem senti qualquer desejo nelas para que eu o fizesse. A se-



guir, fui a um lindíssimo templo Budista: depois de entrar, mas antes da parte reservada à oração e meditação, havia uma mesa com diversa literatura em inglês, francês e chinês e uma senhora e um senhor, vestidos com as suas vestes tradicionais, cheios de simpatia para oferecer. Deram-me todas as explicações que eu pedi e muitas outras que eu não pedi, mas fiquei muito grata. Pude entrar no templo propriamente dito, onde estavam outras

pessoas a orar serenamente, mas que, curiosamente, olhavam para mim e sorriam num sinal de cordialidade. Por fim, e para encerrar esta minha curta viagem às religiões, tentei visitar um templo Mormon, Igreja dos santos dos últimos dias. Era o mais faustoso, todo branco e dourado! Também tinha uns senhores numa enorme antecâmara,

todos vestidos de branco. Ofereceram-me ajuda para tudo: se eu queria ficar no Canadá, se a minha família tinha algum problema, inclusivamente financeiro, ... uma fartura! Só que não me deixaram entrar no templo propriamente dito porque eu tinha que pertencer e estar inscrita nos livros do templo e ter feito quatro anos de aprendizagem!

É importante salientar que, sempre que me foi permitido, informei quem era, de onde vinha e que era cristã e católica.

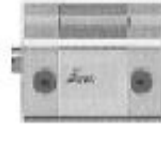
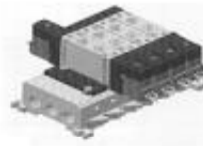
ETI OPI

O SEU CENTRO DE AR COMPRIMIDO

COMPRESSORES SUPER SILENCIOSOS
DE 0,25 HP A 300 HP



ELECTROVÁLVULAS, VÁLVULAS DE COMANDO E CILINDROS



ACESSÓRIOS, MANGUEIRAS, FERRAMENTAS
PNEUMÁTICA E MANUAIS



SERVIÇO DE ASSISTÊNCIA 24 HORAS

R. 5 DE OUTUBRO, 79, M.MARTINS - SINTRA OU CONTACTE-NOS ATRAVÉS DO TELF. 21 926 7240 / FAX 21 926 7249

ETI OPI@NETCABO.PT - WWW.ETI OPI.PT

De enxada na mão... em Julho

por Odete Valente



“Julho quente, seco e ventoso, trabalha sem repouso”

No jardim – Podem semear-se este mês muitas plantas bianuais e vivazes, sobretudo as espécies cujas sementes necessitam, para germinar, de uma longa permanência na terra. Faz-se a sementeira nesta altura, para no Outono serem transplantadas e colocadas no lugar definitivo e assim poderem florir no ano seguinte.

Semeiam-se também nesta altura um grande número de espécies, de forma a obter-se plantas mais vigorosas e uma floração mais temporã. Nos canteiros e vasos, substituem-se as plantas anuais que já floriram por outras que têm a sua floração no verão. Estacam-se as dalias e faz-se a reprodução, por estaca, dos crisântemos.

Nas matas – Prosseguem os trabalhos indicados para o mês passado no que respeita ao arvoredado. Nos pinhais continua-se com a resinagem do pinheiro bravo. Aproveitam-se os dias de sol bem forte para se iniciar a abertura das pinhas, já apanhadas na devida altura, para a extração do penisco. Para tal, colocam-se as pinhas

na eira, bem espalhadas e revolvidas amiúde, para que o calor as atinja por igual e faça assim com que, em poucos dias, se abram e deixem cair o penisco, que, de seguida, é guardado. Se todos os silvicultores procedessem deste modo evitar-se-ia a perda de quantias avultadas na compra de penisco na época das sementeiras.



Nesta altura, é indispensável tomar todas as precauções contra os incêndios.

Nos carvalhais, azinhais, soutos e montados, continuam os trabalhos de limpeza que, entre outras coisas, muito contribuem para a destruição dos parasitas. Continua-se também a amarra da cortiça.

Nos viveiros, autêntico mealheiro do lavrador, faz-se a limpeza das ervas daninhas e protegem-se as árvores novas, amparando-as e, se necessário, abrindo-as do sol forte desta época.

Sementeiras – Ásreres, begónias Vernon, gipsófilas, goivos, lembra-te de mim, linho azul, miosótis e violetas.

Bolo de maçã

por Pedro Almeida

Ingredientes:

- 4 ovos
- 200 gramas de açúcar
- 200 gramas de margarina
- 200 gramas de farinha
- 2 maçãs grandes
- Geleia q.b.

Batem-se as gemas com o açúcar até ficar bem desfeito. Junta-se depois a margarina derretida e bate-se bem. Em seguida batem-se as claras em castelo e mistura-se tudo, alternando com a farinha.

Vai ao forno numa forma bem barrada e quando começar a cozer colocam-se as maçãs cortadas às fatias em cima e deixa-se acabar de cozer. Depois de cozido desenforma-se e barra-se com a geleia.

GINÁSTICA PARA TODOS

por Gabriela Garcia, Fisioterapeuta e Osteopata



6º Exercício

Sempre de costas contra uma parede, cruze os dedos atrás da nuca. Incline umas 15 vezes o busto para baixo, depois lateralmente, para a direita e para a esquerda, e, finalmente, em oblíquas, como um avião que plana.

A amplitude destes movimentos deve ser MUITO FRACA.



Os nossos Poetas

por Helena Porfírio

As águas crescem;
a terra morre;
Na aparência.
Mas campos florescem,
porque cada gérmen
socorre
a permanência.
O sangue cria,
a alma parte.
Talvez para lado algum.
Mas o que havia,
mantém-se em arte,
E o todo é um.

POR FAVOR... RIA-SE!

Toby, o nosso cão cruzado de colie, de pêlo curto, estava a ser examinado pelo veterinário por causa de um corte numa pata.

“Dá-me a pata”, disse o veterinário. Mas o cão ignorou-o.

“Ele não sabe dar a pata?”, perguntou surpreendido o veterinário.

A minha mulher inclinou-se para a frente e respondeu com um ar misterioso: “Tem que saber as palavras certas quando há adolescentes na família. Depois ajoelhando-se disse: “Dá cá mais cinco, meu!” E o Toby estendeu a pata ferida.

A minha mãe é professora do ensino básico. Um dia perguntou na escola aos seus alunos: “Quem mora na casa pequenina que fica sobre o altar da nossa igreja?” Todos os alunos responderam que era Jesus, mas um deles pouco convencido perguntou: “Oh Senhora Professora, como é que Ele lá cabe? Aninha-se?”

Eu sou português e o meu sogro é um sueco ferrenho. Sempre que surge uma oportunidade lá está ele a gabar a sua Suécia e os Suecos.

Um dia fomos a um grande loja de calçado em Estocolmo para comprar um tipo de sapatos que já usava há vários anos. Depois de muito procurar lá encontrou os sapatos pretendidos, e não perdeu a oportunidade de gabar o cabedal sueco tratado de forma especial para as temperaturas e pés suecos. Curioso, resolvi examinar os sapatos. Em letras impressas pude então ler: «Made in Portugal»

Dois homens, João e Joaquim, estavam às portas do céu à espera de serem entrevistados por S. Pedro. “Como é que vieste aqui parar?”, perguntou João. “Hipotermia”, respondeu Joaquim. “E tu?” “Não vais acreditar. Tinha a certeza que a minha mulher andava a enganar-me por isso um dia cheguei mais cedo a casa, esperando encontrar o malandro. Acusei a minha mulher de infidelidade e procurei pela casa toda, mas sem sorte nenhuma. Então senti-me tão mal com aquilo que tive um ataque cardíaco.” “Eh pá, se tivesses ido ao frigorífico estávamos ambos vivos.”

“Em Deus ajudando, vai em Julho mercado”

Soluções do número anterior:



Descubra as 5 diferenças entre estes 2 desenhos

por Cristina Rocha



A Bíblia de A a Z

• **Patriarca** – (Do grego “Chefe de Família”). Nome dado no Antigo Testamento aos primeiros antepassados do Povo de Israel, com os quais se iniciou a História da Salvação.

Os Autores Sagrados, preocupados em manter uma continuidade na História da Salvação e em fazer a ligação entre Adão e Abraão, em Gn 5, 1-32, apresentam-nos uma lista genealógica dos descendentes de Adão. Trata-se de uma ponte com dez arcos, correspondentes aos dez patriarcas aí referidos (Adão, Set, Enós, Quenan, Maalaleel, Jéred, Henoc, Matusalém, Lamec e Noé). Em Gn 11, 10-32, completa-se a genealogia entre Noé e Abraão (Noé, Sem, Arfaxad, Chela, Héber, Péleg, Reú, Serug, Naor, Tera e Abrão).

As narrativas patriarcalis de Abraão, Isaac e Jacob, e dos seus filhos, constituem o prólogo da história do Povo de Israel. Descrevendo, de uma forma um pouco monótona, os patriarcas, estas narrativas não pretendem ser um relato fiel da história política e económica, mas antes um prólogo à História da Salvação; à verdade histórica sobrepõe-se uma interpretação teológica de revelação e de providência. Pretende-se de-

mostrar que o Deus de Israel é o mesmo que se revelou aos seus antepassados e que estes, não sendo modelos de virtude, acreditaram e respeitaram o Deus que se lhes revelara.

A Bíblia apresenta-nos a História dos Patriarcas em quatro ciclos:

O Ciclo de Abraão (Gn 12, 1 – 23,20); O Ciclo de Isaac (Gn 24–27); O Ciclo de Jacob (Gn 25,19–36, 43); e o Ciclo de José (Gn 24 – 27).



• **Abraão** – (Hebr. *Abraham* – “pai da multidão”). Abraão é o primeiro dos Patriarcas Bíblicos.

Inicialmente chamado Abrão (de *abram* – “pai venerável”), a mudança do seu nome para Abraão é-nos explicada em Gn 17, 5 (“...Já não te chamarás Abrão, mas sim Abraão, porque Eu farei de ti pai de inúmeros povos...”).

selecção de
Carlos Brito Marques



Abraão era habitante de Ur, na Caldeia (baixa Mesopotâmia). Acatando o que lhe foi dito por Deus, abandona a sua pátria e parte para um país desconhecido, seguindo as indicações que lhe iam sendo dadas por Deus (Gn 12, 1). Em Canaã (actual Israel e Palestina), no lugar de Siquém, Deus revela-se a Abraão e promete-lhe a posse daquela Terra à sua descendência (Gn 12, 7).

Com Abraão inicia-se a revelação bíblica. De acordo com a tradição bíblica, Deus foi buscar Abraão a uma religião politeísta, transformando-o no guardião da revelação e do culto monoteísta. Abraão e a sua tribo deixam de adorar os *elohim* (deuses) e passam a adorar um único Deus supremo (*El-Chadai*).

Abraão é, essencialmente, o símbolo do homem de fé. Seguro na fé, aceita abandonar a sua pátria, a segurança do lar e das suas terras, partindo para a aventura do desconhecido, para se instalar num território estrangeiro, longínquo e desconhecido, confiante na palavra e na protecção divina.

Outro exemplo de que Abraão se manteve firme na fé é o facto de não hesitar em obedecer a Deus, mesmo quando lhe é pedido o sacrifício do seu próprio filho (Gn 22, 1 ss).

Abraão é o antepassado reconhecido pelas três religiões monoteístas: o Judaísmo, o Cristianismo e o Islamismo, sendo assim o elo espiritual que une Judeus, Cristãos e Muçulmanos.

A Bíblia, livro dos símbolos

A Casa

por Manuela Redol



Na Bíblia, a casa é símbolo de várias realidades espirituais: da **habitação** do Homem e de Deus no meio dos homens; do **mundo** como casa do Homem; de todo o **povo** de Israel; do próprio **Jesus** que veio fazer a sua casa no meio de nós. Quem casa quer casa, lá diz o velho ditado! Deste modo, estamos também a falar de **família**. No grego da Bíblia, o termo casa, *oikos*, significa o edifício material da *oikia*, isto é: a família.

A casa, lugar da família: Em todas as civilizações, a casa é o santuário da família, o lugar onde a família se reúne como num pequeno templo. Por isso, a casa primitiva tem um mínimo de aberturas para o exterior: apenas uma porta para entrar, ou seja, voltada para si mesma, para a intimidade. De certo modo, a casa é um centro do mundo cósmico, um mundo em miniatura, bem defendido do mundo exterior, caótico e hostil.

O mundo, casa de Deus para o Homem: “Deus disse: Façamos o ser humano à nossa imagem, à nossa semelhança, para que domine sobre os peixes do mar, sobre as aves do céu, sobre os animais domésticos e sobre todos os répteis que rastejam pela terra. Deus criou o ser humano à sua

imagem, criou-o à imagem de Deus; Ele os criou homem e mulher” (Gn 1,26-27). Segundo a mentalidade dos autores deste texto, o mundo era uma espécie de tenda imensa, constituída pela abóbada celeste e fixada à terra em cada um dos extremos do horizonte. Ou seja, a casa que Deus criou para o homem!

A ecologia: Ecologia significa tratado, ciência da casa (*oikos*-logia). Isto é, o mundo como casa do Homem. A ecologia é, por assim dizer, a ciência mais antiga da humanidade e a Bíblia diz-nos que o Senhor nos ofereceu uma casa da qual não podemos ser maus inquilinos: não a podemos estragar, muito menos destruir, e temos de O louvar por este maravilhoso palácio cósmico onde Ele nos colocou: “Louvai a Deus no seu santuário, louvai-O no seu majestoso firmamento!” (Sl 150)

A casa de Deus no meio do povo: No mundo ori-

ental, particularmente na Bíblia, “casa” pode ser uma tenda ou um conjunto de tendas, mas designa sempre o conjunto dos seus habitantes: “Quando Moisés entrava na tenda da reunião para falar com Deus, ouvia a voz que lhe falava de cima do propiciatório que estava sobre a Arca do testemunho...” (Nm 7,89)

Jesus é a verdadeira Casa de Deus: Antes da Encarnação, pensava-se que Deus tinha a sua morada numa casa-templo material. A partir da encarnação de Jesus, a verdadeira Casa de Deus é Ele próprio, é o seu corpo, como diz S. João: “O Verbo fez-se homem e fixou a sua tenda no meio de nós; e nós contemplamos a sua glória, a glória que possui como Filho Unigénito do Pai, cheio de graça e de verdade.” (Jo 1,14).



Farmácia Marrazes

Propriedade e Direcção Técnica de
Dra. Célia Maria Simões Casinhas

Largo Afonso de Albuquerque, nº 24 - Estefânia
2710-519 SINTRA

Telef.: 21 923 00 58
Fax: 21 910 50 45

Restaurante Chinês

Jian Feng
建峰酒樓

NOVO

Cozinha típica
Chinesa

Junto ao Campo de Futebol do Sintrense

R. José Bento Costa, Nº 3 - A
2710 PORTELA DE SINTRA

Telef.: 219 243 398
Tlm.: 962 648 793

CABRIZTERRAS, LDA

(Grupo Heitor Rebelo)

CAMIÕES DE ALUGUER COM
GRUA



ALUGUER MÁQUINAS
P/TERRAPLANAGEM,
CONSTRUÇÃO CIVIL
E OBRAS PÚBLICAS



TRANSPORTES ESPECIAIS
DE MERCADORIAS
NACIONAL / INTERNACIONAL



Travessa Lapa, 16 - Cabriz • 2710-118 SINTRA

☎ 219 233 676 - 219 105 310 • Telefax 219 106 275

Camiões

Máquinas

Transportes

em

SINTRA

Calendário Litúrgico para Julho - Ano B

preparado por José Pedro Salema e Grupo Bíblico



Dia 1 TERÇA-FEIRA da semana XIII

L1 Gen 19,15-29; Sal 25, 2-3.9-10.11-12
Ev Mt 8, 23-27
"Salva-nos, Senhor, que estamos perdidos"

Dia 2 QUARTA-FEIRA da semana XIII

L1 Gen 21,5.8-20; Sal 33,7-8.10-11.12-13
Ev Mt 8,28-34
"Vieste aqui atormentar os demónios antes de tempo"

Dia 3 QUINTA-FEIRA da semana XIII

L1 Ef 2,19-22; Sal 116,1.2
Ev Jo 20,24-29
"Meu Senhor e meu Deus!"

Dia 4 SEXTA-FEIRA da semana XIII

L1 Gen 23,1-4.19-24,1-8.62-67; Sal 105, 1-2.3-4a.4b-5; Ev Mt 9, 9-13
"Não são os que têm saúde que precisam do médico"

Dia 5 SÁBADO da semana XIII

L1 Gen 27,1-5.15-29; Sal 134,1-2. 3-4. 5-6
Ev Mt 9, 14-17
"Podem os companheiros do esposo ficar de luto, enquanto o esposo estiver com eles"

Dia 6 DOMINGO XIV TEMPO COMUM

L1 Ez 2,2-5; Sal 122,1-2a.2bcd.3-4
L2 2 Cor 12,7-10;
Ev Mc 6, 1-6
"Estava admirado com a falta de fé daquela gente"

Dia 7 SEGUNDA-FEIRA da semana XIV

L1 Gen 28,10-22a; Sal 90,1-2. 3-4.14-15ab
Ev Mt 9,18-26
"Tem confiança, minha filha. A tua Fé te salvou"

Dia 8 TERÇA-FEIRA da semana XIV

L1 Gen 32,22-32; Sal 16,1.2-3.6-7.8b-9a e 15
Ev Mt 9,32-38
"A seara é grande, mas os trabalhadores são poucos"

Dia 9 QUARTA-FEIRA da semana XIV

L1 Gen 41,55-57-42,5-7a.17-24a; Sal 32,2-3.10-11.18-19
Ev Mt 10,1-7
"Pelo caminho proclamai que está perto o reino dos céus"

Dia 10 QUINTA-FEIRA da semana XIV

L1 Gen 44, 18-21. 23b-29 - 45, 1-5; Sal 104, 16-17. 18-19. 20-21
Ev Mt 10, 7-15
"Recebestes de graça: dai de graça."

Dia 11 SEXTA-FEIRA da semana XIV

L1 Prov 2, 1-9; Sal 33, 2-3. 4-5. 6-7. 8-9. 10-11
Ev Mt 19, 27-29
"É mais fácil passar um camelo pelo fundo de uma agulha, do que um rico entrar no reino de Deus."

Dia 12 SÁBADO da semana XIV

L1 Gen 49,29-33-50,15-26a; Sal 104,1-2. 3-4.6-7
Ev Mt 10,24-33
"Não temais os que matam o corpo"

Dia 13 DOMINGO XV TEMPO COMUM

L1 Amós 7,12-15; Sal 84,9ab-10.11-12.13-14
L2 Ef 1,3-14
Ev Mc 6,7-13
"Jesus chamou os doze Apóstolos e começou a enviá-los dois a dois"

Dia 14 SEGUNDA-FEIRA da semana XV

L1 Ex 1,8-14.22; Sal 123,1-3.4-6.7-8
Ev Mt 10,34-11,1
"Não vim trazer a paz, mas a espada"

Dia 15 TERÇA-FEIRA da semana XV

L1 Ex 2,1-15a; Sal 68, 3.14.30-31.33-34
Ev Mt 11,20-24
"Mas Eu vos digo: o dia do Juízo será mais tolerante para Sodoma, do que para ti"

Dia 16 QUARTA-FEIRA da semana XV

L1 Ex 3,1-6.9-12; Sal 102,1-2.3-4.6-7
Ev Mt 11,25-27
"Escondeste estas verdades dos sábios e inteligentes e as revelaste aos pequeninos"

Dia 17 QUINTA-FEIRA da semana XV

L1 Ex 3,13-20; Sal 104,1e 5. 8-9. 24-25.26-27
Ev Mt 11,28-30
"Sou manso e humilde de coração"

Dia 18 SEXTA-FEIRA da semana XV

L1 Ex 11,10-12,14; Sal 115,12-13.15-16bc. 17-18
Ev Mt 12,1-8
"Eu quero misericórdia e não sacrifício"

Dia 19 SÁBADO da semana XV

L1 Ex 12,37-42; Sal 135,1 e 23-24.10-12. 13-15
Ev Mt 12,14-21
"Muitos O seguiram e Ele curou-os a todos"

Dia 20 DOMINGO XVI TEMPO COMUM

L1 Jer 23,1-6; Sal 22,1-3a.3b-4.5.6 L2 Ef 2,13-18
Ev Mc 6,30-34
"Cristo veio anunciar a boa nova de paz, paz para vós, que estáveis longe, e paz para aqueles que estavam perto"

Dia 21 SEGUNDA-FEIRA da semana XVI

L1 Ex 14, 5 - 18; Sal Ex 15, 1 - 2. 3 - 4. 5 - 6
Ev Mt 12,38-42
"...mas nenhum sinal lhes será dado, senão o sinal do profeta Jonas"

Dia 22 TERÇA-FEIRA da semana XVI

L1 Ex 14,21-15,1; Sal Ex 15,8.9. 10.12.13 e 17
Ev Jo 20,1.11-18
"Mulher porque choras? A quem procuras?"

Dia 23 QUARTA-FEIRA da semana XVI

L1 Gal 2, 19-20; Sal 33, 2-3. 4-5. 6-7. 8-9. 10-11
Ev Jo 15,1-8
"Outras caíram em boa terra e deram fruto"

Dia 24 QUINTA-FEIRA da semana XVI

L1 Ex 19,1-2.9-11.16-20; Sal Dan 3,52.53-54.55-56
Ev Mt 13,10-17
"Felizes os vossos olhos porque vêem e os vossos ouvidos porque ouvem!"

Dia 25 SEXTA-FEIRA da semana XVI

L1 2 Cor 4, 7-15; Sal 125, 1 -2ab. 2cd-3.4-5.6
Ev Mt 20,20-28
"Bebereis do Meu cálice"

Dia 26 SÁBADO da semana XVI

L1 Ex 24,3-8; Sal 49,1-2.5-6.14-15
Ev Mt 13,24-30
"Muitos profetas e justos desejaram ver e ouvir o que vós vedes e ouvís"

Dia 27 DOMINGO XVII DO TEMPO COMUM

L1 2 Re 4,42-44; Sal 144,10-11.15-16.17-18; L2 Ef 4,1-6
Ev Jo 6,1-15
"Deu-lhes e eles comeram; e ainda sobrou, segundo a palavra do Senhor"

Dia 28 SEGUNDA-FEIRA da semana XVII

L1 Ex 32,15-24.30-34; Sal 105,19-20.21-22.23
Ev Mt 13,31-35
"O grão de mostarda torna-se árvore, de modo que as aves do céu vêm abrigar-se nos seus ramos"

Dia 29 TERÇA-FEIRA da semana XVII

L1 Ex 33,7-11-34,5b-9.28; Sal 102,6-7.8-9.10-11.
Ev Jo 11,19-27
"Acredito que Tu és o Messias, o Filho de Deus"

Dia 30 QUARTA-FEIRA da semana XVII

L1 Ex 34,29-35; Sal 98,5.6.7.8
Ev Mt 13,44-46
"Vendeu tudo quanto possuía para comprar aquele campo"

Dia 31 QUINTA-FEIRA da semana XVII

L1 Ex 40,16-21.34-38; Sal 83,3.4.5-6a e 8b.11
Ev Mt 13,47-53
"Os peixes bons para o cesto e o que não presta deitam-no fora"

Intenções do Papa para este mês

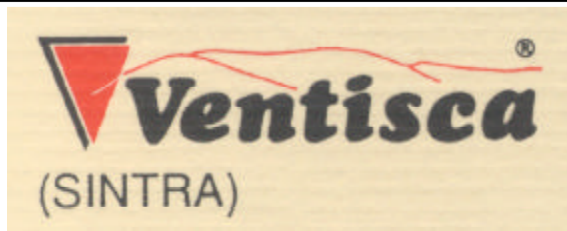


• Governantes, servidores do povo.

Que os governantes e responsáveis pela economia e finanças do mundo, se esforcem por encontrar soluções que garantam a cada povo, os meios necessários para viver com dignidade.

• **Ajuda às vítimas da sida em África.** Que todos os que, na África, são vítimas da sida e de outras doenças graves, experimentem a consolação e o amor de Deus, graça aos serviços dos médicos e de quantos os assistem generosamente.

Rua Câmara Pestana
Edifício Sintra, Lj. 2
Telf.: 21 924 35 09
Fax: 21 924 29 92



AVENTURA
SOBREVIVÊNCIA
OUTDOOR

Livros do mês

Equador

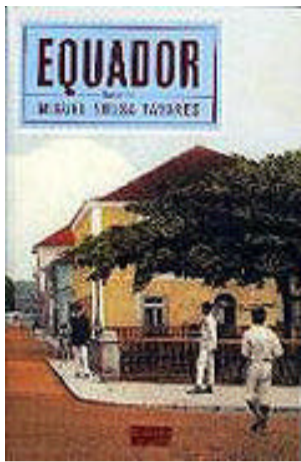
(Miguel Sousa Tavares)

Após a publicação de alguns livros de crónicas políticas, histórias de viagens e contos como "Segredo do Rio" (infantil) e "Não Te Deixarei Morrer David Crockett", Miguel Sousa Tavares lança-se agora num romance de fôlego intitulado "Equador".

O romance foca a história de Luís Bernardo, um homem que é enviado pelo Rei D. Carlos para S. Tomé como governador e que acaba assim por trocar a vida despreocupada de Lisboa por uma vida arriscada e conflituosa com a metrópole, ao tomar a defesa da dignidade dos trabalhadores das roças.

por M. Helena Pereira


Fruto de uma longa investigação histórica, "Equador" faz um retrato interessante da sociedade portuguesa nos últimos anos da Monarquia e do contraste entre a vida mundana e cosmopolita de Lisboa e o ambiente duro e retrógrado da colónia.



(10% de desconto na aquisição deste livro

na livraria Penha da Lua se fizer referência a este jornal)

LIVRARIA



**AMPLA ESCOLHA
DE LIVROS
AMBIENTE AGRADÁVEL**

R. Câmara Pestana - Edifício Sintra
Loja 4 ~ 2710-546 SINTRA
Telf.: 21 924 32 99
(junto à Igreja de São Miguel)

Liturgia Diária

(Paulus Editora)

A Paulus lançou em Fevereiro a versão portuguesa da revista "L'Église". Trata-se de um conjunto de pequenas revistas com o formato de bolso, mensais, que nos permitem ter sempre presentes as leituras diárias. Esta é mais uma forma de qualquer cristão poder acompanhar as celebrações diárias ou de ler e

reflectir sobre as mesmas, diariamente. Só é vendida por assinatura, mas cremos que o custo de 10 euros anuais é perfeitamente suportável. Tem ainda a vantagem de, muito rapidamente, se encontrar as leituras respectivas ao dia, pois apresenta o dia em numeração e em nome semanal, o que facilita muito, sobretudo para os que "não dominam

muito a matéria". Não perca esta nova oportunidade de ir rezando a Bíblia, diariamente!



Sociedade Recreativa da Várzea comemora 70 anos

Para comemorar o seu 70º Aniversário, a Sociedade Recreativa da Várzea promoveu uma série de eventos comemorativos, com desta-

des mobilizadoras que, com grande azáfama, prepararam o farto banquete para mais de 200 pessoas, que

por Zé Pedro
Salema



que para um grande almoço convívio, que teve lugar no passado dia 15 de Junho, nas suas instalações.

Mais uma vez, foram as mulheres da terra as gran-

encheram por completo o salão, ultrapassando as expectativas mais optimistas.

Aquele Domingo soa-lheiro ficou enriquecido,

com este momento de convívio são, de gente querida e boa, com a nossa linda Serra de Sintra como pano de fundo.

E Deus no meio de tudo!

Viajando pela internet

por José
Pedro Salema

O site do Mês – **AJUD@S TÉCNICAS PARA DEFICIENTES**

Sabia que existe um espaço, na internet, com muitas informações úteis para os deficientes?

Disponibilizado pelo Secretariado Nacional para a Reabilitação e Integração das Pessoas com Deficiências (SNRIPD), este site

contém uma vasta documentação sobre legislação, direitos e benefícios que lhes são oferecidos oficialmente, assim como uma lista de ajudas técnicas participadas até 100% (cadeiras de rodas, próteses, ajudas, etc.).

Linha Directa:
21 795 95 45

Correio electrónico:
snripd@snripd.mts.gov.pt

Visite em:
www.snripd.mts.gov.pt

Abaixo os auscultadores!

Tribalistas

"Tribalistas", 2003

por Pedro Tomásio e Tiago Bueso

Os Tribalistas são uma nova banda que resulta de um projecto de três músicos de renome no panorama musical brasileiro.

Predominantemente acústico, o som reflecte a união de vários estilos musicais como Bossa-Nova e Pop/Rock. A junção das vozes acaba por resultar numa harmonia curiosa, apesar dos registos vocais

de cada um serem bastante distintos. Estes vão do mais agudo (Marisa Monte), ao muito grave (Carlinhos Brown), havendo um terceiro elemento que faz a ponte entre os primeiros (Arnaldo Antunes).

O álbum homónimo tem como single de lançamento "Já sei namorar". Destacamos também a música "Velha Infância" que faz parte da banda sonora da

novela "Mulheres Apaixonadas" e que, para nós, é uma das mais interessantes faixas do disco.

Esta é uma aposta de grande qualidade na música brasileira contemporânea.



ESPECIALIDADES DA CASA:



- Arroz de Tamboril
- Açorda de Marisco
- Bacalhau à Apeadeiro
- Escalopes à Archiduck
- Bifes à Café
- Arroz-Doce
- Taça do Chefe

Encerra à Quinta-Feira

Avenida Miguel Bombarda, 3-A
Telef. 219 231 804 - 2710 SINTRA



ANTIGA FÁBRICA
DE
QUEIJADAS FINAS DA
★ PIRIQUITA ★
CONSTÂNCIA GOMES PIRIQUITA

PIRIQUITA
R. das Padarias, 1
2710-603 SINTRA
Telf.: 21 923 06 26 / Fax: 21 924 23 99

ESPECIALIDADES DA FÁBRICA:

Queijadas - Travesseiros - Pastéis de Sintra
Nozes Douradas - Pastéis Cruz Alta

PIRIQUITA dois
R. das Padarias, 18
2710-603 SINTRA
Telf.: 21 923 15 95



ANTIGA FÁBRICA
DE
QUEIJADAS FINAS DA
★ PIRIQUITA ★
CONSTÂNCIA GOMES PIRIQUITA

Marcar a diferença!

por João Chaves

Mais uma vez, as portas da nossa igreja abriram-se a um grupo que trabalha e nos veio pedir ajuda. Desta vez foi o MSV - Movimento ao Serviço da Vida, que desenvolve a sua acção em várias partes do mundo, entre as quais o Nordeste Brasileiro e Portugal. Aqui trabalham mais



intensamente em Alcoutim, no Algarve e no Pragal, junto a Almada.

Desenvolvem as suas acções, sempre em consonância com as paróquias locais, junto de presos, idosos, crianças em risco, a necessitar de apoio escolar ou mesmo em campanhas de alfabetização.

É um grupo que nasceu há apenas 12 anos, na sequência de um pedido

espontâneo das irmãs Escravas do Sagrado Coração de Jesus, no Brasil, que necessitavam de

apoio. Criou-se assim um grupo de oração que, como fruto dessa oração, faz trabalho voluntariado, característica que vêm mantendo.

Os voluntários do MSV acham que o pouco que façam no seu dia-a-dia, apesar de ser uma gota no oceano, é um contributo válido que influencia sempre qualquer coisa ou alguém.

Para angariarem fundos

vieram vender T-shirts com vários dizeres, entre os quais: "Se estiveres em Pânico, conta até dez, e então... entra em Pânico" e "Marca a diferença".

Na minha humilde opinião, muita gente devia usar a primeira camisola. Os que entram em pânico com muita facilidade e que depois acabam por, desnecessariamente,

pôr os outros no mesmo estado. Os que têm pânico de fazer seja o que for que não seja imobilismo. Os que têm pânico de ajudar os outros, ou melhor, de os descobrir! Quanto à segunda camisola, penso que todos, mas todos, a devíamos

usar pelo menos uma vez por dia. Para quem se queira considerar cristão, nos dias de hoje em especial, tem mesmo que marcar a diferença, sob pena de nos deixarmos esbater numa tonalidade pastel oposta à vivacidade habitual das cores que nos guiam!

Obrigado à Madalena Vasconcelos, ao João Raposo, à Filipa Faria e ao João Ascenção, elementos do MSV que nos visitaram por também tentarem Marcar a Diferença!



Espectáculo de Ballet Clássico solidário

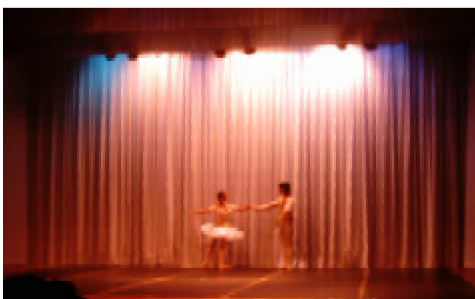
Realizou-se no passado dia 22 de Junho, pelas 15 horas, um excelente espectáculo de ballet no externato Nossa Senhora do Rosário, em Cascais.

Todas as escolas de ballet dirigidas pela professora Neilma Williams se juntaram neste magnífico auditório com capacidade para 800 lugares e, entre os cerca de 80 alunos envolvidos no evento, havia muitos jovens das nossas paróquias.

Há já 27 anos que esta professora inglesa, radicada em Portugal, promove anualmente este evento, aproveitando as receitas para oferecer a instituições de

solidariedade. Desta vez foi para a Cercica, em Alapraia - Cascais, e para o Centro de Educação de Mira Sintra. Como a professora

referiu, deste modo desenvolve-se o ballet e desperta-se, ao mesmo tempo, a atenção das crianças e respectivos pais para as carências de muitos que os rodeiam. Esta é uma forma de pôr os mais novos a apoiarem directamente os deficientes e de assumirem essa própria realidade.



A terminar o espectáculo, todos estes alunos dos Colégios do Ramalhão e de Maria Auxiliadora tiveram possibilidade, como nós, de ver uma magnífica

interpretação executada por dois bailarinos já nossos conhecidos, Vitória Monge e Juan Hernández, da Companhia Nacional de



Bailado que, trazidos pela Mestre da CNB Maria Palmeirim, assim manifestaram a sua solidariedade para com os que mais precisam.

Tal como disse Maria Palmeirim, cumpriu-se mais uma vez aquilo que quase já considera uma tradição que, sempre que a agenda da CNB permite, apoia incondicionalmente.

O CRUZ ALTA esteve lá e, depois de tudo o que viu, só pode desejar as maiores felicidades a todos os futuros bailarinos e dar os parabéns à Professora Neilma que, como mensagem para o nosso jornal, deixou o pedido que todos os pais levem, de vez em quando, os seus filhos ao ballet clássico de forma a que estes possam sonhar também.

Anuncie aqui!
Este espaço é seu!

Contacte:
João Chaves: 96 303 02 24
Rui Redol: 96 405 35 65

cruzalta-publicidade@
paroquias-sintra.net

AROMA da terra



AROMA DA TERRA - Cosméticos Naturais,
apresenta os seus produtos da Linha Viagem.



Embalagens práticas, com um formato pequeno - 30 ml - e inquebrável, são facilmente transportáveis, não tendo por isso dificuldade em utilizar os produtos AROMA DA TERRA sempre que queira e em qualquer parte do Mundo.
Leite de Limpeza; Tónicos Faciais; Sabonete Líquido; Gel Higiene Íntima; Banho Activo de Plantas; Shampoos; Creme Amaciador; Gel Bálamo; Gel Redutor; Creme Anti-Celulite.

Venha conhecer estes e outros sensacionais produtos !!!

Torne-se financeiramente Independente !!!

Venha trabalhar connosco !!!

LIGUE GRÁTIS 800 203 837



Catalogo 2003

AROMA DA TERRA - Cosméticos Naturais, Lda.
Rua Dr. Sousa Martins, 9 - Apartado 364
2726-902 MEM MARTINS - PORTUGAL
Tel. 21 926 44 30 - Fax: 21 926 44 31
www.aroma-terra.pt - sede@aroma-terra.pt

Taizé **TAIZÉ 2003**
VIAGEM DE VERÃO
www.taize.fr
1 A 11 AGOSTO

ÚLTIMA OPORTUNIDADE

AS INSCRIÇÕES FECHAM NO DIA 13 DE JULHO

POR ISSO NÃO TE ATRASES

RESERVA JÁ O TEU LUGAR

VIAGEM A TAIZÉ - FICHA DE INSCRIÇÃO

Nome: _____
Morada: _____
Localidade: _____ Código Postal: _____
Telefone: _____ Telemóvel: _____ Data de Nascimento: ____/____/____
E-mail: _____

Entrega estas fichas no cartório da Igreja de S. Miguel ou da Igreja de S. Martinho - SINTRA, ou então envia-as em e-mail para: sinais_sintra@yahoo.com

Para mais informações: 962736591 (Pódo Tarrafal) 306321993 (Ara Lúcia Santos)

SINAIS - GRUPO DE JOVENS DE SINTRA - IGREJA DE S. MIGUEL - SINTRA

Por via directa

O Cruz Alta foi para a rua conhecer as pessoas que fazem parte da grande família de Sintra e ouvir aquilo que têm para nos dizer, por via directa! Neste mês apresentamos a D. Ivone Silva, a qual fizemos algumas perguntas:

1) Já conhece o Cruz Alta?; 2) É católica?; 3) Vive nesta localidade? O que pensa dela?; Deixe uma mensagem no Cruz Alta.



Em Lourel

- Ivone Silva
- 76 anos
- Doméstica

1) Já conheço o jornal.
2) Sou católica.
3) Sintra era muito mais bonita do que agora, as pessoas eram mais unidas. Hoje, também devido à insegurança, as pessoas afastaram-se umas das outras, não são a família que eram antigamente.

Nos bairros antigos, todos se conheciam e cumprimentavam, sabiam quem precisava de quem, ou do quê. Hoje ninguém conhece ninguém, mesmo os vizinhos mais próximos.

Quanto ao comércio, também pioramos, antigamente havia o contacto com o cliente, era mais pessoal, agora vão lá ao supermercado e procurem

um sorriso nos lábios de algum empregado, ou uma palavra atenciosa, encontram onde?

Mensagem: "Boa sorte para o jornal, e façam força para que o hospital e Sintra seja uma realidade, e também lares para idosos, nas freguesias de S. Martinho, Sta. Maria e S. Pedro. Se à nossa volta, a região chamada salaio, os há, porque não aqui?"

vida real

Serviço RESTAURANTE
Todos os dias
19:00 h - 24:30 h
Everyday
Tel.: 96233

Taizé: uma peregrinação de confiança através da terra

Estamos em Taizé, uma comunidade ecuménica situada no meio das colinas verdejantes do sul de França. São oito da noite, e os sinos começam a tocar incessantemente. De todos os lados chegam pessoas para mais uma oração, na Igreja da Reconciliação. Tem este nome porque é o centro de tudo o que acontece: é ali que se juntam jovens vindos dos quatro cantos do mundo, de diversas religiões, culturas e formas de pensar. No entanto, reconciliam-se todos os dias quando entram naquela igreja, porque, assim que se sentam no chão forrado de alcatifa, com apenas a luz de várias dezenas de velas a iluminar um simples mas belíssimo altar, come-

çam a cantar em uníssono uma canção de louvor em espanhol, francês, polaco ou até mesmo latim. Não interessa se não compreendem o que estão a dizer. Estão a rezar e, se o que



dizem é verdade e "cantar é rezar duas vezes" então, em Taizé, reza-se muito.

Tudo começou há já muitos anos, quando um jovem suíço, Roger, decidiu fazer uma viagem até França, o país de origem da sua mãe, e se instalou numa pequena aldeia afastada de quase toda a civilização.

Na bagagem levava pouco mais do que um chamado: criar uma comunidade onde se vivesse na simplicidade do Evangelho. Depois de alguns anos a acolher e auxiliar refugiados da Grande Guerra e muitas crianças desprotegidas, Roger e alguns outros jovens, entretanto seguidores do seu ideal, decidiram comprometer-se a viver em comunidade, com simplicidade e para toda a vida.

Hoje em dia, o Irmão Roger tem 87 anos. Já viu e viveu muito, mas reflecte na sua expressão a alegria de dever cumprido. Taizé está muito diferente. Ao passar a meia dúzia de casas de pedra que constituem a aldeia, abre-se uma imensidão de tendas,

por Ana Lúcia Santos

casas e pessoas. Por toda a parte recebemos um sorriso ou um aceno de alguém que não conhecemos, mas isso é normal. Estamos em Taizé e aqui vive-se realmente a reconciliação. De cristãos, de culturas, de gente que pensa de maneira diferente. Milhares de jovens chegam todas as semanas para descobrirem como é bom viver com tanta simplicidade, num local onde todos são chamados a ser úteis,



seja a montar tendas, a aspirar o chão da igreja ou a lavar casas de banho. Aqui, todos têm uma função e

cumprem-na com um sorriso nos lábios.

Os Irmãos, que neste momento são mais de uma centena e se encontram espalhados por todo o mundo, acolhem os jovens apenas com uma pequena contribuição e o fruto do seu trabalho. De braços abertos, fazem introduções bíblicas, dão conselhos, organizam os diversos trabalhos e enviam-nos a espalhar pelos países de origem a alegria que sentem em Taizé.

"Uma peregrinação de confiança através da Terra". É assim o mote de Taizé. Pois não basta vir conhecer a paz e a forma simples como todos podem viver em harmonia, mesmo que não se fale a mesma língua ou que se tenha crenças diferentes.

Os jovens são convidados, no final de cada semana, a "espalhar" pelo mundo, começando pelas suas ca-

sas, cidades e países, a levar a alegria de acreditarem todos no mesmo Cristo. Como recompensa, fazem muitos amigos e vivem momentos ines-

quecíveis. Mas isso, cabe a cada um viver, porque para cada um, a experiência é diferente. Levantámos apenas uma pontinha do véu, mas é difícil pôr em palavras a experiência de ir para Taizé. Para esta vossa jornalista, que já vai pela 7ª vez fazer esta peregrinação é, como disse o Papa João Paulo II quando visitou Taizé pela primeira vez, como "ir a uma fonte": vai-se, sacia-se a sede, e levamos aos outros um pouco dessa água.

