

Sintra no JAMOR por João Paulo II



Veja nas
páginas centrais

Neste mês:



Aspirante
a
Diácono

Pág. 3



Vacine-se contra
a gripe

Pág. 5

Convido-vos
para uma Viagem



Pág. 6

Comemorar a
vida a dois



Pág. 10

O
mundo
em
que
vivemos



Pág. 15



Um morro
com história

Pág. 16

São Martinho

Como tem vindo a acontecer - e porque a Paróquia de São Martinho não é apenas a Vila Velha - a Festa do Padroeiro da Paróquia e Freguesia, a 11 deste mês, realizar-se-á este ano em Nafarros, no pavilhão da União Desportiva e Cultural.

Pelas 19 horas celebraremos a Eucaristia, seguindo-se um petisco com bifanas, caldo verde e, com o apoio da Junta de Freguesia, as tradicionais castanhas e a água pé!

Contamos consigo!



Este ano em Nafarros

Senhor, quando tiver fome
manda-me alguém de mão estendida;
quando tiver sede,
manda-me alguém que precise de beber;
quando tiver frio,
manda-me alguém a tremer de frio;
quando tiver um problema,
manda-me alguém para consolar;
quando a minha cruz pesar,
manda-me alguém para eu socorrer;
quando me sentir abandonada,
manda-me alguém para amar.

Madre Teresa de Calcutá



Editorial

Saber ouvir!

Como pode verificar, querido leitor, o Cruz Alta deste mês tem algumas alterações no que concerne à edição gráfica e paginação.

Estas alterações não surgiram por acaso, nem porque o António, o Zé Pedro e eu nos levantámos um dia destes inspiradíssimos e resolvemos fazer umas modificações, para variar!

Acontece que, como em tudo nas nossas vidas, não somos donos das verdades absolutas (a única que conheço é mesmo Jesus!) e devemos estar sempre disponíveis para aprender de

quem sabe mais e/ou tem mais experiência que nós! Numa Sexta-Feira bem chuvosa, o Director de um conhecido semanário - cunhado do António - veio ao nosso encontro e deu-nos umas dicas acerca do nosso Jornal.

Amadores que somos, colocámo-nos à escuta da sabedoria de alguém que trabalha nesta área há 30 anos! E que fantástico serão! O que aprendemos! E, embora tivéssemos previsto fazer algumas alterações no lançamento do primeiro número do segundo ano do Cruz Alta (em Fevereiro próximo), resolvemos aplicar já algumas transformações, pois queremos o Jornal

com um ar mais arejado, de mais fácil e agradável leitura, mais organizado e profissional!

Porque queremos que leia o Cruz Alta e queremos chegar cada vez a mais lares - não só nestas 3 paróquias mas também nas vizinhas!

No fim dessa Sexta-Feira chuvosa, e um tanto encharcado pela água das estradas, cheguei a casa



“a arder cá por dentro”, desejoso de pôr mãos à obra e melhorar cada vez mais o seu Jornal!

Já agora, amigo, deixe-me fazer uma sugestão para este Natal: em vez das consumistas prendas, que fazem o ordenado desaparecer num ápice, ofereça uma assinatura do Cruz Alta aos seus familiares e amigos! E dê-nos a sua opinião sobre o seu Jornal!

Queremos, cada vez mais, “saber ouvir” - saber ouvi-lo!

Ao cunhado do António um grande abraço de todos nós!

Boa leitura!

António Luís Leitão

A melhor parte

Venha o Teu reino!

(Lc 11,2)

Diácono Manuel Valinho



Toda a Escritura nasceu, ao longo de milénios, em sociedades monárquicas. A experiência e a fé bíblicas exprimem-se, por isso, num complexo de imagens de rei, reinado e reino. O povo de Deus é histórico e a linguagem que Deus utiliza com ele é uma linguagem datada, falada num determinado tempo da história.

Na verdade, Deus “reina” sobre Israel. O termo “Israel” significa todo o povo de Deus que teve início em Abraão e se multiplicou a partir dos doze filhos de Jacob, a quem foi dado o nome de Israel; daí, as doze tribos do povo de Deus e o nome que ainda perdura.

Este povo tem consciência dessa realeza divina e, por isso, reza e canta, no salmo 24,10 “O Senhor omnipotente é Rei da Glória!” E proclama, em Jeremias 10, 7 “Ele reina sobre todas as nações, pois os ídolos dos povos não passam de prata batida”.

Chega Cristo, e a realidade do Reino é transposta para outro nível. “O reino (messiânico) dos Céus está próximo”, anuncia Jesus. (Mt 4,17). Mas Ele recusa a realeza terrestre. Não se presta a uma manifestação pública. A não ser quando entra em Jerusalém, para aí sofrer a morte infame, de que tem

perfeito conhecimento. O seu reino não é deste mundo, afirma Jesus perante a autoridade constituída (Jo 18,36).

Não devemos confundir “reinado” com “reino”. Luís XV e Luís XVI tiveram o mesmo reino, mas não tiveram o mesmo reinado.

A noção de “reinado de Deus” exprime bem a sua acção espiritual, ao passo que “reino de Deus” lembra mais uma actuação nas estruturas humanas atingindo, por vezes, o plano político. Trata-se do reino definitivo do fim da história. Quando o grão de mostarda que é a Igreja (Mt 13,31) tiver

decei a Deus-Pai que vos tornou dignos de tomar parte na herança reservada ao seu povo no reino da luz; livrou-nos do poder da escravidão e fez-nos passar para o reino de seu Filho querido” (Col 1,2,3).

Esse reino de amor não chega como qualquer estação do ano ou um acontecimento gratuito. Esse reino vem como uma Pessoa. É sempre uma iniciativa de Deus. É sempre uma amabilidade do Pai e do Filho no Espírito Santo. Mas Cristo quer que peçamos essa vinda, essa amabilidade.

Deus. Quem não se envolve com as questões políticas também não se preocupa com o reinado de Deus. Porque Jesus combateu a miséria e a opressão em todas as suas formas. A oração cristã não pode ser uma elevação da alma, longe do grito dos infelizes e acima das lutas dos homens. É, pelo contrário, uma prece “pascal”, ou seja, uma prece que “faz passar” Deus através dos homens e dos acontecimentos.

Uma prece que faz com que o Pai esteja em todo o lugar, pela minha presença suplicante, pela minha adoração, pela minha acção de graças. Uma prece que me leva a fazer como Abraão, o intercessor do pobre mundo, de todo o mundo justo e pecador, a voz da oração universal. O jornal, a televisão, os encontros e, sobretudo, o quotidiano da minha vida, tudo isso, eu tenho a missão, tenho a graça de marcar com o selo de Deus.

Prece “pascal” porque – insisto ardentemente – “faz passar” para Deus os homens e os acontecimentos: das trevas para a luz, da escravidão para a liberdade, do pecado para o perdão, da divisão para a paz, da dor para a alegria, deste mundo para o Pai. Venha a nós o Teu reino, Senhor!

“O Reino está em marcha: Começa no coração, na vida!”

alcançado a sua estatura e maturidade plenas, quando o Pai for por todos reconhecido. Quando o Filho for de todos o Senhor. Quando o Espírito Santo for a vida da totalidade dos eleitos. Quando, numa palavra, a salvação estiver completamente realizada, a ceifa terminada e a sala do banquete repleta (Lc 14,23).

A Igreja não é o Reino. Ainda não. Há muitos lugares vazios. O Reino está em marcha, na Igreja. Ele não é deste mundo, mas começa neste mundo. Começa no coração, na vida, nos grupos daqueles a quem a fé e o baptismo iluminaram. Por isso, S. Paulo aconselha: “agra-

Pedir significa, por um lado, reconhecer-se limitado e pobre e, por outro, saber onde se encontra a fonte que sacia e plenifica. Não se trata de nenhum movimento político. Nem poderá nunca, tal reino, ser açambarcado por nenhuma facção política. Ao contrário, o Evangelho é que tem de ser o espelho onde todos os movimentos cristãos se podem confrontar com Jesus Cristo para se manterem em contínua conversão.

Por outro lado, não são os que se incomodam, os amorfos, os instalados que promovem a dinamização do reino de

Ficha Técnica

Publicação Mensal das Paróquias de Sintra

Santa Maria e São Miguel
São Martinho
São Pedro de Penaferrim

Direcção:

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

Jornalistas:

Ana Lúcia Santos;
João Chaves;
Paula Penaforte.

Colaboração:

Alexandre;
Carlos Brito Marques;
Carolina Dinis;
Cristina Rocha;

Diácono António Costa;
Diácono Manuel Valinho;
Edith Forjaz;
Fátima Santiago;
Gabriela Garcia;
Grupo Bíblico;
Idália;

José Penaforte;
Júlia Sousa Araújo;
Lisete Serra;
Manuela Redol;
M. Helena Pereira;
Marina Ribeiro;
Miguel Forjaz;
Odete Valente;
Pedro Almeida;
Pedro Tomásio;
Rita Santos;

Teresa Rosa;
Teresa Santiago;
Tiago Bueso.

Correspondentes:

Elizabeth, Raquel e Ricardo (IMC - Moçambique).

Fotografia:

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

Edição gráfica e paginação:

António Louro;
António Luís Leitão;
José Pedro Salema.

Revisão de textos:

Ana Lúcia Santos.

Área financeira:

Mafalda Pedro.

Distribuição e assinaturas:

Carlos Brito Marques;
Fernando Monteiro;
Guilherme Duarte.

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

Av^a Adriano Júlio Coelho
Estefânia
2710-518 SINTRA
cruzalta@paroquias-sintra.net
fotos@paroquias-sintra.net

Impressão:

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

Actualidades

Carlos Brito Marques Aspirante ao Diaconado permanente

António Costa, Diácono

Movido pelas vicissitudes que a vida lhe foi apresentando, o nosso irmão em Cristo, Carlos Brito Marques, casado e pai de dois filhos - a Sónia e o Francisco - sentiu, animado pela palavra e o exemplo de alguns, o "doce gosto de servir Cristo no amor aos irmãos" e, por isso, aceitou o desafio que lhe chegou pela voz do seu pastor: o de se apresentar à diocese como aspirante ao Diaconado Permanente.

Em humildade, irá percorrer um caminho que, na primeira etapa, se destina a avaliar a verdade da sua vocação. Após esta, a Igreja irá aceitar ou recusar a sua candidatura e, se aceitar, começará então a necessária e nunca suficiente formação teológico-pastoral

para que o Bispo que venha a ordená-lo tenha a razoável certeza que ele será, junto dos irmãos - por mandato e em ligação com o Bispo - pela palavra e pelo exemplo, um coerente arauto da Boa Nova, na exacta forma como a Igreja Católica a anuncia.

Muito de si mesmo e até da família vai, desde já, pôr ao serviço, a começar pelo seu tempo de descanso, de lazer e de convívio e, até de disponibilidade material.

Cabe a esta parcela da Igreja de Cristo que peregrina em Sintra louvar o Senhor por essa disponibilidade e entrega e rezar, essencialmente rezar, para que não fracasse, não desanime, e, sobretudo, não deixe nunca de acreditar que, se nós humanos podemos errar na interpreta-



O nosso irmão Carlos Brito Marques num almoço "JanEla", com a Paula, sua esposa e companheira nesta caminhada, os sogros e duas amigas.

ção dos sinais, o Espírito Santo não se engana nem engana.

Ao nosso irmão na fé, neste momento, apenas uma palavra: ser aceite como candidato ou não, ser admitido ao diaconado ou não ser, será sempre cristão feliz por poder dizer: "Senhor, só Tu sabes como

posso servir melhor o testemunho do Teu amor pelos homens".

Por mim, prometo rezar para que, no fim desta caminhada, o Carlos, a Paula, os filhos e todos nós, graças a esta disponibilidade, nos sintamos mais revigorados naquele que nos dá força: Jesus, O Senhor!

Papa nomeia 31 novos Cardeais

O Papa João Paulo II consagrou 31 novos cardeais no Consistório de 21 de Outubro, aproveitando a comemoração dos seus 25 anos de pontificado. Os novos cardeais são de países tão distintos como a Austrália, Brasil, Canadá, Croácia, Escócia, Espanha, França, Gana, Guatemala, Hungria, Índia, Itália, Nigéria, Sudão, Suíça e Vietname e apenas um fala português, D. Eusébio Oscar Scheid, Arcebispo do Rio de Janeiro.

O Papa designou também cardeal um dos seus mais próximos colaboradores, o chefe da diplo-

macia do Vaticano, monsenhor Jean-Louis Tauran, e seis outros membros da cúria romana. O Colégio de cardeais conta agora com 164 membros.



Beatificação de Madre Teresa

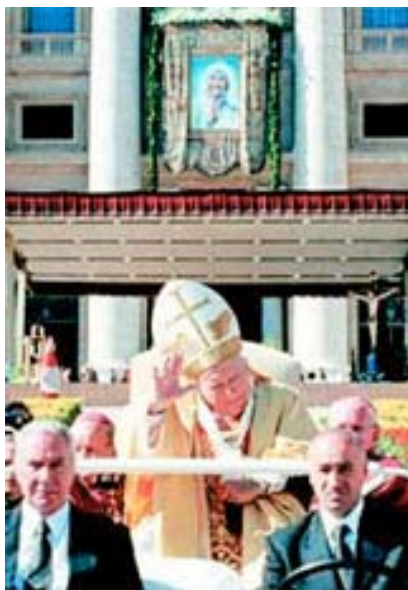
Ana Lúcia Santos

Inserindo a cerimónia na celebração dos seus 25 anos de pontificado, o Papa João Paulo II afastou de si as atenções para beatificar Madre Teresa de Calcutá.

A beatificação aconteceu no dia 19 de Outubro na Praça de S. Pedro, ante uma multidão de 300 mil fiéis vindos dos quatro can-

tos do mundo, que não quiseram perder a beatificação da "Santa do Pobres", como tantas vezes é denominada.

Com as suas palavras, o Papa emocionou as religiosas da ordem das Missionárias da Caridade, dizendo no in-



nício da Homilia: "Agradeço a esta mulher valente, que sinto tão próxima". João Paulo II anunciou ainda que o dia da celebração da beatificação será "o do seu nascimento no céu", ou seja, o dia da morte de Madre Teresa, a 5 de Setembro de 1997.



Em Nafarros

António Luís Leitão



Festa de São Martinho

A Lenda de São Martinho

Martinho era um valente soldado romano - nascido em terras da Hungria no seio de uma família pagã - que regressava de Itália para a sua terra. Montado no seu cavalo estava a passar num caminho para atravessar uma serra muito alta e fazia muito frio.

Martinho estava agasalhado normalmente para a época: tinha uma capa vermelha que os soldados romanos usavam.

De repente, apareceu-lhe um homem muito pobre, vestido de roupas já velhas e rotas, cheio de frio que lhe pediu esmola. Infelizmente, Martinho não tinha nada para lhe dar. Então, pegou na espada, levantou-a e deu um golpe na sua capa. Cortou-a ao meio e deu metade ao pobre.

Nesse momento, as nuvens e o mau tempo desapareceram. Parecia que era Verão! Foi como uma recompensa de De-

us a Martinho por ele ter sido bom. É por isso que todos os anos, nesta altura, mesmo sendo Outono, durante cerca de três dias o tempo fica melhor e mais quente: é o Verão de São Martinho!

Martinho, convertido ao catolicismo, veio a ser Bispo de Tours, em França.

A tradição manda que o dia de S. Martinho se festeje com castanhas, e água-pé ou vinho novo!



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!

Em Novembro:

2	Lúcia Campos
3	Carlos Guerreiro Rosa
3	Maria Adelaide Almeida
5	Celeste Jesus Gaspar
6	Hugo Ganhão
6	José Maria Louro
9	Anisabel Cristina Roque
9	Carolina Nunes
9	Maria Paula Laborde
11	António Manuel Ratão
13	Maria Lurdes Almeida
15	Maria do Carmo Pinto
15	Paulo Antunes
17	Lidia Ferro
21	Luis Ribeiro de Castro
21	Maria Luisa Pereira
22	Claudia Rodrigues
25	Eleuterio Alberto Salvador
26	Lourenço Vaz Pinto
26	Rui Manuel Inácio
27	Fernando Tristão Luis
28	Luis Manuel Soares
28	Maria do Rosário Henriques

Somos poetas!

Cheiros de infância

Cheiro a campo e a mar,
cheiro à casa onde nasci,
cheiro à família e ao lar,
à rua onde vivi.
São os odores de outrora
que acordam a lembrança
desta ou daquela hora
do meu viver de criança.
E é bom voltar atrás,
recordar esses momentos
tornar perene e vivaz
meu passado sem tormentos.
Cheira às algas que havia
nas praias da Ericeira,
e à névoa que a envolvia
com dedos de feiticeira.
O cheiro que a Mãe trazia
na pele e no vestuário
cheiro da empresa
do trabalho e seu horário.
E quem comigo cresceu
também tem seu odor,
pedaços da vida que eu
recordo com muito amor.
Cheiros a minha infância,
guardados no coração,
ecos que à distância
parecem uma oração.

Fonte de Vida

Não Te ouvi,
não Te vi,
não Te senti
nem Te dei espaço.
Fechei as portas e parti.
Errado o caminho que escolhi.
Errado,
tão errado passo!
Andei errante
joguei e perdi.
Ouvi então a Voz que clama
sobre todas a mais forte.
Aprendi a ver a chama
que derrota a nossa morte.
Então ouvi-Te na chuva,
ouvi-Te no vento norte,
vi-Te no bago da uva
no vinho da nossa sorte.
Ouvi-Te no rio cantante
correndo à desfilada,
vi-Te na lágrima dançante
descendo a face enrugada.
Vi-Te no fogo e na água
essa que é Fonte de Vida
vi-Te no riso e na mágoa
como página nunca lida.

Paula Penaforte

**Escreva
para o**

Cruz Alta

**Envie-nos
as suas
sugestões!**

Jornal Cruz Alta
Igreja de São Miguel
Av^a Adriano J. Coelho
Estefânia
2710-518 SINTRA

E-mail: cruzalta@paroquias-sintra.net

Se tiver fotografias
digitalizadas
envie para:

fotos@paroquias-sintra.net

Para anunciar no
Cruz Alta contacte:

93 303 02 24

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

Consultório médico

Ainda pode vacinar-se contra a gripe!

O que é a gripe?

É uma doença contagiosa provocada pelo vírus Influenza, que aparece habitualmente no Inverno. Caracteriza-se por febre, arrepios, dores de cabeça, dores musculares, cansaço e tosse. Muitas vezes confundida com as comuns constipações, cujos sintomas iniciais podem ser semelhantes, a gripe tem uma evolução bastante mais complexa e por vezes grave. Normalmente, a gripe evolui para a cura ao fim de uma semana.

Só em 1933, em Inglaterra, Smith isolou de um humano o vírus causador da gripe. São conhecidos três tipos de vírus: A, B, C. A

sua principal característica é a grande variabilidade que pode apresentar, levando a OMS a proceder a uma vigilância permanente da doença, a fim de poder recomendar a composição adequada da respectiva vacina anualmente.

Quem deve ser vacinado e porquê?

Todas as pessoas acima dos 65 anos, idade a partir da qual o risco de desenvolvimento da forma grave da doença é mais provável, devido ao enfraquecimento do sistema imunitário.

Também as crianças

acima dos 6 meses e adultos que sofram de doença



Gripe: Febre, arrepios, dores de cabeça e musculares, tosse.

cardiovascular, bronco-pulmonar, renal metabólica, como por exemplo, a diabetes, ou sejam os imunodeprimidos.

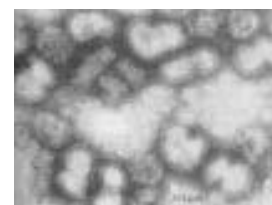
Assim como todas as pessoas que contactam com o grupo de risco em causa como os técnicos de

saúde, familiares, residentes em lares ou em instituições para deficientes, etc. Portanto, neste grupo de alto risco encontram-se especialmente os mais idosos e todos aqueles doentes crónicos portadores de doença cardiovascular, pulmonar, renal, ou metabólica e os imunodeprimidos em geral.

Quais as complicações da gripe?

Se de uma maneira geral a gripe atinge as populações sem grandes prejuízos, a doença pode, no entanto, aparecer de forma grave nos grupos de risco em causa. As complicações respiratórias mais frequen-

temente referidas são a traqueobronquite, cujo prognóstico é geralmente bom; a pneumonia bacteriana secundária que ocorre com frequência justificando-se o internamento hospitalar, respondendo bem aos antibióticos; a pneumonia primária onde a Influenza é



O vírus Influenza visto ao microscópio electrónico.

grave, com uma mortalidade elevada. Para além das complicações respiratórias o vírus pode envolver outros órgãos como o coração (miocardite), o sistema nervoso (encefalite), etc.

O vírus da gripe constitui uma séria ameaça não só às nossas vidas como também à sociedade. Todos os anos um número significativo de pessoas são

internadas devido ao vírus da gripe, resultando por vezes na morte. É também uma ameaça à sociedade. O impacto económico da gripe é considerável, reflectindo-se nos custos relacionados com a saúde e a consequente perda de produtividade em geral.

Os medicamentos existentes no mercado são destinados apenas a aliviar os sintomas da gripe, dado que não existe ainda um medicamento anti-viral específico para tratar a gripe. No entanto, a prevenção anual através da vacinação permite evitar a doença. A única forma de se vacinar é sujeitar-se a uma injeção subcutânea profunda ou intramuscular. Não há vacina na forma de comprimidos.

Não se vacine se tiver febre ou apresentar sinais ou sintomas de doença. Conserve a vacina após a compra em lugar fresco, como por exemplo, no frigorífico.

COZINHA TRADICIONAL PORTUGUESA
 Restaurante - Cervejaria - Churrasqueira

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

João M. A. Chaves
Produtos Siderúrgicos

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

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

Sintra 2001
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

Doçaria Regional e Caseira

PASTELARIA GREGÓRIO

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

O TALHO ONDE OS PREÇOS SÃO SEMPRE EM CAPICUA

TALHO
 C/ Gerência de João Patrício

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

FERNANDO & SANTOS, Lda.
 Papelaria, Livraria e Tabacaria

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



Destaque

Convido-vos para uma... Viagem!



Paula Penaforte

Foi numa noite já bastante fresca de 2002 que nos lançámos, de mãos dadas com o nosso Padre Carlos Jorge, numa viagem muito especial, a Viagem à Bíblia, que tem lugar todas as primeiras e terceiras sextas-feiras de cada mês, recomeçando neste mês de Novembro.

Ao princípio fomos todos movidos pela curiosidade inerente à espécie humana, na expectativa de qual seria o desafio que nos ia ser lançado. Sim, porque o nosso Pároco lança mesmo desafios, e só para nós que ninguém nos ouve (ou devo dizer lê?) qual deles o melhor! E lá fomos munidos da Bíblia, nossa companheira inseparável, para um tempo de... Estudo? Reflexão? Aprendizagem? Descoberta? Para mim, é de tudo um pouco.

Estudo porque vamos aprendendo a pegar na Palavra de Deus e a desmontá-la, percebê-la, lê-la e a entender o que está de facto escrito, porque foi escrito, a quem foi dirigido em primeira-mão, mas acima de tudo aprendemos a rezá-la.

Reflexão porque depois das explicações do Padre

Carlos, algo fica, algo toca, algo nos move. Falo por mim, algo me espicaça para tornar a pegar nas passagens que foram tratadas para as reler, tirar notas, repensar as ideias tantas vezes distorcidas e erradas que fazia das escrituras.

Aprendizagem porque, para além das descobertas que fazemos, ainda fica um campo imenso para cada um trabalhar e aplicar os "novos ensinamentos", que, por um mero acaso, têm só 2000 anos! E continuam actuais.

Descoberta porque é através da Sua palavra que aprendemos a descobrir o mundo, o irmão, a paciência, a ternura, a entrega, mas também a dor de mãos dadas com alegria, o sorriso e a lágrima, que são irmãs, mas, caros amigos, nada se compara à descoberta do motor de tudo: o Amor, esse sentimento enorme que descobrimos a cada passo das nossas vidas se evidentemente o quisermos "ver".

Cada Sexta-feira é uma abordagem de um pouco do Livro Sagrado. Só para vos dar um "cheirinho" do que já "viajámos", sempre vos digo que Adão e Eva,

Abel e Caim, o Dilúvio, a Torre de Babel, estão percorridos, mas a Bíblia nas nossas mãos é aberta e fechada, percorrida de trás para a frente e vice-versa, interligando várias maneiras de escrever a mesma história, mostrando-nos várias facetas de um mesmo episódio. Espaço de dizer a Deus «estamos a ouvir - Te Senhor, queremos dar - Te espaço nas nossas vidas e entender melhor a Tua Palavra, para que a possamos pôr em prática cada dia das nossas existências».

Querem saber e experimentar o sabor desta forma de "aprender a amar"? Então façam como eu fiz:

- Disponham-se a sair nas referidas Sextas-feiras.
- Peguem nas vossas Bíblias.
- Venham até à Igreja de S. Miguel, e vejam como é bom este espaço e este tempo.

"Nem só de pão vive o homem, mas de toda a palavra que vem de Deus"

Agenda do mês

9 de Novembro (Domingo)

- Missa da "Família da Catequese". Igreja de São Miguel, 11 horas.
- Almoço "Janela". Uma refeição/convívio; e uma ajuda preciosa para o sustento económico das nossas Paróquias. Salão de São Miguel, 12 horas
- 1º dia da "Semana dos Seminários". A Igreja convida-nos a rezar, ao longo desta semana, por todos os Seminaristas e seus Formadores.

11 de Novembro (Terça-Feira)

- Missa de São Martinho. Pavilhão de Nafarros, 19 horas. Segue-se um petisco/convívio, com bifanas, caldo verde e, claro, as castanhas e água-pé.

12 de Novembro (Quarta-Feira)

- "Uma hora com Jesus". Igreja de Santa Maria, 21:30 horas.

16 de Novembro (Domingo)

- Recolha de sangue. Salão de São Miguel, a partir das 9 horas.
- Último dia da "Semana dos Seminários".

20 de Novembro (Quinta-Feira)

- Reunião de Vigararia de Sintra, em Sintra. Às 19 horas, encerrando os trabalhos, celebra-se a Eucaristia em São Miguel, com a presença do Senhor Bispo, Párcos, restantes sacerdotes e diáconos. Somos todos convidados a participar na Eucaristia, acolhendo com amizade os pastores da Vigararia. Por este motivo, não haverá celebração da Eucaristia em São Martinho.

21 de Novembro (Sexta-Feira)

- "Viagem à Bíblia". Igreja de São Miguel, 21:30 horas.

22 de Novembro (Sábado)

- 1º Encontro dos Responsáveis dos Centros Comunitários. Salão de São Miguel, 16 horas. Uma reunião muito importante para o futuro das nossas comunidades.

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 Balsamo; Gel Redutor; Creme Anti-Celulite.

Venha conhecer estes e outros sensacionais produtos !!!

Tome-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

CABRIZTERRAS, LDA

(Grupo Heitor Rebelo)

CAMIÕES DE ALUGUER COM GRUA



ALUGUER MAQUINAS 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

Prevenção

Pedimos responsabilidades a quem?

Todos sabemos que a sinistralidade nas nossas estradas se deve, na sua essência, à incúria dos condutores. Ocorrem porém situações em que os acidentes resultam não de causas imputáveis aos automobilistas, mas sim às entidades a quem compete velar pela manutenção e segurança das vias.

Convido-vos a reflectirem na seguinte situação: um condutor circula numa rua de uma qualquer das nossas cidades, vai na sua mão, à velocidade permitida, seguindo todas as normas de segurança exigíveis a qualquer condutor, quando, vinda não se sabe de onde, se lhe depara uma "cratera" aberta no piso que tão pacatamente ia pisando. O dito "buracão", como é lógico, não está sinalizado, de forma que o nosso condutor não consegue evitar o acidente. Resultado: Um pneu furado ou uma janela partida.

Pergunto agora, terá o condutor que suportar os prejuízos? É evidente que não, já que a vigilância pelo bom estado de conservação das estradas municipais, é uma tarefa das Câmaras Municipais. Assim, se se deparar com um buraco aberto que não está

devidamente sinalizado, e o mesmo for causa de danos em pessoas e ou bens, a respectiva responsabilidade deverá ser pedida à Câmara Municipal dessa área.

O procedimento correcto a ter em tais casos é a chamada imediata de Polícia para tomar conta da ocorrência e tentar, sempre que possível, arranjar testemunhas e tirar fotografias do local.

Já no caso de um veículo que foi estacionado numa área de parquímetro e, quando regressa, o condutor o vai encontrar danificado por uma árvore que se abateu sobre ele, será à autarquia que deverão ser pedidas as responsabilidades pelo acidente.

É dever das autarquias vigiar e conservar as árvores procedendo ao seu abate ou remoção nos casos em que as mesmas constituam perigo. Também compete às autarquias velar pela segurança e evitar os perigos de desabamentos em obras que estejam ao seu cargo, ou sob a sua responsabilidade, bem como manter em bom estado de conservação toda a sinalização (vertical e horizontal), nomeadamente as passadeiras que são tantas vezes causa de

acidentes, por não estarem visíveis, assim como outra sinalização existente no pavimento.

Caros leitores, não nos ficamos por aqui. Vejamos as auto estradas: quantas vezes se dão acidentes por um cão que atravessou a via, ou pelo apedrejamento do veículo a partir de um viaduto ou de um objecto "estacionado" no meio da via?

O dever de vigilância nas auto estradas compete às empresas a quem foi atribuída a concessão, o que implica que esta esteja obrigada a mantê-la em perfeitas condições de utilização. Isto leva à realização de todos os trabalhos necessários para a satisfação permanente dos utentes dessas vias, e, por perfeitas condições das vias entenda-se que os ramais e nós de ligação às auto-estradas, bem como as áreas de serviço existentes, também fazem parte deste mesmo grupo.

Mas, infelizmente, é sabido que um consumidor quando procura ser ressarcido, junto dos tribunais, dos prejuízos resultantes de acidentes que tiveram lugar numa auto-estrada, as concessionárias sempre alegam – Eventos fortuitos – Força maior –



José Penaforte

Portanto imprevisíveis. É o caso do que acabamos de referir.

Nestes casos importa ter presente que, para além de os automobilistas pagarem portagem para aí circularem em situação de segurança, é às concessionárias que cabe provar que foram realizadas todas as medidas exigidas pelas circunstâncias para prevenir eventuais danos ou tão só e apenas que os referidos danos acabariam igualmente por ocorrer. Se repararmos bem, estamos perante uma "inversão" da regra geral pela qual a prova da causa recairia sobre o lesado.

Com base no artigo 493º do Código Civil, já este ano várias sentenças condenaram as concessionárias por acidentes ocorridos nas auto estradas.

Refiro ainda que, nos casos em que os acidentes ocorram em estradas nacionais não concessionadas, a responsabilidade cabe ao Instituto de Estradas de Portugal. E por último: lembre-se que os consumidores devem sempre guardar as facturas referentes a despesas resultantes destas situações, de forma a poderem ser ressarcidos dos prejuízos.

Solidão

por Edith Forjaz

Não, não lhe vi o rosto sequer. Ele estava sentado, no passeio, junto à parede. O dia estava quente. A aragem trazia o cheiro das flores de um jardim que vivia ali perto.

Não, não lhe vi o rosto, não, talvez porque os meus olhos se fixaram mais nas suas pernas aleijadas e podres de feridas e naquelas mãos em jeito de concha à espera que lhe deitassem moedas.

Não, não analisei o seu rosto, mas senti o cheiro desagradável que se desprendia daquele homem misturar-se com o perfume bom da aragem.

As pessoas passavam, olhavam, e muitas deitavam moedas naquelas mãos sujas, em concha...as pessoas passavam, olhavam e depois de deixarem cair uma moeda, seguiam aliviadas, como se só de moedas ele pre-

cisasse... e continuavam, lá seguiam descansadas, consoladas, por terem deitado naquelas mãos em concha uma moeda...

Havia também quem passasse... indiferente ou simplesmente sem querer ver as coisas tristes deste mundo...

Não, não lhe vi o rosto, não, apenas sorri para aquele corpo apodrecido e abandonado, quando foi a minha vez de passar e senti que dava calor o meu sorriso. Comecei uma prece...

Não, não lhe vi o rosto, mas recordo os seus olhos e vi-os molhados, admirados, fixarem-se em mim! E vi ainda a concha das suas mãos, desfazer-se, uma delas, uma das mãos, levantar-se, frágil, hesitante, acenar-me carinhosamente... a mim?!...

Eu, que nem uma moeda lhe dei... apenas lhe dei, ao passar, um pouco de calor...

"Vale a pena repetir muitas vezes as coisas belas"
- Platão -

"Sempre que o sol se levanta e nasce uma nova alvorada, Deus beija-nos na face e deseja-nos: Bom dia"

Deus escolheu-nos para sermos santos diante d'Ele no amor.
- Ef. 1,4 -

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

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

MELHORES VEDAÇÕES UM INVESTIMENTO COM TODA A SEGURANÇA

PAINÉIS PLASTIFICADOS

PONTE FRIELAS - APARTADO 6 - 2671-901 LOURES
☎ 219 898 700 - Fax: 219 898 709

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

VEDAÇÕES • REDES • ARAMES • POSTES



Terço Vivo

Plano magnífico de cor e luz

Simple de mais para uma prova de reconhecimento e gratidão ao Homem que nos tem revelado a luz do Redentor.

O Céu desceu à Terra e viveram-se com emoção e

carinho todos os mistérios luminosos enunciados pelo nosso pastor João Paulo II, para redenção de todo o Homem pecador.

Uma gota de reconhecimento no grande oceano

de amor que João Paulo II nos tem dado.

Obrigado, João Paulo II, e até sempre!

Teresa Rosa

Recordando...

Nunca vivi nada tão belo e grandioso como este Terço Vivo, no dia 18 de Outubro de 2003.

Dou graças a Deus pelo Sr. Cardeal-Patriarca ter tido esta ideia brilhante de rezar um Terço Vivo. Que ele seja luz a iluminar os nossos caminhos!

A Mãe, Virgem de Fátima, peregrina no relvado do Jamor, a todos acolhendo e intercedendo junto do Seu Divino Filho, por nós, ali reunidos. Encerrou-se com chave de ouro o Ano do Rosário!

Penso que, desde as Aparições de Nossa Senhora em Fátima – que só os pastorinhos puderam descrever – nada de tão belo e grandioso se tinha feito em Portugal em honra e louvor da Virgem Maria.

Continuo dando graças a Deus pela Santa Eucaristia que nos foi dado participar e pela homilia do Sr. Cardeal-Patriarca, que muito me tocou, louvando as virtudes da nossa querida Mãe, exortando-nos para continuarmos a rezar o terço todos os dias, pedido

feito por Nossa Senhora e agora reforçado pelo pedido do Santo Padre na Sua Carta Apostólica “O Rosário da Virgem Maria”.

As palavras carinhosas, agradecendo a Deus os 25 anos de Pontificado do nosso querido Papa João Paulo II. Toda a encenação foi maravilhosa!

De uma paroquiana que viveu com muita emoção esta tarde de oração comunitária!

Lisete Serra

O Terço Vivo

O dia acordou chuvoso! Andei toda a manhã a ir à janela para ver se a Serra ficava sem aquela névoa que adivinhava que o dia seria mesmo de chuva.

Ao sairmos de Sintra, todos preparados de gabardinas, chegámos ao Estádio Nacional e o tempo recebeu-nos com Sol, como uma graça de Deus!

Todo o movimento que se passava no Estádio antes das celebrações me im-

pressionou: como tudo estava preparado e o silêncio que se fez no momento em que se ia rezar o Terço, celebrando os 25 anos do Pontificado do Papa.

Bem hajam a todos os que se esforçaram para que tudo corresse o melhor possível!

As nossas Paróquias estão de parabéns pela organização dos sete autocarros que nos levaram e

trouxeram com a maior dignidade e ordem.

Chegámos felizes por estarmos juntos, comunicando todos com o mesmo espírito de cristãos conscientes!

Que Nossa Senhora e o Seu Filho nos dêem a graça de vivermos em fraternidade nesta caminhada da nossa vida!

Odete Valente

Viva o Papa!

Depois de uma manhã muito chuvosa, embarcámos rumo ao Estádio Nacional (onde eu nunca tinha entrado!), para rezar o Terço, seguido da Eucaristia, comemorativos do 25º aniversário do Pontificado de João Paulo II e dando também encerramento ao Ano do Rosário.

Com a ajuda da fantástica organização da paróquia “Sintense”, lá nos instalámos todos calmamente. A chuva passou,

foram distribuídos terços, guiões para podermos acompanhar o Terço Vivo e a Eucaristia, lanchámos e às dezoito horas da tarde em ponto começava esta oração colectiva!

A mim o que mais impressionou foi sentir tanta gente a rezar ao mesmo tempo! Novos e velhos, menos novos e menos velhos, todos nos unimos para rezar por este grande Papa, que é um exemplo para todos nós!

Gostei de ver o estádio

cheio, gostei do Terço Vivo e da imagem de Nossa Senhora peregrina; gostei do recolhimento que senti! Emocionou-me o carinho e a ternura que tanta gente nutre pelo Papa!

Gostei menos dos cânticos, que com tantos jovens podiam ter sido mais animados e também achei que a Eucaristia podia ter tido mais ritmo.

E viva o Papa!

Júlia Sousa Araújo



No relvado!

Olhar o colorido nas bancadas, toda aquela alegria, o entardecer e o iniciar do Terço, fez-nos a todos serenar, as velas começaram a acender-se e sentiuse uma paz, uma ponte entre as bancadas e a relva, uma união tão grande entre uns e outros...

Estávamos com muito amor ao Papa João Paulo II! Sentia-se! É daqueles

momentos que não se esquecem: marcam! Foi uma alegria interior ao homenagear João Paulo II – possivelmente não terei outra oportunidade para o fazer. Foi um dia memorável que finalizou em grande com a Eucaristia presidida por D. José Policarpo.

Teresa Santiago

Sentia-me feliz por estar a fazer parte da homenagem ao Papa João Paulo II. Sentia-me em paz, com uma alegria no coração que não vou esquecer mais, ao ver todas aquelas luzes acesas, todas tão unidas em oração!

Não tenho palavras para descrever tudo o que senti.

Fátima Santiago

Assinatura

Cruz Alta

Torne-se assinante do Jornal Cruz Alta: Preencha com letras legíveis e envie para:
Cruz Alta - Assinaturas ~ Igreja de São Miguel ~ Av^a 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 cruzes

» 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.

Terço Vivo

Isto é Igreja!

Não pude ir com o nosso grupo de Sintra à festa do Terço ao Vivo, no dia 18 de Outubro no Estádio Nacional, porque, apesar das suas sete camionetas, não tive lugar. Mas ainda bem que assim foi pois, desta forma, tive oportunidade de ver “o meu grupo” do lado de fora, coisa de que ainda não tinha tido oportunidade e que acabou por ser espectacular.

Depois de sair do autocarro que apanhei em Algés, estive quase uma hora para passar as barreiras da entrada. Apesar da ameaça de chuva, as filas de gente que eram intermináveis, mas pacíficas e ordeiras, fazendo já respirar “um outro ar”. Mal as consegui passar, apercebi-me de imediato de duas primeiras surpresas. Toda a gente tinha um livro para poder seguir a “festa” e imaginem, todos receberam um terço. Ou seja, milhares de terços foram distribuídos gratuitamente por todos os que lá foram rezar, independentemente da sua condição social, financeira, ou outra qualquer... Não podia ter tido melhor prenda!

Depois desta enorme alegria, lá comecei a subir para as bancadas, com a restante família e amigos, no meio de alguma confusão, como é habitual nestas situações. De repente, quando já nos estávamos a sentar, começo a ouvir muita gente aos berros a chamar-me, no meio daquela já promissora multidão. E quem era? Toda a gente de Sintra, “o meu grupo”, vestidos exterior e interiormente da forma que já lhes é habitual... Foi lindo! Senti uma grande emoção e “aquele” espírito de família que tantas vezes nos une. Recordei de imediato os inúmeros apelos que o P. Carlos Jorge nos fez para que fosse “alguém”. E recordei também todo aquele nosso

espírito crítico, algo irreverente até, por vezes, as nossas discussõeszinhas caseiras, e tudo o mais o que, quando toca a rebate, se apaga, dando lugar a uma resposta pronta, qual aldeia de gauleses se tratasse.

Senti de facto orgulho daquela bem distinta mancha branca no meio da multidão.

Sem me aperceber, neste entretanto o estádio estava cheio. Os 40.000 lugares sentados estavam completamente preenchidos e no relvado ainda estavam mais uns três mil. Senti um arrepio com aquela imensidão de pessoas e de cores, vivas, tão emblemáticas da fé que professamos.

E foi neste ambiente que tudo começou. A seguir às muitas ondas que espontaneamente iam nascendo no seio da multidão, a que aliás nem os padres escaparam, ouviram-se os tambores, muitos tambores, num ritmo verdadeiramente contagiante, como que a anunciar a entrada da Cruz das jornadas Mundiais da Juventude e da imagem peregrina de Nossa Senhora de Fátima.

Os milhares de “figurantes”, jovens, menos jovens, presos, sem abrigo, e tantos outros, que se encontravam no relvado, a seguir à correria louca, em turbilhão, simbólica da sociedade em que vivemos, começou a agrupar-se em cinquenta contos de rosário com a respectiva cruz. Era assim o Terço Vivo. E foi assim que quarenta mil almas começaram a rezar, em uníssono. Senti Cristo presente e o abraço de Nossa Senhora, e estou certo de que todos os céus nos ouviram, nesse fim de tarde. A contrastar com esta potentíssima voz de quarenta mil pessoas sentia-se nos intervalos da oração um silêncio tão profundo que deixava ouvir os pássaros que se juntaram a nós.



João Paulo II
MariA
Mundo
OraçãO
Rosário

Terço Vivo - Estádio Nacional - Aspecto da bancada com destaque para o local onde ficaram os 350 paroquianos de São Martinho e de Santa Maria e São Miguel.

Quando este terço humano e bem vivo terminou, imediatamente todos os que o compunham formaram uma enorme Cruz por onde vieram a passar os celebrantes da Eucaristia.

Facto curioso é que a Cruz era perfeitamente alinhada no seu interior enquanto o exterior não revelava tão grandes cuidados. Não sei se foi de propósito esta coreografia, onde a beleza e a simplicidade andaram sempre de mãos dadas. O que é certo é que nada poderia ter sido mais compatível com o verdadeiro espírito Cristão. Sempre preocupados com o seu interior, os cristãos deixam para secundário o aspecto exterior.

Iniciou-se a Eucaristia e mais uma vez recordei as muitas passagens bíblicas em que Jesus fala às multidões, como esta, sedenta de Ouvir. Mas não

pude deixar de recordar também todos os que, em estádios como este nosso, foram fuzilados e maltratados. Continuei a rezar.

No meio de tudo isto, só tive pena de não termos rezado com as mãos dadas uns aos outros, nem que fosse por uns instantes. Mas também estou certo de que o amor que nos uniu à volta do Rosário e do apóstolo João Paulo II superou este facto.

Por fim “acordei”, com a sensação de ter tido um sonho. Sonhei que ainda é possível arrastar multidões por Cristo. Sonhei com a “minha” Igreja. Uma igreja sem paredes, com uma porta enorme, onde ninguém tem dificuldade em passar e onde, apesar das enormes filas, todos sorriem uns para os outros. Uma Igreja com uma janela ainda maior sempre aberta e virada para o céu. Uma

Igreja cujo valor maior que tem são os Cristãos.

Sonhei também que era possível voltar a ter este sonho pelo menos uma vez por ano. Com todos os católicos juntos a rezar, por si e por todos os que não puderam vir. E sonhei por fim em começar a ver os frutos deste novo rebento da árvore de Cristo.



Terço Vivo - Estádio Nacional - Pormenor do grandioso Altar montado no Estádio neste dia.



Os nossos grupos



Comemorar a vida a dois

Idália e Alexandre

Entre dois eventos de máxima importância para o mundo católico, a saber, a celebração dos 25 anos do pontificado do Papa João Paulo II e a beatificação de Madre Teresa de Calcutá, realizamos o primeiro jantar dos *Laços* no passado dia 17 de Outubro.

O que são os *Laços*? São grupos de casais e de namorados que, uma vez por mês, partilham as suas experiências de vida de uma forma muito especial. Neste dia 17 demos "o pontapé de saída" para o "jogo" que se vai realizar ao longo dos anos, em 10 "jornadas". Cada uma delas tem a duração de cerca de 90 minutos e conta com a presença do nosso Padre Carlos Jorge.

No jantar estiveram presentes 24 casais cheios de alegria pelo reencontro. Trocámos, mais uma



Fotografias do 1º jantar dos *Laços*

vez, de uma maneira informal, experiências da nossa vida de casal. Festejámos, inclusive, o 22º aniversário de matrimónio da Graça e do António. Parabéns!

Esta experiência de *Laços* nasceu há cerca de 5 anos com um grupo de namorados. Mais tarde, foi alargada também a ca-

sais casados. Esperamos continuar a partilhar convosco esta experiência!

Descobrimos que é muito enriquecedor partilhar e que podemos pôr em comum não só os bens materiais, mas também os bens espirituais, o que Deus nos ajudou a compreender, as nossas experiências de vida.

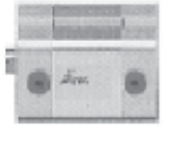
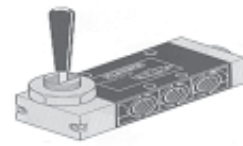
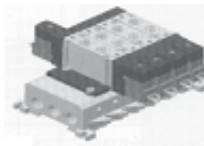
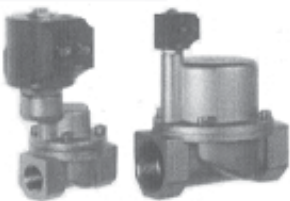


O SEU CENTRO DE AR COMPRIMIDO

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

ETOPI@NETCABO.PT - WWW.ETOPI.PT

Utilidades

De enxada na mão... em Novembro

Em Novembro, põe tudo a secar, que pode o Sol não voltar!



Odete Valente

***No Jardim** – As plantas anuais que já floresceram estão agora em nítida decadência, pelo que as devemos arrancar. As árvores e os arbustos de folha caduca ficam agora desnudados, pelo que devemos apanhar as folhas caídas para efeitos de limpeza mas também para a feitura dos terriços, elemento indispensável em jardinagem.

Muitas plantas vivazes, mais frágeis, por serem mais novas ou franzinas, necessitam de apoio para os embates do vento, pelo que devem ser estacadas.

Nesta altura há muitos canteiros despovoados, que só na primavera receberão os novos hóspedes. Não os podemos abandonar. Muito pelo contrário, devemos aproveitar esta época para lhes dar uma cava e limpeza de todas as raízes inúteis.

Há plantas que se re-

produzem por filhos que brotam dos pés. Se os queremos aproveitar, arranquemo-los agora bem providos de raízes e plantêmo-los em canteiro abrigado, de criação, para os dispor em lugar definitivo no fim do Inverno.

As plantas vivazes que não suportem as geadas e os grandes frios devem ser agora mudadas para lugares mais abrigados.



Neste mês continua-se a plantação das plantas bolbosas, tais como, jacintos, gladiolos, tulipas, narcisos, crocus e açucenas, entre outras.

***Nas Matas** – Continuam-se os trabalhos recomendados para Outubro.

***Sementeiras** – As indicadas para o mês de Outubro.

Cava fundo em Novembro para plantares em Janeiro.

Bolo pardo

- 460 gramas de açúcar
- 460 gramas de farinha (com fermento)
- 2 chávenas de chá de leite
- 1 colher de sopa de canela em pó
- 64 gramas de manteiga
- 4 ovos

Bate-se o açúcar com a manteiga derretida. Em seguida, junta-se o leite, os ovos, a farinha e a canela. Bate-se tudo muito bem e vai ao forno numa forma quadrada untada com farinha.

Pedro Almeida

Ginástica para todos

Nos próximos números deste jornal iremos abordar vários exercícios que nos vão ajudar a encontrar a melhor maneira de estar, de andar e de dormir. Para tal faremos inicialmente uma breve chamada de atenção quanto às nossas atitudes nestas situações e aos erros que não se devem cometer.

Atitude Sentada

A qualidade do assento é muito importante. Contudo, não é num assento fofo que uma pessoa se sente melhor, antes pelo contrário. Devem evitar-se os sofás onde o corpo fica "deliciosamente" enroscadinho, pois isso só acentua a compressão das vértebras lombares, facto que lhe fará aparecer, mais cedo ou mais tarde, dores nas costas. Preferencialmente, deve escolher-se uma poltrona ou cadeira de espaldar vertical, com assento baixo, de maneira a que os pés toquem bem no chão.



Erros a Evitar

- 1- Cadeira demasiado afastada da mesa;
- 2- Utilizar as mãos como apoios para nos sentarmos ou levantarmos;
- 3- Inclinar-nos para a frente com as costas curvadas;
- 4- Em vez de flectirmos a articulação das coxas, dobrarmos o nosso corpo pela cintura;
- 5- Enrolar os nossos pés em torno dos pés da cadeira ou cruzarmos as pernas.

Sente-se bem

Este hábito é fundamental para a sua vida. Deve dar um passo atrás e dobrar ligeiramente o tronco para a frente ao nível das coxas (nunca ao nível da cintura). O corpo vai assim descendo em diagonal, suavemente. Por fim, as nádegas pousam-se na-

Gabriela Garcia, Fisioterapeuta e Osteopata



turalmente, sem esforço, e as costas recuam até tocarem o espaldar do assento. Quanto aos pés, estes devem ficar no chão, um diante do outro, como na figura, na posição de quem dá um passo.

Melhor ainda, mas sempre na posição de passo, é colocar o pé da frente por cima de qualquer coisa ligeiramente mais alta, do tamanho de uma lista telefónica, e alternar de tempos a tempos.

Enquanto o cruzar os pés não faz mal, já o mesmo não se pode dizer de cruzar as pernas, pois isso falseia completamente a posição sentada.

Levante-se bem

Para tal deve fazer o movimento exactamente inverso ao de se sentar. Coloque um pé à frente, como se fosse dar um passo, dobre

o tronco em diagonal para a frente e suba nesta posição em sentido vertical. Esta subida inicia-se flectindo os joelhos e sentindo a força que parte de baixo, nos pés, quando estes se fixam ao chão, passando depois pelos joelhos, bacia, ao longo da coluna vertebral e até à cabeça. Todas estas passagens são fundamentais, para assim não espetar as nádegas e não arquear ou dobrar a região lombar.

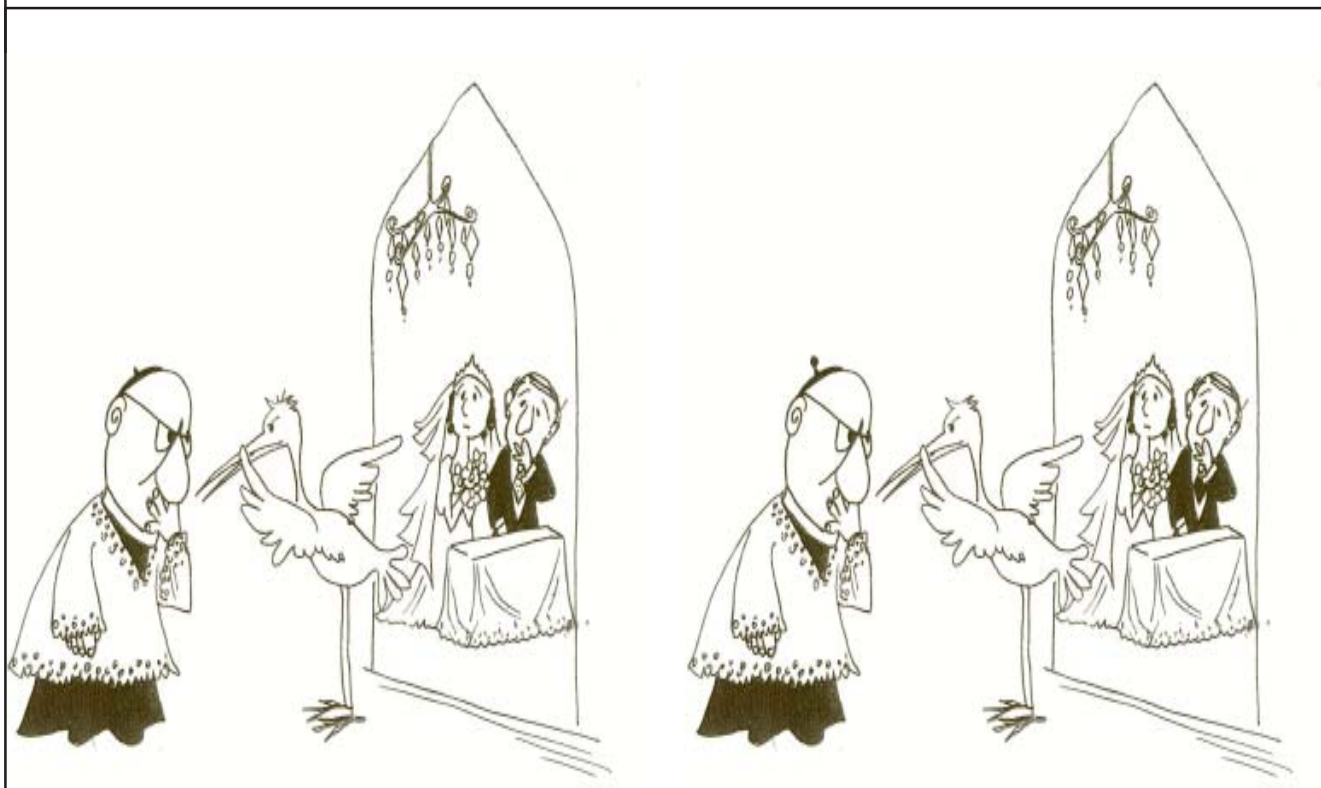
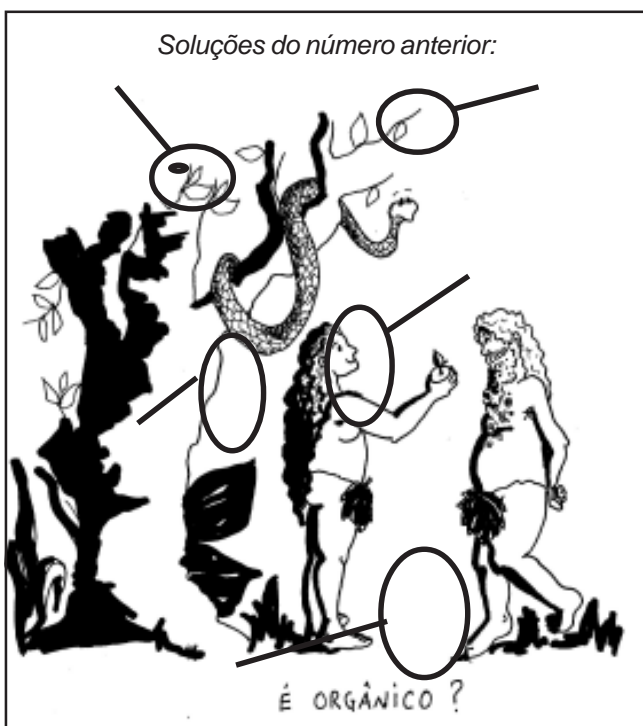
Lembre-se, fundamentalmente, de dobrar primeiro os joelhos e de impelir a bacia para a frente, esticando por último as pernas e reencontrando naturalmente a posição direita.

Faça agora estes exercícios básicos diversas vezes, e no próximo mês, quando já os tiver interiorizado bem, falaremos de mais coisas a este respeito.

"Para lidar consigo mesmo, use a cabeça; para lidar com os outros, use o coração."
- Karl Rahner -

Descubra as 5 diferenças entre estes 2 desenhos

por Cristina Rocha





A Bíblia

Livro dos Símbolos

Perfume

Perfume, *per-fumum* (em latim) quer significar pelo fumo, através do fumo, devido às substâncias aromáticas queimadas nos sacrifícios às divindades e em casa para criar bons odores. Neste fumo, subiam até aos deuses – e até Deus – as preces e oferendas humanas. Mas o perfume começou por ter uma finalidade prática: diminuir os maus cheiros, numa sociedade onde eram impossíveis as mais elementares normas de higiene de hoje. Na Grécia já era usado para atenuar os odores da carne assada nos sacrifícios, motivo pelo qual o incenso e outros perfumes acompanhavam esses sacrifícios. - O perfume é símbolo do amor: “Os teus rebentos são um

pomar de romãzeiras com frutos deliciosos, com alfenas e nardos, nardo e açafraão, cálamo e canela, com toda a espécie de árvores de incenso, mirra e aloés, com todos os bálsamos escolhidos.” (Ct 4, 13-14) - O perfume é também símbolo da alegria e da festa: “Bebem vinho por grandes copos, perfumam-se com óleos preciosos, sem se compadecerem da ruína de José.” (Am 6,6) - O perfume nos ritos funerários: “Nicodemos, aquele que antes tinha ido ter com Jesus de noite, apareceu também trazendo uma mistura de perto de cem libras de mirra e aloés. Tomaram então o corpo de Jesus e envolveram-no em panos de linho com os perfumes, segundo o costume dos judeus.” (Jo 19,39-40)



Manuela Redol

- “O perfume de Cristo”:

Cristo - por nosso intermédio difunde em toda a parte o perfume do seu conhecimento

Aquele que tem a sabedoria da palavra de Cristo só espalha perfumes de Cristo, tal como a Sabedoria: “Espalhei um perfume de cinamomo e de bálsamo odorífero, e exalei um perfume suave como mirra escolhida, como o gálbano, o ónix e a mirra, e como o vapor do incenso, no Tabernáculo.” (Sir 24,15..19-22); “Graças sejam dadas a Deus, que, em Cristo, nos conduz sempre em seu triunfo e, por nosso intermédio, difunde em toda a parte o perfume do seu conhecimento.” (2 Cor 2,14).

De A a Z

Santo



Carlos Brito Marques

Santo: Do hebraico Kdsh (kadosh), com o significado básico de separado (no sentido de escolhido).

No Antigo Testamento, a santidade não é, propriamente, considerada como sendo uma qualidade física ou moral do homem, mas como sendo um atributo que, combinando estas duas qualidades entre si, toca o homem, ora de uma maneira, ora de outra. A santidade do homem resulta de uma associação peculiar com o divino. Esta será, provavelmente, a fonte da qual vai derivar o significado de santidade como qualidade moral do homem.

Ainda no Antigo Testamento verificamos que a santidade das pessoas e dos acessórios do culto litúrgico é atribuída através da consagração ritual – os sacerdotes (Ex 28, 41 ss); e o altar (Ex 29, 37).

As vítimas do sacrifício e todas as ofertas para lahweh tornam-se santas pela oferta. A santificação é, neste sentido (de santidade cultural), uma purificação, manifestada pelo contacto

físico de um objecto ou pessoa, contacto no qual a santidade é dominante – o contacto santifica o profano, mas o profano não destrói a santidade – cfr. Ex 29, 37; 30, 29; Lv 6, 11.

Mais amplo é o conceito de Israel como Povo Santo. Israel é um Povo Santo porque está em condições de prestar culto a lahweh. É um Povo Santo porque pertence a lahweh e, assim, foi admitido na esfera da divindade.

No Novo Testamento o termo Santo é, frequentemente, atribuído à Igreja e aos seus membros. Os Cristãos são todos aqueles que foram santificados (Act 20, 32; 26, 18). Quer nos Actos dos Apóstolos, quer nas Epístolas, os membros da Igreja são frequentemente designados como Santos.

A santificação do cristão é feita pela vontade de Deus (1 Ts 5, 23) e é realizada por Jesus Cristo, Ele próprio chamado de santificação do cristão (1 Cor 1, 30). O Cristão santifica-se na união a Cristo, instituída pela Fé e pelo Baptismo (1 Cor 1, 2). A Igreja como um todo é se-

melhante a um Templo Santo para o Senhor. A Igreja aumenta e desenvolve-se pela santidade dos fiéis (Catecismo da Igreja Católica § 2045).

Os Cristãos, membros do Corpo cuja Cabeça é Cristo, devem ser santos e puros (Ef 1, 4), empenhando-se em viver a moral cristã, dando permanentemente testemunho de Jesus, pela constância das suas convic-

O Cristão santifica-se na união a Cristo, instituída pela Fé e pelo Baptismo

ções e dos seus costumes. Embora só Deus seja verdadeiramente Santo, no sentido de que só Ele é perfeito e só Ele está acima do mundo caduco e efémero em que vivemos, todos somos chamados a participar na sua Santidade, tornando-nos discípulos de Jesus. Em Cristo, Deus tornou-nos membros da sua família, comunicou-nos o seu Espírito, a Sua santidade.

A santidade é um puro dom de Deus. Só Ele nos pode tornar Santos.

A nossa religião e as outras

Islamismo

Segundo uma narrativa *hadith* conservada na famosa colecção Bukhari, de ditos do Profeta, Maomé disse um dia: “A religião de Deus compõe-se de três partes: *islam*, *iman* e *ihsan* (ou *islah*) e a primeira delas deu o nome à religião”. Quando os muçulmanos dizem que a religião do Islão tem três partes, referem-se aos três aspectos essenciais, todos eles necessários para

a religião ser completa. As três partes são:

1 - *Islam* (submissão): gestos e actos que um muçulmano deve praticar;
2 - *Iman* (fé): a noção mais íntima, acreditando no que Deus ensinou;
3 - *Ihsan* (bondade) ou *islah* (rectidão): o processo de interiorização dos mandamentos divinos que dão forma e expressão a uma vida boa e justa que reflecte a

própria bondade de Deus. O Alcorão é o livro sagrado do Islão. “É a revelação feita por Deus a Maomé” (Alc. 20,2). O Alcorão cita 26 Profetas, alguns dos quais são os Patriarcas do Antigo Testamento, outros são próprios da tradição árabe, outros são tirados do Novo Testamento. Os muçulmanos crêem que existem cinco grandes profetas que fizeram progredir a “história da salvação” da humani-

dade antes do tempo de Maomé: Adam (Adão), Nuh (Noé), Ibrahim (Abraão), Musa (Moisés) e Isa (Jesus). Como curiosidade, podemos ler que Jesus é chamado “*Abdu'llah*” (Servo de Deus), Palavra de Deus e Espírito de Deus. Ele é o modelo de santidade. No Alcorão diz-se que é *min al muqarrabin* (aquele que está próximo de Deus). Afirmando que Jesus não tinha pecado, Maomé disse “todas as cri-

anças nascidas desde Adão foram tocadas pelo pecado, excepto Jesus e sua mãe”. Nos últimos anos, ouvimos falar frequentemente de fundamentalismo islâmico, quando o seu conceito é problemático. Quando se fala de fundamentalistas, no caso dos muçulmanos, usa-se um termo que não tem nenhuma origem ou história própria na tradição islâmica, mas é um termo pejorativo aplicado pe-

los outros. Por um lado, não são os estudiosos comprometidos que se referem aos muçulmanos como fundamentalistas, mas antes os jornalistas, os políticos e algum observador casual. Por isso, este termo não tem um significado preciso, é antes uma generalização para uma série muito variada e muitas vezes contraditória de movimentos islâmicos e de interpretações do Islão.

Anuncie aqui!
Este espaço é seu!

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

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



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

Calendário Litúrgico para Novembro

- AnoB

José Pedro Salema
e Grupo Bíblico



1 SÁBADO da semana XXX
TODOS OS SANTOS – SOLENIDADE
L 1 Ap 7, 2-4. 9-14; Sal 23, 1-2. 3-4ab. 5-6
L 2 1 Jo 3, 1-3
Ev Mt 5, 1-12a
“Alegrai-vos e exultai, porque é grande nos Céus a vossa recompensa”

2 DOMINGO XXXI DO TEMPO COMUM
L 1 Dt 6, 2-6; Sal 17, 2-3, 4, 47. 50-51
L 2 Hb 7, 23-28
Ev Mc 12, 28b-34
“Não estás longe do Reino de Deus”

3 SEGUNDA-FEIRA da semana XXXI
L 1 Rom 11, 29-36; Sal 68, 30-31. 33-34. 36-37
Ev Lc 14, 12-14
“Não convides os teus amigos, mas os pobres e os doentes”

4 TERÇA-FEIRA da semana XXXI
L 1 Rom 12, 5-16a; Sal 130, 1. 2ab e 3
Ev Lc 14, 15-24
“Feliz de quem tomar parte no banquete do Reino de Deus”

5 QUARTA-FEIRA da semana XXXI
L 1 Rom 13, 8-10; Sal 111, 1-2. 4-5. 8a e 9
Ev Lc 14, 25-33
“Quem não toma a sua cruz para Me seguir, não pode ser Meu discípulo”

6 QUINTA-FEIRA da semana XXXI
L 1 Rom 14, 7-12; Sal 26, 1. 4. 13-14
Ev Lc 15, 1-10
“Quem não não renunciar a todos os seus bens, não pode ser Meu discípulo”

7 SEXTA-FEIRA da semana XXXI
L 1 Rom 15, 14-21; Sal 97, 1. 2-3ab. 3cd-4
Ev Lc 16, 1-8
“Os filhos deste mundo são mais espertos do que os filhos da luz, no trato com os seus semelhantes”

8 SÁBADO da semana XXXI
L 1 Rom 16, 3-9. 22-27; Sal 144, 2-3. 4-5. 10-11
Ev Lc 16, 9-15
“Quem é fiel nas coisas pequenas, também é nas grandes”

9 DOMINGO XXXII TEMPO COMUM
L 1 Ez 47, 1-2. 8-9. 12; Sal 45, 2-3. 5-6. 8-9
L 2 1 Cor 3, 9c-11. 16-17
Ev Jo 2, 13-22
“Em verdade vos digo: Esta pobre viúva deitou na caixa mais do que todos os outros”

10 SEGUNDA-FEIRA da semana XXXII
L 1 Sab 1, 1-7; Sal 138, 1-3. 4-6. 7-8. 9-10
Ev Lc 17, 1-6
“É inevitável que haja escândalos; mas ai daquele que os provoca”

11 TERÇA-FEIRA da semana XXXII
L 1 Sab 2, 23-3, 9; Sal 33, 2-3. 16-17. 18-19
Ev Lc 17, 7-10
“O que fizestes a um dos meus irmãos mais pequeninos, a Mim o fizestes”

12 QUARTA-FEIRA da semana XXXII
L 1 Sab 6, 1-11; Sal 81, 3-4. 6-7
Ev Lc 17, 11-19
“Levanta-te e segue o teu caminho; a tua fé te salvou”

13 QUINTA-FEIRA da semana XXXII
L 1 Sab 7, 22-8, 1; Sal 118, 89. 90. 130. 135.
Ev Lc 17, 20-25
“O Reino de Deus está no meio de vós”

14 SEXTA-FEIRA da semana XXXII
L 1 Sab 13, 1-9; Sal 18 A, 2-3. 4-5
Ev Lc 17, 26-37
“Quem procurar salvar a vida há-de perdê-la e quem a perder há-de salvá-la”

15 SÁBADO da semana XXXII
L 1 Sab 18, 14-16-19, 6-9; Sal 104, 2-3. 36-37
Ev Lc 18, 1-8
“Deus fará justiça aos seus eleitos, que por Ele clamam”

16 DOMINGO XXXIII TEMPO COMUM
L 1 Dan 12, 1-3; Sal 15, 5 e 8. 9-10. 11
L 2 Hebr 10, 11-14. 18
Ev Mc 13, 24-32
“Passará o céu e a terra, mas as minhas palavras não passarão”

17 SEGUNDA-FEIRA da semana XXXIII
L 1 1 Mac 1, 10-15. 41-43. 54-57. 62-64; Sal 118, 53 e 61. 134. 150. 155. 158
Ev Lc 18, 35-43
“Vê. A tua fé te salvou”

18 TERÇA-FEIRA da semana XXXIII
L 1 Act 28, 11-16. 30-31; Sal 97, 1. 2-3ab. 3cd-4. 5-6
Ev Mt 14, 22-33
“Homem de pouca fé, porque duvidaste?”

19 QUARTA-FEIRA da semana XXXIII
L 1 2 Mac 7, 1. 20-31; Sal 16, 1. 5-6. 8b-9a. 15
Ev Lc 19, 11-28
“A todo o que tem se dará mais, mas àquele que não tem, até o que tem lhe será tirado”

20 QUINTA-FEIRA da semana XXXIII
L 1 1 Mac 2, 15-29; Sal 49, 1-2. 5-6. 14-15
Ev Lc 19, 41-44
“Se conhecesses o que te pode dar a paz!”

21 SEXTA-FEIRA da semana XXXIII
L 1 1 Mac 4, 36-37. 52-59; Sal 1 Cr 29, 10. 11ab. 11cd e 12ab. 12cd e 13
Ev Lc 19, 45-48
“Fizestes da casa do Senhor um covil de ladrões”

22 SÁBADO da semana XXXIII
L 1 1 Mac 6, 1-13; Sal 9A, 2-3. 4 e 6. 16 e 19
Ev Lc 20, 27-40
“Não é um Deus de mortos, mas de vivos”

23 DOMINGO XXXIV TEMPO COMUM
L 1 Dan 7, 13-14; Sal 92, 1ab. 1c-2. 5
L 2 Ap 1, 5-8
Ev Jo 18, 33b-37
“É Ele o princípio”

24 SEGUNDA-FEIRA da semana XXXIV
L 1 Dan 1, 1-6. 8-20; Sal Dan 3, 52. 53 e 54. 55 e 56
Ev Lc 21, 1-4
“...mas ela, na sua penúria, ofereceu tudo o que possuía para viver”

25 TERÇA-FEIRA da semana XXXIV
L 1 Dan 2, 31-45; Sal Dan 3, 57. 58. 59. 60. 61
Ev Lc 21, 5-11
“Não vos deixeis enganar, pois muitos virão em Meu nome”

26 QUARTA-FEIRA da semana XXXIV
L 1 Dan 5, 1-6. 13-14. 16-17. 23-28; Sal Dan 3, 62. 63. 64. 65. 66. 67
Ev Lc 21, 12-19
“Muitos vos odiarão por causa do Meu nome”

27 QUINTA-FEIRA da semana XXXIV
L 1 Dan 6, 12-28; Sal Dan 3, 68. 69. 70. 71. 72. 73. 74
Ev Lc 21, 20-28
“...erguei-vos e levantai a cabeça, porque a vossa libertação está próxima”

28 SEXTA-FEIRA da semana XXXIV
L 1 Dan 7, 2-14; Sal Dan 3, 75. 76. 77. 78. 79. 80. 81
Ev Lc 21, 29-33
“Quando virdes acontecer estas coisas, sabei que está próximo o Reino de Deus”

29 SÁBADO da semana XXXIV
L 1 Dan 7, 15-27; Sal Dan 3, 82. 83. 84. 85. 86. 87
Ev Lc 21, 34-36
“Vigiai e orai em todo o tempo!”

ANO LITÚRGICO - ANO C
2003 – 2004

TEMPO DO ADVENTO

O Tempo do Advento tem dupla característica: é tempo de preparação para a solenidade do Natal, em que se comemora a primeira vinda do Filho de Deus aos homens; simultaneamente é tempo em que, comemorando esta primeira vinda, o nosso espírito se dirige para a expectativa da segunda vinda de Cristo no fim dos tempos. Por estes dois motivos, o Advento apresenta-se-nos como um tempo de piedosa e alegre expectativa.

30 DOMINGO I DO ADVENTO
L 1 Jer 33, 14, 16; Sal 24, 4bc-5ab. 8-9. 10 e 14
L 2 1 Tes 3, 12 – 4, 2
Ev Lc 21, 25-28. 34-36
“Portanto, vigiai e orai em todo o tempo”

Intenções do Papa para Novembro



• **Apreço pelas Igrejas do Oriente.** Que os cristãos do Ocidente conheçam e estimem cada vez mais a espiritualidade e as tradições litúrgicas das Igrejas do Oriente.

• **Igreja evangelizadora na América.** Que a Igreja que está na América, ao celebrar na Guatemala o 2.º Congresso Missionário Americano, se sinta impelida a uma acção evangelizadora mais generosa, mesmo além fronteiras.

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



**AVENTURA
SOBREVIVÊNCIA
OUTDOOR**



Entretenimento

Vale a pena ver Vídeo

Paul Weitz e Chris Weitz

Era uma vez um rapaz

Rita Santos



Título Original: About a boy
País de Origem: Inglaterra
Ano: 2002
Duração: 97 minutos
Director: Paul Weitz e Chris Weitz
Elenco: Hugh Grant, Nicholas Hoult, Rachel Weisz, Toni Collette

Para o solteirão Will Freeman o dia-a-dia divide-se em pequenas unidades de tempo que ele ocupa da forma mais ociosa possível. Will é invejado por todos os homens, vive dos rendimentos, conduz um carro veloz, diverte-se com relações ocasionais e, aos 38 anos de idade, não tem quaisquer responsabilidades. A sua vida tran-

quila muda no dia em que conhece Marcus, um rapaz invulgar de 12 anos com uma mãe desequilibrada e muitos problemas de aceitação social.

O caminho que os dois vão percorrer é feito de diferenças e descobertas, dúvidas e confiança. Pelo meio vivem-se momentos muito divertidos e até há espaço para o amor...

Dos realizadores de "O Diário de Bridget Jones" e "Notting Hill" surge esta comédia simpática e imprevisível que apela à verdade dentro de cada um. Com uma óptima banda sonora composta por Badly Drawn Boy, este filme é imperdível (especialmente para quem não resiste ao sorriso do Hugh Grant).

Abaixo os auscultadores!

R.E.M.

Best of 1988 - 2003

Tiago Bueso
Pedro Tomásio

Aquela que é considerada a melhor banda pop-rock americana das últimas duas décadas acaba de lançar a sua segunda colectânea de êxitos. O disco inclui os melhores singles desde 1988 até à actualidade, percorrendo os álbuns de maior sucesso, como "Out Of Time" e "Automatic For The



People", entre outros. O álbum é composto por 18 temas, dois dos quais originais ("Bad Day" e "Animal"). No en-

tanto, lamentamos a ausência de duas músicas que, na nossa opinião, deveriam figurar no alinhamento deste cd ("Shiny Happy People" e "Lotus").

A edição especial que acompanha este lançamento inclui um segundo disco com 15 raridades, entre elas versões acústicas, versões ao vivo, B-Sides, colaborações em bandas sonoras e demos. Neste segundo cd destacamos singles de êxito que não encontramos no primeiro ("Pop Song 89", "Drive", "The One I Love").

Um verdadeiro desfile de clássicos do Pop-Rock internacional, já disponível no nosso país.

Livros do Mês

ALBERONI

Saber Decidir

António Louro

Todas as grandes obras são universais. Todas, sem excepção, extravasam fronteiras, culturas, gerações, causam polémica, obrigam-nos a repensar nas nossas experiências de vida.

O livro "Saber Decidir", de Francesco Alberoni, tem todos os condimentos para ser considerado uma grande obra, um grande livro.

Esta obra extravasa claramente o seu âmbito, ultrapassa as fronteiras dos estudos sobre movimentos colectivos, fluindo por áreas como a psicologia, sociologia e análise política. O livro apresenta-se com uma estrutura extremamente simples, dividida em três partes: "Arte de bem mandar", "Tipos humanos" e "O rosto demoníaco do poder".

Cada parágrafo é resultado de uma enorme capacidade de análise e de síntese que nos toca em cada momento da leitura, provocando com frequência um impulso natural para voltar atrás e reler o último parágrafo, ou mesmo um subcapítulo. Exemplos disso mesmo são os brilhantes parágrafos onde, logo a abrir, o autor descreve meticulosamente as diferenças entre o acto de criar, em contraposição ao de tomar.

O acto de mandar atinge os seus fins e a sua eficácia só quando é fundado na virtude

Numa época onde os nossos políticos, os nossos líderes e os nossos gestores estão cada vez mais expostos à opinião

publica, e quando todos os caminhos parecem confluir na necessidade e culto do auto elogio e da venda da imagem própria em detrimento do trabalho empenhado e profissional, o autor tem a coragem de desmontar cuidadosamente esta falsa premissa, deixando-nos um conjunto de pistas para um futuro onde este tipo de atitude não pode ter lugar. Cabe-nos a nós absorver a extraordinária experiência transmitida nesta obra e, com uma fé igual à que guiou o autor, contribuir activamente para mudar o nosso local de trabalho, a nossa empresa e a nossa comunidade.

Esta é, de facto, uma obra de enorme profundidade, que deve ser relida e guardada como referência para o dia a dia.

Pepetela

Jaime Bunda e a Morte do Americano

M. Helena Pereira

Mais um romance do escritor angolano Pepetela, cujo tema ele próprio nos esclarece logo no início do livro: "Então não havia o Afeganistão, a Somália, o Irão ou a Colômbia, países ideais para um americano morrer de morte matada, sem levantar muitas comoções nem pasmos, pois eram territórios já habituados a serem tratados de promotores e antros de horripilantes antiamericanismos? Aí tanto fazia, mais

um menos um, não provocava qualquer crise mundial.

Porque iria logo escolher a pacífica Benguela, onde, de memória de gente, nunca nenhum americano tinha morrido...

Mas foi assim que aconteceu, o engenheiro gringo bateu subitamente a caçoleta na pachorrenta cidade das acácias rubras,

para grande tristeza e preocupação dos governantes, locais e nacionais, e perante a indiferença da maioria da população, ocupada na legítima e cada vez mais problemática azáfama de sobreviver".

E lá foi o detective Jaime Bunda a Benguela investigar... Acompanhe-o nessa investigação!



Serviço
24h/dia

<http://videoclubexana.clubedevideo.com>

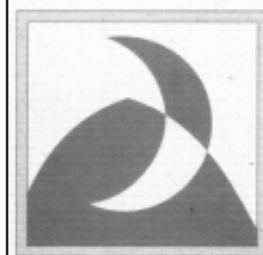
Loja 1:

Rua Doutor Félix Alves Pereira, 12A - Portela de Sintra

Loja 2:

Quinta da Samaritana, Rua Margarida Malheiros, Lote 38 - Loja C - Belas

LIVRARIA



Penha da Lua

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)

10% de desconto na aquisição deste livro na livraria Penha da Lua se fizer referência a este jornal

O mundo em que vivemos

Marina Ribeiro

Pequenos gestos que podem salvar o Planeta

Todos nós já ouvimos falar da destruição da camada do ozono, do excesso de lixo, da chuva ácida, da poluição atmosférica, da poluição sonora, etc, etc. Muitos enfrentamos, mais ou menos pacificamente, essa situação, quase à laia de destino. Outros condenamos, mais ou menos convictamente governos e empresas, e olhamos esses problemas como coisas exteriores a nós próprios e certamente fora do nosso âmbito de responsabilidades. Outros, ainda, (acredito que seja a maioria) quer fazer qualquer coisa, mas desiste, ou por falta de informação ou porque acaba por pensar que uma pessoa sozinha não pode "mudar o mundo". Baixamos, então, os bra-

ços com a resignação amorticada pela desculpa e deixamos andar.

Este ano, dizem-nos, é o ano da água doce. Como não estamos informados, não percebemos porque é que nos alertam para este facto. Aqui em Sintra, onde em cada canto há uma fonte, ainda é mais difícil interiorizar que a água é um recurso escasso. Hoje, em muitos países de África, as pessoas pedem, como esmola, uma garrafa de água para beber! Há muito que isso acontece e ninguém se importa. É um problema distante, num Continente já tão cheio de tantos problemas! Contudo, o problema está a bater à porta do mundo chamado civilizado. As previsões apontam para que dentro de 25 anos não haja água

para beber, no Planeta. E isso vai mesmo acontecer se não houver mudanças radicais.

Não venho aqui falar-vos de grandes actos heróicos. Venho falar-vos em pequenas mudanças nos gestos mecanizados do nosso dia a dia. Venho propor-vos que transformemos esses gestos de destruição em grandes gestos de Amor.

Há cerca de 8 anos veio parar-me às mãos um livro chamado "50 Coisas Simples que Você pode fazer para Salvar o Planeta" (The Hearst Works Group - Difusão Cultural). A partir desse dia deixei de ter des-

culpas, não só com a poupança de água, mas também no tratamento do lixo, na redução da energia eléctrica, etc.

É desse livro que extraí a informação que vos vou



passar. Desta vez ficaremos, apenas, com as torneiras. Em futuros números do C R U Z

ALTA, falar-vos-ei do duche, do autoclismo, entre outras coisas.

Veja como estes factos, são elucidativos:

- Uma torneira a correr gasta entre 11 a 19 litros de água por minuto.
- Lavar os dentes à torneira gasta mais de 19

litros de água.

- Lavar a loiça à torneira gasta cerca de 110 litros de água.

- Deixar a torneira a correr enquanto se faz a barba gasta entre 30 a 60 litros de água.

- Lavar o carro à mangueira, gasta 570 litros de água. Leu bem, são mesmo 570 litros...

Antes de avançar na leitura, pegue num lápis e num papel. Ajude-se com uma máquina de calcular, porque aos números a que vai chegar, facilmente vai pensar que se enganou nas contas. Veja quanto gasta por dia, depois por semana, depois por ano. No fim, multiplique pelo número de pessoas do seu agregado familiar. Assustador, não é?

Agora, veja, como é simples mudar e contribuir para

uma redução drástica de consumos

- Use o copo ao lavar os dentes. Poupará cerca de 17 litros de água.

- Encha o lavatório para fazer a barba. Poupará até 55 litros de água em cada barbear.

- Encha o lava loiça para lavar a loiça. Poupa cerca de 95 litros de água.

- Lave o carro com uma esponja e um balde. Gasta cerca de 57 litros de água, pelo que está a poupar mais de 380 litros.

Agora, pegue de novo num lápis e num papel. Volte a fazer o exercício, com as novas médias de consumo. No final subtraia ao número que encontrou em cima.

Continua a pensar que a sua participação não adianta nada?

O nosso mundo está doente

Carolina Dinis



"Se é verdade que, graças ao progresso, o Homem combateu a fome e a miséria" de alguns países, "também é verdade que foi longe de mais... Destruí o equilíbrio do nosso mundo.

Explorou a terra, tirando-lhe a vida, com pesticidas, fertilizantes. E agora a terra está cansada e doente. Encheu o ar com fumo das fábricas e dos automóveis. Envenenou o mar e os rios como se fossem caixotes de lixo e os peixes foram morrendo pouco a pouco. Os animais fugiram para longe e morreram, morreram. E AGORA O NOSSO MUNDO ESTÁ DOENTE!!!"

Júlio Roberto

Aprendi este texto na minha 4ª classe e, apesar de já ser antigo, podemos verificar que é cada vez mais actual. O texto retrata o presente e realça as perspectivas futuras que o egoísmo do Homem pode trazer.

Um exemplo bem recente de tudo isto foi o caso do *Prestige*: uma grande

catástrofe ambiental, que ainda não teve todas as suas consequências e, de certeza, vai ser muito negativo para o nosso planeta. O mar está a ser progressivamente transformado numa enorme lixeira. Podemos questionar como será o futuro das gerações futuras: receberão como herança um mundo sujo e

envenenado? A resposta é simples, mas o que ela traduz é catastrófico. Com o caso *Prestige*, e infelizmente o de outros mais, a vida que habita o mar começa a transformar-se em morte. Muitas espécies vão ser destruídas e muitos animais e plantas nunca mais irão aparecer.

Numa música o cantor

brasileiro Roberto Carlos afirma: "seus netos vão perguntar pelas baleias que cruzaram os oceanos e, quando isso acontecer o que iremos responder? Como iremos lhes dizer que o egoísmo e ganância do Homem são tão grandes e tão sem limites, que são capazes de destruir algo tão imenso, grandioso

e belo como o Mar e até como o próprio mundo? Sempre dissemos às crianças para ter cuidado com o mar, para não avançar muito na água, porque ele é perigoso. Então, elas irão pensar qual o maior perigo? O mar é grande e perigoso, mas o egoísmo do Homem ainda é mais, porque é capaz de

derrubar algo tão grande como o mar!"

O mar deve ser protegido, aproveitado da maneira mais adequada e com limites, mas não destruído, sob pena de, quando dermos conta do perigo, já ser demasiado TARDE...



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

ESPECIALIDADES DA FÁBRICA:
Queijadas - Travesseiros - Pastéis de Sintra
Nozes Douradas - Pastéis Cruz Alta



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

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



Um morro com história...

Paula Penaforte

Quem ainda não reparou, na primeira rotunda de acesso à bela vila de Sintra, no majestoso empreendimento, que está em fase de adiantado crescimento?

Talvez devesse debruçar-me sobre aspectos mais práticos, ou, se preferirem políticos, mas não, acho que isso é para quem de direito.

Se bem que a construção decorra a passo rápido para a envergadura da obra, e em poucos meses já conseguimos ver um EDIFÍCIO, teve uma longa história a construção da nossa *Domus Justitiae*, vulgo Palácio da Justiça.

Há já vários anos que se sonhava nesta nossa bela e vetusta Vila, para além de um Hospital condigno, com um Tribunal em condições. Sempre se pôs o mesmo problema: Onde? O tribunal estava repartido por vários edifícios, uns mais antigos outros mais modernos, mas nenhum adequado ao fim pretendido. Saltitou de um para outro espaço, sem nunca encontrar um que lhe fosse favorável. Era vulgar ver-se na Portela de Sintra, no "prédio do Tribunal" o carro de transporte de presos parado à porta de um vulgaríssimo prédio de

quatro andares, e não sei o que era mais caricato: se o aparato policial, se entrar na escada do prédio e ver os Dt^{os} e Esq^{os} com todo o seu ar de habitações pacatas, não fora o frenesim dos empregados e "utenentes", com campainhas para tocar à porta e tudo, abrirem-se em salas de julgamento, juízos 1^o, 2^o, 3^o etc. etc., secretarias e um infundável número de notificações, avisos, de: "Dá-me licença?", "Importa-se que eu passe?", "podes trazer-me o processo...?".

Também haviam as zangatas de ciganos (e não só), e a fuga dos mais arroçados. Aí era ver um filme policial ao vivo, com os polícias em correrias desenfreadas pelas ruas atulhadas de trânsito, troando as sirenes, quase voando, de armas empunhadas do lado de fora das janelas das suas máquinas potentes, buscando um preso que entretanto se fizera invisível, e deslizava pelo resto das matas que ainda sobram para os lados do Hóquei, ou Ribeira de Sintra. A localização do Tribunal era de facto péssima, e estavam todos como se diz em bom português como "sardinhas em lata".

Muita tinta correu em

tempos passados, e muito desentendimento surgiu, tanto na Câmara como na boca do povo. Vários locais vieram a lume, e, por fim, depois de muito se especular lá se decidiram a edificar no morro fronteiriço ao final de estação da CP da Portela o tão esperado Palácio da Justiça. O problema é que para essa tão cobiçada elevação estava sonhada a construção do Hospital de Sintra. Saber-se porque ganhou o Tribunal é que ainda não se sabe, ou pelo menos não se conta.

É voz corrente que o terreno foi cedido mas, por outro lado, também se consta que o terreno foi comprado ao seu legítimo proprietário Sr. António Simplício Santos. Fosse como fosse o certo é que ainda no anterior mandato camarário se iniciaram os trabalhos de terraplanagem e alicerçamento da nossa nova casa da Justiça. Entre muitas complicações e canseiras lá se começaram a delinear no terreno as formas que actualmente podemos observar.

Para quem, como eu, se lembra de ver aquele cabeço florido, o mato rasteiro e odoroso, com algum gado a pastar, e os trilhos es-

treitos que o cortavam em vários sentidos, não deixou de ser um tanto estranho ver de um dia para o outro destruir-se mais um pedacinho de campo, se bem que não aproveitado, arrasado e alisado pelo furor poderoso das máquinas que lhe davam uma forma mais propícia à construção.

Como em quase tudo nesta terra se começa e se interrompe, se avança e se recua, quase parecendo uma dança de salão em que o par se movimenta com muita elegância, mas demonstra pouco a técnica da dança. Foi assim que, ao cabo de umas semanas de trabalhos árduos no tão desejado monte, e após as eleições autárquicas, vimos desaparecer, como por magia, da noite para o dia, as máquinas que tão diligentemente tinham iniciado as suas tarefas.

Fica o povo suspenso e tão baralhado que se contam as mais rocambolescas histórias: falta de pagamento ao empreiteiro, quebra de compromisso por parte da Câmara Municipal, desinteresse do novo grupo, recuo nos acordos feitos, enfim, um nunca mais acabar de especulações que trouxeram os Sintrenses em verdadeira



Uma fase das obras do novo Palácio da Justiça de Sintra

ebulição durante uns meses. Certo, certo, é que só após uns quantos compassos de espera, e numa bela manhã das nossas, com a brumazinha a encobrir a serra, se viram regressar as tão ansiadas máquinas para, de uma vez por todas, se porem ao trabalho e elevarem ao céu a estrutura de um "gigante" que todos esperamos JUSTO. Adiantadas vão as obras, até porque os prazos fizeram-se para serem cumpridos, e as inaugurações não se compadecem com mau tempo, falta de material, falta de trabalhadores, falta de dinheiro, ou outros embargos que não são estranhos a uma construção.

Enquanto a nossa obra avança ao seu ritmo, podemos observar a laboração do tribunal, às portas de Sintra, num espaço que

foi alugado a peso de ouro. Não teço comentários sobre a comodidade em que se encontram funcionários, escrivães, juízes e réus, nem sobre a localização, ainda que provisória, e sem grandes transportes (a não ser os próprios), e muito menos sobre o montante que a edificação depende mensalmente para manter em funcionamento a Justiça. Uma vez mais isso é assunto para peritos.

Apenas lanço uma pergunta: Tribunal, sim claro, estava pessimamente instalado, era necessária a urgente recolocação. Mas, tinha forçosamente que ser naquele local? E o Hospital, para quando e onde?

Apetece dizer — "*Carpentua poma nepotes*" — Teus netos colherão os teus frutos. Sejam eles bons ou maus, acrescento eu.

Por via directa

Em
Lourel

-Adalberto Miranda
- 76 anos
- Reformado

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 o Sr. Adalberto Miranda, ao 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.

1) Já conheço o jornal.
2) Tenho a minha forma de ver a religião.
3) Vivo em Sintra. Coisas que me agradam: o local, o valor histórico, o património arquitectónico e não só, a arte que ainda se vislumbra em recantos muito próprios de Sintra.

Mas se formos a ver coisas que me desagradam e gostaria de ver mudadas, são bem mais e mais negativas: o estacionamento. Porque é que um residente tem que, de 52 em 52 horas ir mudar o papelinho do es-

tacionamento? Para que serve então o cartão de residente? Depois há ainda o problema de onde pôr o carro, porque parques, ou silo, ou seja lá o que for, é mentira! Temos também a dança dos parquímetros avariados, essa é outra que não lembra a ninguém! Estão lá aqueles mamarrachos a fazer o quê, alguém me explica?

Também podiam fazer-nos o favor de recriar o espaço Cinema, uma terra destas sem cinema? Onde já se viu?

O verde não é só para vestir a serra, também deveria estar inserido no meio da construção, mas espaços verdes deve ser palavra que não consta no dicionário.

Mensagem: "Nos tempos que correm, a mensagem que posso dar é que façam um esforço por manter a Paz internacional, e os governos que se lembre que foi o povo que os elegeu e tem direito a opinar. Auscultem o povo, sejam mais próximos dele, não sejam déspotas na governação".

Flagrantes da vida real

