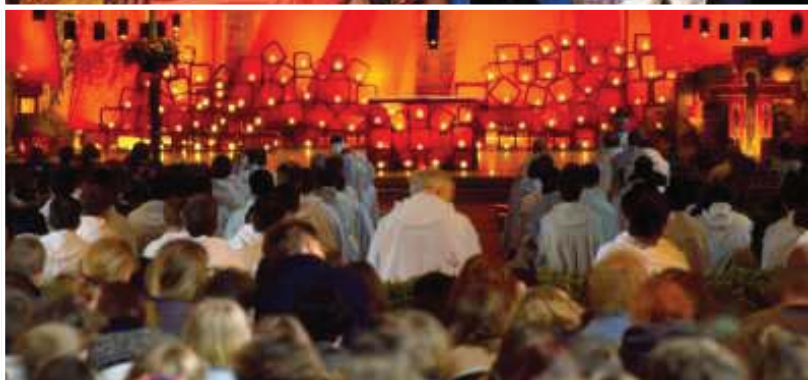


Dezembro  
2004  
Ano II  
Nº 18

# Cruz Alta

Publicação mensal das Paróquias de Sintra (Stª Maria e S. Miguel; S. Martinho; S. Pedro de Penaferrim)

1 Cruz



o  
h  
u  
m  
e  
t  
e  
r  
i  
o

*Está na hora do nosso*



Neste mês:

Conselho  
Pastoral



Igrejas  
e  
Passeios

Pág. 3



Uma experiência  
em Paris

Pág. 7



Taizé - Lisboa

Centrais

Notícias



Foto-  
cometário

Pág. 10

Pág. 16

## Editorial

## Bom Natal!

Este ano que quase já passou foi profícuo em atrocidades, mentiras, crimes hediondos, guerras e tudo o mais de que só o homem é capaz, sobretudo quando a sua instintiva animalidade atinge o seu expoente máximo, a bestialidade.

Bem ao nosso lado, a pequenina Joana terá sido esquarterada pela sua própria mãe. Ligeiramente ao lado rebentou uma invasão, a do Iraque, a última de que temos conhecimento, das muitas que muitos gostariam de fazer, por muitos motivos. Apesar de fundamentada numa mentira sem precedentes, o presidente americano foi, recentemente, reconduzido ao seu alto cargo. E a Igreja americana aplaudiu e apoiou. No meio de tudo isto há ex-combatentes a morrer porque as balas utilizadas contêm um material altamente radioactivo, mas "ninguém" sabe! Quase em simultâneo assistimos em directo ao verdadeiro "abate" de reféns, facto que é passado nas televisões com uma frieza impressionante, à hora a que mais lhes convenha para atingir os fins comerciais que as regem, com a simples menção de conter cenas consideradas chocantes... Ao mesmo tempo que assistimos a uma autêntica avalanche anti-tabagista, curiosamente liderada pelo país que mais vendas de tabaco tinha, em prol da saúde e

da ecologia, assistimos também à recusa da assinatura do acordo de Kioto, por uns, e ao seu quase total esquecimento, por outros, e isto apesar de estarmos no século XXI.

Estes e tantos outros, num rol interminável, são hoje alguns dos nossos grandes problemas que, curiosamente, foram por nós mesmos criados e cuja base assenta sempre na mentira. Quer na simples mentira banalizada ao ponto de se tornar verdade, quer na mentira esquecida que já faz parte do nosso quotidiano, quer ainda naquela que recentemente se tem considerado diplomaticamente correcta.

E, no meio disto tudo, vêm-me sempre as mesmas perguntas à cabeça: onde estão os cristãos? Para que lado estão a olhar, enquanto tudo isto se passa? Claro que as respostas habituais são: "já fazemos muito... não podemos fazer mais..." ou mesmo, "isto não é connosco, porque se fosse..."

Muitos de nós temos es- quecido que fazer o bem nada tem a ver com o não fazer o mal. Não! É necessário sermos interventivos, ao contrário do "sábio" comodismo em que nos temos profissionalizado.

Àqueles que, ao lerem este texto, o considerem fatalista, recordo a necessidade imperiosa de chamar a atenção, aberta e verdadeiramente, para os reais problemas da actual

## A melhor parte

## "A menina está a dormir"

"A menina está a dormir" (Lucas 8,52)

Não é nada simpático falar da morte. É coisa que nos afecta a todos, mas que nos causa uma natural repulsa. E por isso recusamo-nos, em geral, a pensar nela. Ao tomar conhecimento da morte do seu amigo Lázaro, Jesus diz aos discípulos: "o nosso amigo, Lázaro, está a dormir mas eu vou lá acordá-lo" (João 11,11). Noutra altura, dirigindo-se a casa de Jairo, cuja a filha

única de 12 anos acabava de morrer, Jesus diz aos que choram a morte da jovem: "Não chorem que a menina não está morta, está a dormir" (Lucas 8,52). Como entender as palavras de Jesus: Lázaro e a menina estavam mortos, ou a dormir?

Que nos diz a Palavra de Deus acerca da morte? Será um sono, como afirma Jesus? A Bíblia afirma que a morte entrou no mundo pelo pecado: "... porque, no dia em que o comerdes, certamente morrerás" (Gen

2,17); "por inveja do Diabo é que a morte entrou no mundo" (Sab 2,24); "por um só homem entrou o pecado no mundo e pelo pecado entrou a morte". (Rom 5,12). Estas são as únicas vezes em que a Bíblia afirma que a morte entrou no mundo pelo pecado. Mas nenhuma delas se refere à morte biológica. É por isso que os biblistas já não aceitam a ideia da imortalidade corporal antes do pecado original. Entretanto, noutras passagens, a Bíblia declara aberta-



Diácono Manuel Valinho

mente que a morte é algo de normal que faz parte do ciclo natural do ser humano e que, mais cedo ou mais tarde, todo o indivíduo a deve experimentar pelo simples facto de ser humano.

Se assim é, qual foi então a morte que entrou no mundo por culpa do pecado? Os teólogos respondem que, ao

(Continua na página 3)

sociedade, por forma a não serem banalizados e muito menos esquecidos e assim, servirem para muitos de nós como chama viva para lutar pela mudança, por Cristo, e nos recordarmos que, com ele, teremos sempre a força fundamental para darmos continuidade ao seu único mandamento, o do Amor e da Verdade.

Mesmo entre nós, nas nossas simples comunidades, em que já era tempo de todos darmos as mãos sem quaisquer reticências e, de preferência, nos tratarmos como irmãos, isso ainda não é possível. A dificuldade em abandonarmos os nossos "quintaizinhos" é enorme e por vezes atinge o limite fazendo-nos afastar, senão mesmo tentar excluir, pessoas ou opiniões só

porque... sabe-se lá bem porquê! Mas mais grave ainda é o modo como isso se faz, esquecendo-se por vezes a verdade, e utilizando formas titubeantes que em nada nos dignificam.

São estas pequenas querelas, de aldeia, que possibilitam as grandes questões nacionais e potenciam muitas vezes os verdadeiros problemas mundiais. É a existência de muitas pequenas mentiras, no futebol, na política e noutros lugares onde não deveria ser possível a sua existência, que permitem a sua quase institucionalização. E mais uma vez me questiono: onde estão os cristãos? Para que lado estão a olhar?

Carlos Mesters, a dada altura num dos seus muitos textos diz: "Os óculos

devem ser feitos de acordo com os olhos, para que seja melhorada a visão. Quando os olhos têm de se adaptar aos óculos que nos colocam por cima do nariz, a vista estraga-se e o mundo escurece!". São Paulo, por seu lado, disse: "eles têm um véu sobre os olhos" (2 Cor 3,17). Ambos se referiam à forma de interpretar a Bíblia e, sobretudo, à maneira de a viver.

Os cristãos de hoje são uns verdadeiros privilegiados, pois, mais que ninguém, conhecem a Verdade e sabem que, em caso algum, têm o direito de a calar. Podem achar difícil o caminho, não conseguir, mas por esse simples facto, não têm o direito de se deixarem banalizar, de deixarem de ser um ponto de referência,

um espelho que reflecte luz! Não podem continuar a deixar-se acomodar. Não! Acho que é tempo de dizer "Basta!"

Temos que retomar a catequese para nos recordarmos bem da nossa missão. Temos que voltar a ler e discutir a Palavra, em comunidade, todos, para nos fortalecermos. Temos de nos apoiar, cada vez mais, e solidarizar nas muitas tarefas comunitárias. Mas temos, sobretudo, que nos Amar mais, muito mais, para então conseguirmos irradiar a luz que possa iluminar toda a árvore humana.

Quando tudo isto for possível, quando o conseguirmos viver, então eu não mais necessitarei de desejar um Bom Natal!

João Chaves

## Ficha Técnica

**Publicação Mensal das Paróquias de Sintra**

**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.

**Correspondentes:**  
Elizabeth, Raquel e Ricardo (IMC - Moçambique).

**Colaboração:**  
Ana Louro;  
Cristina Rocha;  
Diácono Manuel Valinho;  
Gabriela Garcia;  
Guilherme Duarte;  
José Penaforte;  
Miguel Forjaz;  
Patrícia Figueiredo;  
Odete Valente.

**Fotografia:**  
António Luís Leitão;  
Arquivo Cruz Alta;  
Carole Fernandes;  
Guilherme Duarte;  
Internet;  
João Chaves;  
João Ventura Silva;  
José Penaforte;  
Mafalda Pedro;  
Rui Antunes.

**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.

**Contactos-publicidade:**  
Telf.: 96 693 34 74  
E-mail:  
cruzalta-publicidade@  
paroquias-sintra.net

**Jornal Cruz Alta**

Av<sup>o</sup> Adriano Júlio Coelho  
Estefânia  
2710-518 SINTRA  
cruzalta@paroquias-sintra.net  
fotos@paroquias-sintra.net

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

## A melhor parte

“A menina está a dormir” (Cont.da Pág. 2)

contrário do que antes se pensava, não se trata da morte “psicológica”.

Se não tivesse havido pecado a morte física teria existido mas não com a carga aterradora e desesperante que tem; o homem e a mulher tê-la-iam enfrentado com a paz e a alegria dos amigos de Deus; seria uma simples viagem, uma partida feliz e agradável, um passo jubiloso ao encontro do Senhor, uma despedida momentânea de familiares e conhecidos, com a garantia de que, em breve, voltariam a encontrar-se de um modo mais pleno e perfeito.

Com a vinda de Cristo, a morte “psicológica” foi vencida, ou seja, perdeu o seu carácter horroroso e trágico e recuperou o seu rosto anterior. Com Cristo, o Homem recuperou a faculdade de ver a morte como ela era no princípio: um sereno encontro de amigos íntimos.

Por isso, Jesus fala da morte física como de um sono: Lázaro, irmão de Marta e Maria, morto havia quatro dias “está a dormir”. A menina de 12 anos, filha

do chefe da Sinagoga, Jairo, “não está morta, está a dormir”!

Para Cristo, a morte física não é morte. Para Ele, só conta a morte definitiva, ou seja, a ruptura da relação amorosa com Deus e com os irmãos: “Nós sabemos que passamos da morte para a vida, porque amamos os irmãos. Quem não ama permanece na morte” (1 Jo 3,14).

Numa linguagem de fé, podemos dizer que a morte é a aceitação e a apropriação do baptismo. É a união da nossa com a morte de Cristo que culmina na ressurreição. Tem, assim, valor de nascimento (*dies natalis*). A morte corporal não é senão o cume do nosso baptismo. Todo o processo da morte – aceite na fé – é o nosso baptismo real. Por isso, o baptismo é tão sério como a morte e a morte é tão alegre como o baptismo.

Com razão diz o livro do Apocalipse: “felizes os que de agora em diante morrem em união com o Senhor” (14,13).

## Actualidades

# Conselho Pastoral

Paula Penaforte

**R**euniu no dia 6 de Novembro o Conselho Pastoral Paroquial, das nossas três paróquias, com um ou mais representantes dos diversos grupos que fazem das nossas paróquias uma extensão das suas próprias casas. No salão da Igreja de S. Miguel, pelas 15 horas, lá se encontravam reunidas uma mão cheia de pessoas animadas e prontas a escutar os desafios que o nosso pároco nos lançou. De lamentar foi que nem todos aceitaram o convite para representar os seus grupos ou comunidades e primaram pela ausência... É pena!

Para além de nos debruçarmos sobre “A Alegria da Missão” que o nosso Cardeal-Patriarca D. José Policarpo nos lançou como programa pastoral para 2004-2006, também nos foi pedido que nos lançássemos em pesquisa informal e momentânea sobre como dinamizar as nossas comunidades, como nos darmos a conhecer e a Cristo. A Sua mensagem

de Fé e Esperança, de Serviço e Entrega aos outros, o espírito de missão.

É bom vermos pessoas que conhecemos e outras que nos são ainda desconhecidas, mas já “nossas”, tentarem unificar ideias, criar sonhos, ganhar força em conjunto para caminhar neste nosso trilho que nos conduzirá aos braços do Pai.

É bom sentirmos os outros irmãos na Fé de mãos dadas conosco, tropeçando e caindo, tal como nós, puxando e sendo puxados, ousando e sendo levados a ousar.

Fazendo minhas as palavras de D. José: “A palavra de ordem é, pois esta: Aprender a escutar a Palavra para melhor celebrar e rezar e assim descobrir a alegria da missão”. Acho que este é o cerne de tudo, aprender primeiro e depois partir, mesmo que seja em direcção à porta do vizinho do lado, ou de cima, ou de baixo. Missão é partilha e entrega, estejamos onde estivermos.

Foi, imbuídos neste espírito, que passámos à

fase seguinte desta reunião, que seria a votação para o novo Secretariado Permanente do Conselho Pastoral para o triénio que se avizinha. Os membros cessantes deram testemunho do seu trabalho, das suas dificuldades e do espírito que os uniu. Dos maus e bons momentos que todos atravessaram. Mas foram unânimes ao declarar que trabalhar em conjunto foi de uma importância enorme. Cada um com as suas capacidades, maneiras de ser e de ver as coisas diferentes, unindo-se numa única direcção.

Eleitos que foram os novos membros, terminada a sessão, foi altura de confraternizar com um café bem quentinho e os bolos para adoçar as bocas.

Ao novo Secretariado as maiores felicidades e empenho na tarefa a que deram as mãos, ao Secretariado cessante, obrigada pelo trabalho desenvolvido e bem hajam pelo esforço e disponibi-

lidade.

A nova equipa do Secretariado Permanente do Conselho Pastoral, agora eleita para o triénio 2004-2007, fica constituída da seguinte forma: P. Carlos Jorge, P. Rui Gomes, Diác. Manuel Valinho, Diác. António Costa, Zé Pedro Salema (Secretário), Paula Penaforte (Vogal) e Carlos Brito Marques (Vogal), pela Paróquia de Santa Maria e S. Miguel, Isabel Quintela (Vogal) e Tó Luís Leitão (Vogal), pela Paróquia de S. Martinho, Teresa Teotónio Pereira (Vogal) e Manuel Nunes (Vogal), pela Paróquia de S. Pedro.

### ADVENTO



# Linha de Sintra superlotada

Obras no túnel do Rossio até Junho de 2006

Patrícia Figueiredo

**O** túnel do Rossio vai estar encerrado até ao Verão de 2006. Os utentes da linha de Sintra enfrentam agora dificuldades a nível de deslocação e segurança. Como alternativa ao terminal do Rossio, a Estação de Sete Rios vê o número de utentes a aumentar a olhos vistos. Com o acesso ao Metro, à linha da Ponte e da Azambuja, as manhãs e os finais do dia são uma verdadeira “aventura”.

Lúisa Antunes, utilizadora constante da linha CP – Sintra/Lisboa diz: “Esta situação complica muito o meu dia-a-dia. Causa muito transtorno, porque agora demoro muito mais tempo. Levei mais de uma hora

para ir de Queluz até ao Areeiro. Eu concordo que as obras têm de ser feitas, mas acho que deviam ter avisado as pessoas com mais antecedência, era o mínimo para quem, como eu, paga 76 euros de passe por mês”.

As estações que servem como terminal, Sete Rios e Entrecampos, ficam em segurança: “no outro dia estava aqui em Sete Rios e a plataforma estava tão apinhada de gente que só não caí para a linha do comboio por mero acaso. As pessoas começam a empurrar e foi mesmo muito perigoso”.

Com as alterações feitas à circulação de comboios que serve Sintra-Lisboa, os utentes da CP têm que,

obrigatoriamente, levantar-se mais cedo e chegar a casa mais tarde. A supressão de alguns comboios e a escassez de

### As obras do Túnel do Rossio, vieram complicar a vida a quem utiliza diariamente o combóio

comboios por hora no directo para Sintra criou muitos transtornos aos passageiros.

Quanto aos moradores da Amadora a situação encontra-se mais facilitada com a abertura da estação de metro na Falagueira. A partir da Amadora para Sintra os acessos são mais restritos porque existe sempre a necessidade de efectuar transbordo de passageiros

para o comboio com destino a Sintra. Assim, quem mora em Mem Martins ou na Portela de Sintra, só pode contar com

quatro comboios por hora para Lisboa no período da manhã, e três comboios por hora no final do dia.

### Túnel do Rossio reabre em 2006

O tráfego ferroviário no túnel do Rossio reabre a 30 de Junho de 2006. De acordo com o presidente da REFER – Rede Ferroviária Nacional -, José Braancamp Sobral, “já que

fechamos o túnel vamos fazer outras intervenções. Vai ser uma obra pesada e complicada”. Os trabalhos vão começar em Março de 2005 e prevê-se um custo de 49,5 milhões de euros. A obra tem como objectivo resolver problemas estruturais do túnel numa extensão de 1,2 quilómetros, incluindo a construção em toda a sua extensão, 2,6 quilómetros, de uma plataforma de via contínua em betão, onde são imbuídos directamente os carris, podendo viabilizar um acesso rodoviário a ser utilizado em situações de emergência.

No que toca a segurança, será instalado um sistema de monitorização auto-

mática com transmissão de dados à distância e um outro de ventilação e desfumagem. Prepara-se ainda a construção de uma escapatória num dos vários poços existentes no túnel. Outro pormenores de elevada relevância serão introduzidos, entre os quais mais extintores e colunas secas, iluminação de emergência, 25 câmaras de videovigilância e 70 nichos para pessoal.

Como único cenário possível, o presidente da REFER assume que o mais sensato a fazer é a “criação de um túnel dentro do túnel.”

## Parabéns a vocês! Somos poetas!

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 Dezembro:

4-Maria Lurdes Pimpão;  
5-Maria de Lurdes Duarte;  
6-Graciete Serra Brito;  
8-Ana Morais Borges; Conceição Pereira;  
Maria Helena Tomaz;  
9-Filipe Lourenço Wemans ;  
11-Nuno Frade Almeida; Rui António Santiago;  
13-Miguel Silva; Tomas Filipe; Victor Manuel Silva;  
15-António João Vilas; Ana Lúcia Santos;  
16-Ana Paula Brito Marques;  
18-Pedro Miguel Antunes;  
19-António Filipe Rodrigues; Claudia Brito e Cunha;  
20-Manuel Sequeira Silva;  
21-José Paulo Vieira;  
23-Maria Leonor Cunha; Dário Branco Pereira;  
25-Ana Bettencourt Vieira; Rita Jesus Pereira;  
Teresa Piedade Serra;  
27-Rui Pedro Silva;  
29-Maria de Lurdes Rodrigues

## MUDARAM-TE O VESTIDO


Os verdes das nossas serras não são os verdes de outrora, despiram de todo as terras, vestiram-nas com outra flora. Queimaram os verdes pinos, plantaram os eucaliptais, e condecoraram os cretinos destes feitos geniais! E o nosso pais verdejante, que já foi vivo e garboso, é hoje um deserto gritante do eucaliptal horroroso. Que mente insana é esta que governa os nossos destinos? Que destrói toda a floresta dos nossos tão verdes pinos? Ah, Portugal que tristeza, seres governado assim, destroem-te toda a beleza condenam-te a triste fim...

Paula Penaforte

### FERNANDO & SANTOS, Lda.

Papelaria, Livraria e Tabacaria

Rua Pedro de Cintra, N° 3/B - Portela - 2710 Sintra  
☎ 21 923 19 36



PASTELARIA  
**GREGÓRIO**

*Doçaria Regional e Caseira*

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

Torne-se assinante e receba o

**Cruz Alta**

# Assinatura **Cruz Alta**

Nome: \_\_\_\_\_

Morada: \_\_\_\_\_

Localidade: \_\_\_\_\_

Código Postal: \_\_\_\_\_

Telefone: \_\_\_\_\_ Telemóvel: \_\_\_\_\_

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: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

» 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.

**Assinatura Anual (11 números) ~ Apenas 10 cruzeiros**

Preencha com letras legíveis e envie para:  
Jornal Cruz Alta - Assinaturas  
Igreja de São Miguel ~ Av<sup>a</sup> Adriano Júlio Coelho  
Estefânia ~ 2710-518 SINTRA




**NEUTROPLAST**  
Indústria de Embalagens Plásticas, S.A.

**O seu parceiro no desenvolvimento de Embalagens Plásticas para as Indústrias Farmacêutica, Cosmética e Dermatológica!**

## Consultório médico



Miguel Forjaz, médico

# Cárie Dentária

A cárie dentária é uma doença vulgar em todo o mundo. Atinge todas as idades, mas afecta especialmente as crianças e adolescentes. É um processo patológico causado pela destruição localizada do dente, pelos ácidos orgânicos, que por sua vez são produzidos por bactérias (a mais comum

é o *Streptococcus mutans*). Estas bactérias estão presentes na placa bacteriana que se vai acumulando sobre os nossos dentes e são o resultado da fermentação dos hidratos de carbono (açúcares) da dieta. São três os factores determinantes causadores desta doença: dentes susceptíveis, bactérias e

açúcares. Concluindo, temos grande probabilidade de sofrer de cárie se não tivermos uma boa higiene oral, e se comermos alimentos que contenham açúcar. Normalmente, a cárie desenvolve-se porque cada vez que se ingerem alimentos açucarados, os ácidos libertados atacam o esmalte do dente. Quanto mais tempo um alimento açucarado ficar na boca, maior é a reacção da placa bacteriana. Por exemplo, se comer cinco rebuçados de uma só vez estará

boca um de cada vez, em diferentes alturas do dia, estará exposto aos efeitos dos ácidos por um período cinco vezes maior (100 minutos). Estes sucessivos ataques ácidos são, efectivamente, os responsáveis pela formação da cárie.

## Sintomas

De início não há queixas. Com o desenvolvimento da doença os sintomas podem ser variados. Geralmente caracterizam-se por uma ligeira sensibilidade ao frio.

a dor pode aparecer com a mastigação. Numa fase mais adiantada, com a destruição do dente, as dores podem ser constantes, podendo até surgir os célebres e desagradáveis abcessos dentários.

## Diagnóstico

Frequentemente, os primeiros sinais da cárie são visíveis ao Raio X. Começa por uma pequena mancha branca que vai aumentando de tamanho, formando uma cavidade

alimentos açucarados.  
- Aumente a resistência dos dentes utilizando um dentífrico que contenha flúor.  
- Controle a placa bacteriana através de uma correcta higiene oral.  
- Escove os dentes duas vezes ao dia, pelo menos.  
- Use o fio dental.

## Curiosidades

- Sabia que 40% dos portugueses não vão ao dentista?  
- Sabia que 98% da população portuguesa sofre de cárie?  
- Sabia que o consumo médio anual de escovas é de 0,8 e de dentífricos é de 3,2 unidades? E que o fio dental é usado por 25% das pessoas?

*"A cárie dentária é uma doença vulgar em todo o mundo. Atinge todas as idades, mas afecta especialmente as crianças e os adolescentes."*

exposto aos ácidos durante um período de cerca de vinte minutos, mas se os dissolver na

Mais tarde, esta sensibilidade pode agravar-se, ou pode surgir sensibilidade ao quente, e

que, se não for tratada, destrói o dente. As melhores formas de evitar esta patologia são as visitas regulares ao seu dentista ou higienista oral desde os dois anos de idade. A eficácia do tratamento depende da brevidade do diagnóstico.

## Conclusão

Uma cárie sem tratamento poderá representar a perda de um dente.

Medidas para a prevenção da cárie

- Evite a ingestão de

Foi possível observar que, entre os 2 e os 7 anos, 44% das crianças apresentam cárie. Entre os menores dos 8 aos 16 anos com abcessos, dores e sensibilidade, apenas 45% recorreram a tratamento médico-dentário!

A saúde oral deve começar com hábitos de higiene em criança e os pais e as escolas deverão ter um papel importante na sua promoção.

**COZINHA TRADICIONAL PORTUGUESA**  
Restaurante - Cervejaria - Churrasqueira

R. João de Deus, 62 (traseiras da estação da C. P.)  
2710 SINTRA  
Tel.: 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



**botica da terra**  
Produtos Naturais e Artesanato

R. Câmara Pestana - Edifício Sintra • Galeria Comercial - Loja 9 • 2710-546 SINTRA  
Tel/Fax: 21 923 29 82 • 96 500 11 09 • E-mail: boticadatterra@sapo.pt

**O TALHO ONDE OS PREÇOS SÃO SEMPRE EM CAPICUA**

**TALHO**  
Galeria de João Patrício

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

# Igrejas e passeios

## O Palácio de Monserrate

Mafalda Pedro e  
Paulo J. Francisquinho

Sintra, declarada Património Mundial da UNESCO, atrai cada vez mais milhares de visitantes ao longo de todo o ano.

Os seus palácios, jardins, monumentos, edifícios arquitectónicos de várias épocas, juntamente com o verde da magnífica serra, fazem desta vila uma das mais belas de toda a Europa.

Esta nova rubrica pretende dar a conhecer um pouco mais da história e da cultura da nossa bela Sintra.

### Palácio de Monserrate

O palácio de Monserrate, ainda que de forma parcial, está finalmente aberto ao público. Este é um dos locais mais bonitos e fascinantes da paisagem cultural de Sintra. Ninguém consegue ficar indiferente ao edifício e aos recortes arquitectónicos que o decoram.



A propriedade onde está inserido o palácio e o jardim de Monserrate chamava-se Quinta da Bela Vista em 1540, e pertencia ao Hospital de Todos os Santos, antepassado do actual Hospital de São José, em Lisboa.

O nome actual deve-se a uma ermida ali edificada por ordens do frei Gaspar Preto. Este frei, pouco tempo antes de ter construído a ermida, tinha feito uma peregrinação ao Santuário Beneditino de Monserrate, próximo de Barcelona, na província da Catalunha, em Espanha. Aquando desta visita deixou-se encantar pela imagem da Virgem negra e ordenou que na Quinta da

Bela Vista se fizesse uma estátua em honra da santa. Aí erigiu uma pequena ermida para a albergar e tornou este um local de culto à Senhora de Monserrate.

Esta ermida foi erigida sensivelmente no local onde hoje se encontra o palácio. Foi por mão de Frei

Gaspar que todo o espaço em redor se tornou num campo de lavoura e cultivo de forma a abastecer o Hospital de Todos os Santos de alimentos hortícolas e frutícolas.

A família do comendador de Cristo e Vice-rei da Índia, D. Caetano de Mello e Castro, adquiriu a propriedade no ano de 1718 e transformou-a numa exploração agrícola com diversas casas e anexos, mas o terramoto de 1755 destruiu a quinta parcialmente, provocando enormes danos.

### De mão-em-mão

O espaço foi alugado em 1790 a Gerald DeVisme que construiu o primeiro palácio em Monserrate, tendo residido nele pouco tempo. De estilo neogótico, o edifício acastelado ocupou o espaço das ruínas da antiga ermida e das diversas casas. DeVisme era de nacionalidade inglesa e enriqueceu com a concessão de pau-brasil que o Marquês de Pombal lhe concedeu. Em 1793 DeVisme subarrendou Monserrate ao escritor e milionário inglês William Beckford, onde este residiu nos dois anos seguintes. Foram feitas as primeiras obras de requalificação da estrutura do palácio e suas dependências e começou-se a criar um jardim paisagístico e botânico.

Por volta de 1799, Beckford

deixa o nosso país e Monserrate entra novamente em declínio.

Lord Byron, escritor inglês que amava Sintra e os seus arredores, aquando da sua

visita a Sintra, apesar da vida acastelada e abandonada e da

quinta estar transformada num matagal, considerou este local como "o primeiro e mais lindo lugar deste reino" e sobre o Palácio referia "agora, este local parece amaldiçoado: teu palácio está só como tu próprio és só".

No ano de 1856 Sir Francis Cook arrenda a propriedade da família Mello e Castro, acabando por comprá-la quatro anos mais tarde.

Em 1858, Sir Cook contratou o arquitecto James Knowles Jr. para reconstruir e projectar o palácio que hoje conhecemos e que é, actualmente, um dos símbolos de orgulho dos habitantes do concelho de Sintra e de todo o Mundo, tornando-se também este espaço Património Mundial da UNESCO.

O Palácio de Monserrate é um obra de espírito romântico-orientalista e estilo exótico oriental com motivos mouriscos, góticos e indianos.

Até ao ano de 1947 o Palácio e Jardim de Monserrate mantiveram-se na posse da família de Sir Cook. Nesse ano, após uma tentativa não conseguida de venda ao Estado Português, a família Cook vendeu Monserrate com todas as moradias, palácio e recheio ao português Saúl Sarágga.

O novo dono procurou lotear os 143 hectares que faziam parte da

composição deste imóvel. A Câmara Municipal de Sintra não admitiu o projecto de Sarágga e impediu a fragmentação da histórica propriedade.

A Fazenda Pública acabou por adquirir o Palácio vazio e toda a sua área envolvente. Em 2001 houve uma intervenção no sentido de recuperar o Palácio, mas acabou por ser interrompida por falta de verbas.

Após meio século de encerramento, o Palácio de Monserrate entrou finalmente em profundas obras tendo como prioridade a estabilização da estrutura. O edifício passou a ter um novo revestimento com telha romana, concebida a partir da telha original.

A empresa municipal Parques de Sintra - Monte

da Lua, S.A. e a autarquia são as responsáveis pela primeira fase de recuperação no Palácio com obras exteriores e a cobertura do edifício, de forma a resolver graves problemas de segurança estrutural e de infiltrações de água.

Monserrate abre finalmente as portas a quem a queira visitar. Esta abertura é ainda parcial pois existem salas e alas sob intervenção. As visitas estão limitadas a duas vezes por dia com 10 pessoas de cada vez devido a questões de segurança. Com duração de 1.30 horas decorrem de

2ª a 6ª às 10 e 15 horas. As reservas devem ser feitas pelo telefone 219237300. Os preços por pessoa são de 7 • (18-64



anos) e 5,50 • (6-17 anos e > 65 anos.)

*"Para a virtude basta um homem.  
Para a amizade são precisos dois!"*

## AROMA da terra COSMÉTICOS NATURAIS

*Desfrute dos benefícios da Aromaterapia com os produtos AROMA DA TERRA !!  
"A Natureza ainda mais perto de si ..."*



### GEL AROMALIPTO

Ajuda o descongestionamento das vias respiratórias e em casos de constipações. Tem uma acção calmante e relaxante que permite uma melhor respiração e um sono tranquilo.

### SAUDEROM - Aromaterapia

Purifica o ar do ambiente, renovando o organismo através das suas propriedades calmantes e relaxantes. Proporciona benefícios à saúde, podendo ajudar nos casos de constipações, tosse, gripe, problemas das vias respiratórias, bronquite, fadiga, ansiedade, depressão, angústia, nervos, tensão e dores de cabeça. Este produto também é fornecido em recarga.

*Venha conhecer o nosso Novo Catálogo !!!*



*Venha ser um(a) Revendedor(a) AROMA DA TERRA !!*

**LIGUE GRÁTIS - 800 203 837**

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.aromadaterra.com - sede@aroma-terra.pt

ICNE

# Congresso para a Nova Evangelização



## Uma experiência em Paris

Teresa Teotónio Pereira

O que me levou a Paris foi a curiosidade. Tinha ouvido falar tanto do que se tinha passado em Viena, do que era uma cidade em festa, o ambiente, as ideias e a preocupação de como evangelizar ambientes tão indiferentes, que me entusiasmei em ir ver como seria desta vez.

Não me desiludi, muito pelo contrário. Não sei se desta vez foi melhor ou pior, sei que gostei muito, aprendi bastante e acho que todos os que lá estiveram sentiram a responsabilidade de transmitir a experiência que se viveu.

A primeira ideia é que o Congresso não é um fim em si mesmo, mas um meio muito poderoso de nos pôr no activo com a preocupação de evangelizar o ambiente que nos rodeia. O dia começava com conferências em Notre Dame onde nos eram apresentados temas que nos faziam pensar, alargar horizontes e reflectir. O primeiro tema foi: "Qual a situação nas nossas cidades para nós cristãos?" As nossas cidades tornaram-se diferentes e a transmissão da fé deixou de ser tão evidente e, por isso, menos facilitada. Houve dois intervenientes, um historiador francês e uma filósofa alemã.

No segundo dia o inter-

veniente era Mgr. Bruno Forte, arcebispo italiano, e o tema "Como vê a Igreja o acto de evangelizar?" O urbanismo exige uma nova forma de evangelizar e isso levanta interrogações, medos ou inseguranças entre os cristãos.

Quarta-feira o tema foi: "Porquê evangelizar face ao indiferentismo e ao pluralismo religioso?" Será que num mundo urbano e feito de pluralismo religioso e de indiferença, evangelizar irá de encontro à liberdade de consciência de cada um? O interveniente foi o padre Enzo Bianci, prior do Mosteiro de Boze em Itália.

Na sua homília o Cardeal Schönborn dava-nos a resposta de Jesus: "esforçai-vos com todas as vossas forças por entrar pela porta pequena, pois muitos querem e não conseguem. Pensamos sempre na porta estreita como a morte, mas essa porta já está no meio da nossa vida - a porta estreita é o meio que nos leva à felicidade. Jesus esperanos e é Ele que faz com que a porta se alargue, pois é a Sua Porta, a Porta da Cruz, que nos leva à Porta da felicidade".

Na quinta-feira o tema tratado pelo cardeal de Bombaim era: "Qual a unidade entre o caritativo e a evangelização?" A

civilização urbana provoca cada vez mais exclusões. A caridade concreta e a evangelização são indissociáveis e é urgente mostrar a originalidade da caridade cristã num mundo em que o humanitarismo está muito presente.

Na sexta-feira o tema era "Ser testemunha na Igreja". Ninguém evangeliza sozinho, o cristão é "enviado" e tem a sua força missionária na assembleia da Eucaristia. Colocou-se então a pergunta: a paróquia está adaptada à missão nos meios urbanos?

Todas as tardes havia, no Centro Stanislas, ateliers que funcionavam entre duas horas e meia e quatro horas com temas variadíssimos e num ambiente de procura e partilha que foi dos momentos que mais me enriqueceram.

No primeiro dia escolhi o tema "Evangelizar a vida activa": Como anunciar o Evangelho partindo das preocupações que todos temos face às tomadas de posição nas decisões no stress e dificuldades profissionais? Os participantes apresentavam-se simplesmente e de seguida os animadores expunham o tema com testemunhos e casos concretos para todos poderem falar. Tudo isto com muita simplicidade,

sem longos discursos, e com muito interesse em partilhar e ouvir.

O outro tema que escolhi foi "Vida profissional e compromisso cristão": Quais as atitudes justas na vida profissional para um cristão, em particular para os que têm responsabilidade.

Além de serem enriquecedoras trocas de experiências, foi muito proveitoso os contactos que se fizeram entre organizações que, umas mais que outras, têm um desempenho de vários anos. A dificuldade na escolha dos ateliers era grande, pois os temas eram todos interessantes e variados, mas só podíamos escolher um. Particpei ainda noutra cujo título era "Formação para a nova evangelização". Era descrito não um método, mas um quadro de reflexão que começa por uma mudança de mentalidade. Quais as razões porque as pessoas se aproximam da Igreja, será que nos vários interrogamos sobre o que elas procuram? E a seguir, como as acolhemos? É, então, aqui que começa o acompanhamento conforme as necessidades locais. Para isso, passamos por várias etapas:

1. Começa pelo sofrimento do cristão que detecta faltarem coisas para fazer e pessoas que ficam de

parte.

2. Aproveita-se o que se fez e tenta-se o que parece impossível concretizar, muitas vezes por falta de fé. Apercebemo-nos, então, do que há a fazer.

3. Definição real do que se vai concretamente fazer.

4. Comunicar a sua visão, partilhar com os outros (pessoas e movimentos) da comunidade que também estão empenhados.

5. Pôr em acção este projecto constituindo equipas num espírito de comunhão.

6. Aparecem resistências humanas e materiais que têm que se reajustar à realidade. Mas mesmo que as coisas não se resolvam na altura e momento que nos pareciam adequados, não é de desanimar, pois o facto de ter havido entrega e oração, torna a reacção completamente diferente.

7. Tudo termina com acção de graças e, mesmo que seja pouco o que se faz, deve ser partilhado.

Cidade viva

Muito mais haveria a contar, pois as intervenções e as experiências eram riquíssimas. Mas houve um ponto chave que todos concordavam ser difícil acertar: o modo de fazer o acolhimento nas nossas comunidades. Este assunto parece-me prioritário

em qualquer projecto que levemos a cabo nas nossas paróquias.

Tudo o resto, da parte de animação de rua, concertos e representações via-se e era notório, tanto quanto pode ser numa cidade tão grande. O esforço nas paróquias era formidável, pois todos os dias havia, nos fins de tarde ou de noite, conferências com variadíssimos temas, representações, momentos de oração, concertos de rock e de música clássica e debates. Sentia-se que, por toda a cidade, as paróquias, pelo menos as que estavam mais perto de onde eu fiquei, não só estavam empenhadas, muito vivas, como na rua, a todas as horas, se via pessoas, leigos ou religiosos, interpelando quem passava e distribuindo o jornal ou os programas das actividades.

Numa cidade que faz gosto em mostrar que é laica, o testemunho dos cristãos parisienses pareceu-me muito significativo e empenhado.

Gostaria de ter os talentos necessários para uma partilha mais proveitosa com todos os que não tiveram possibilidade de lá estar. Mas espero ter transmitido o suficiente para que o empenho na realização do próximo ICNE em Lisboa seja grande e responsável.

**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 ☎ 21 914 07 55**

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

**MELHORES VEDAÇÕES UM INVESTIMENTO COM TODA A SEGURANÇA**

**VEDICERCA**

Produtos com Qualidade para Vedações de Escutas • Polidesportivos Industriais • Móveis • Jardins • Estabelecimentos • Protecção da Natureza • Agro-Pecuária

**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. Preço especial para agricultores.

**VEDAÇÕES • REDES • ARAMES • POSTES**

## Taizé - Lisboa

Participar  
no Encontro

Ana Santos

Vou a Taizé há nove anos, já escrevi sobre a comunidade diversas vezes e, no entanto, custa sempre passar para palavras o tanto que este nome me traz à memória.

Acho que foi naquela igreja simples, em que nos sentamos no chão alcatifado, em tons de laranja e com tanta gente que não conhecemos a cantar ao nosso lado que aprendi a rezar, que percebi quem era este Cristo que nos ama a todos e como fazer parte desta família de cristãos pode ser bonito e deixar-nos o coração pleno de alegria.

A facilidade com que puxamos conversa, com que arregaçamos as mangas para trabalhar no que for preciso ou que partilhámos o que nos vai na alma nunca a encontrei assim, em qualquer outro

sítio.

A certeza de que é possível vivermos em paz com as pessoas que nos diferem em tudo leva a que não fiquemos indiferentes quando chegamos a casa. Chama-nos a interpelar os outros, a pormos mãos à obra para fazermos crescer a fé e a vida em comunhão com Cristo nas nossas famílias, cidades, paróquias,...

Não me lembro de uma vez em que os portugueses não tivessem perguntado ao irmão que os acolhe: "para quando um Encontro Europeu no nosso país?". Fosse ele o irmão David ou o irmão João, respondia sempre da mesma forma: um sorriso e o tentar fazer entender que Lisboa era muito longe para quem vinha do outro canto da Europa.

Mas um dia o nosso patriarca fez a pergunta e

a resposta foi: "Porque não?"

Fazer parte deste movimento de gente que se mexe para receber tantos jovens é um privilégio. Saber que nos corações deles vêm dúvidas, incertezas, sede de saber mais, vontade de abrir os corações a quem os vai receber, nós sabemos, de braços abertos.

Também já fui como eles, também sou assim de cada vez que me ponho a caminho daquela fonte que me enche de vontade de fazer coisas bonitas dentro da nossa Igreja.

Sei que podemos ser importantes na vida de cada um deles, assim como eles vão ser na nossa. Porque, afinal, fazemos parte da mesma família. E, desta vez, o Encontro vai ser em nossa casa.

Porquê participar  
na preparação do  
Encontro?

Marco Lourenço

A amizade vivida na nossa comunidade faz com que embarquemos em projectos comuns. Nunca fui a Taizé. Por isso, foi-me difícil compreender o que significava Taizé para os meus amigos até que estes perceberam como Sua Santidade João Paulo II que Taizé é como um carregador de baterias onde se ganham novas forças para continuarmos a evangelizar: "Passa-se por Taizé como se passa por uma fonte. O viajante pára, mata a sua sede e continua o seu caminho".

Foi assim que, através das orações do grupo de jovens "Sinais" e das noites de oração em Santa Maria, que conheci um pouco mais sobre de Taizé, o suficiente para desejar querer conhecer esta comunidade.

A comunidade de Taizé decidiu propor um desafio a todos os cristãos da região de Lisboa. Esse desafio é acolher o

Encontro Europeu de 2004, em Lisboa. E é muito maior do que podemos imaginar, já que é um motivo para aproximarmos os membros das nossas comunidades e as comunidades da nossa diocese e, principalmente, conhecer e sermos sinais do amor de Jesus.

Desta forma, quis ajudar as pessoas a ultrapassarem esse medo do desconhecido e de acreditar no amor de Jesus para findar com o frio que, às vezes, é tão característico das comunidades mais urbanas, onde muitas vezes os próprios membros da mesma comunidade não se conhecem.

A oração de Taizé permitiu-me conhecer Jesus de uma maneira mais profunda, um tempo onde se torna fácil deixarmo-nos embalar pelo amor do nosso Paizinho. As orações que se têm realizado quer nas nossas paróquias quer na

Igreja de São Nicolau, na Baixa de Lisboa, têm sido para mim um momento de recolhimento para resolver muitas das dificuldades do dia-a-dia, mas têm sido, principalmente, um ir beber à fonte, essa fonte de amor que nos dá cada vez mais força para não ficarmos sentados e apáticos. É por essa sede de conhecer mais e pela vontade de partilhar convosco esta alegria, que tenho estado envolvido, com muitas outras pessoas, neste projecto.

E uma das alegrias que já senti por estar a promover este Encontro foi o caminho em comum com outros jovens de diversas paróquias, jovens de Belém, da Lapa, de São Braz, dos Olivais, de Alenquer e de Odivelas. Jovens que, tal como os jovens desta paróquia, se deixaram seduzir pelo amor de Jesus e pelos sinais de paz que têm sido os irmãos da comunidade de Taizé.





## Taizé - Lisboa

# Ser voluntário

*Hugo Alexandre*

**A** aizé é um amor que surgiu quando eu tinha 15 anos nas aulas de Religião e Moral. Quando, nas primeiras aulas, a professora Alzira falou de Taizé nem percebi muito bem o que se passava por lá e a minha motivação para ir passava muito por ir passear. Pensava que só por coacção poderia rezar três vezes ao dia.

Apesar de muito o que se possa ler ou ouvir falar sobre Taizé, nada nos pode preparar ou explicar o que é a comunidade de Taizé ou um Encontro Europeu até participarmos.

Quando cheguei a Taizé fiquei um pouco assustado com o movimento e com tanta gente. E gente de todo o lado, com culturas e línguas diferentes, com costumes e maneiras de vestir tão distintas, protestantes, católicos, ortodoxos... tantas

diferenças até à primeira oração: afinal, Jesus é o mesmo. Quando acabou a semana e voltei para casa, o desejo de voltar já se tinha transformado em certeza.

Até ir passar uma temporada, que acabou por ser de cerca de 18 meses, fui várias vezes por uma semana.

Taizé acolhe jovens de todo o mundo, proporcionando o tempo e o espaço necessários para cada um procurar em comunidade o que há de importante dentro de si. Num ambiente de partilha e interajuda quase naturais, qualquer um se sente acolhido e para muitos há a vontade de ficar por um tempo mais alargado. Viver em Taizé, seja para um voluntário, um peregrino ou até mesmo para um irmão é sempre uma descoberta do próximo, e nele encontrar o rosto de Deus. Como voluntários de Taizé,

somos postos ao serviço dos outros, seja para o que for.

Agora, estou integrado na equipa de voluntários da preparação do Encontro Europeu de Jovens em Lisboa desde Setembro até Janeiro. A Comunidade de Taizé, junto com as igrejas locais, vão acolher e dinamizar uma Peregrinação de Confiança num encontro de cinco dias.

Acredito que este encontro pode mudar algumas coisas nas paróquias que estão directamente envolvidas, nas dioceses de Lisboa, Setúbal e Santarém, mas também um pouco por todo o país.

Alguém disse que as oportunidades só aparecem uma vez... esta de certeza que temos de aproveitar.



## Programa do Encontro

### 3ª-feira, 28 de Dezembro

- A partir das 6h da manhã: acolhimento dos grupos em Lisboa (Campo Grande e Oriente). Cada participante recebe um passe válido para todos os transportes públicos (mais abrangente que o L123), um mapa da cidade e da rede de transportes públicos, um cartão para o almoço e o jantar na FIL, um mapa de acesso à paróquia.
- A partir das 9h: acolhimento nas paróquias (durante todo o dia). Repartição dos participantes pelas famílias que acolhem. Se as pessoas não estão em casa, podem receber os jovens ao fim do dia!
- Pelas 16h: partida para o Parque das Nações (FIL)
- 18h – 19h Jantar na FIL (Parque das Nações)
- 19:30h Oração nos pavilhões da FIL
- Regresso às famílias (pelas 22:30h)

### 4ª-feira, 29 de Dezembro

- Pequeno-almoço nas famílias ou locais de alojamento colectivo.
- 8:30h Oração nas paróquias, seguida de reflexão em pequenos grupos e “descoberta de sinais de esperança” (testemunho de pessoas comprometidas a nível local). Os temas de reflexão estarão disponíveis em Dezembro.
- 12h – 13h Almoço na FIL (Parque das Nações)
- 13:15h Oração nos pavilhões da FIL
- 15:30h Encontros temáticos (“Workshops”) na FIL ou noutros lugares de Lisboa (16h).
- 18h – 19h Jantar na FIL
- 19:30h Oração nos pavilhões da FIL

### 5ª-feira, 30 de Dezembro

Programa idêntico ao do dia anterior.

### 6ª-feira, 31 de Dezembro

Programa da manhã idêntico ao do dia anterior.

- 12h – 13h Almoço na FIL
- 13:15h Oração nos pavilhões da FIL
- 15:30h Encontros por países na FIL ou noutros lugares de Lisboa (16h).
- 18h – 19h Jantar na FIL
- 19:30h Oração nos pavilhões da FIL
- 23h Vigília de Oração pela Paz, nas paróquias, seguida de uma “Festa das Nações”.

### Sábado, 1 de Janeiro

- Participação numa Eucaristia da paróquia.
- Almoço nas famílias (ou nos locais de alojamento colectivo – farnel distribuído na véspera) Pelas 14h... despedida!
- Pelas 15:30h Partida dos autocarros (Lisboa) Certos grupos irão parar em Fátima, no caminho do regresso, para a Eucaristia dominical vespertina, pelas 18:30h

## Notícias

LIAM

## Missionários do E. Santo

Ana Maria Calisto

Realizou-se no fim de semana de 16 e 17 de Outubro o "Dia Missionário" organizado pelo núcleo da L.I.A.M. – Liga Intensificadora da Acção Missionária – de Sintra, tendo contado este ano com a presença do Padre Gaspar e do Padre Sousa.

Foi com muita alegria que este ano estendemos o nosso pedido à Paróquia de S. Pedro de Penaferrim que, à semelhança das Paróquias de Santa Maria e S. Miguel e de S. Martinho, aderiram de forma calorosa na entrega de artigos que, depois de devidamente acondicionados, serão transportados para Angola por elementos da Congregação do Espírito Santo que tratarão do seu encaminhamento para os lugares mais necessitados.

Os artigos recebidos foram simbolicamente apresentados nos ofertórios das Eucaristias de S. Pedro, S. Miguel e S. Martinho.

Posteriormente à celebração da Eucaristia Dominical em S. Miguel seguiu-se um almoço/convívio contando com a presença dos nossos párocos Carlos Jorge e Rui Gomes, do Padre Gaspar e diversos paroquianos que se quiseram associar neste dia, dando muita alegria a este almoço.

Terminado o almoço regressámos à Igreja de S. Miguel, onde se realizaram uns momentos de oração e reflexão.

Encaixotaram-se todas as ofertas, entre elas material de farmácia, artigos de bebé, material escolar, artigos de costura, lãs, óculos graduados (novos e usados), sementes, isqueiros, artigos religiosos (bíblia, terços, etc.), 7 bicicletas, 3 máquinas de tricotar praticamente novas, 2 óptimas máquinas de costura e um magnífico conjunto de ferramentas de

esculpir mármore!

Aguardámos com alguma ansiedade a vinda do Padre Gaspar que, em duas carrinhas, efectuou o transporte de todos estes artigos. Foi igualmente entregue a quantia de dois mil e quatrocentos euros, em dinheiro.

Não há palavras para descrever a alegria que sentimos ao ver partir as carrinhas completamente cheias! O Núcleo de Sintra da L.I.A.M. agradece reconhecidamente a todos a colaboração generosa, certos que Jesus não os esquecerá!

Em Mem Martins

## Ajuda aos Porquês

Patrícia Figueiredo

Aberto ao público adolescente desde Julho, em Mem Martins, o Centro de Atendimento a Adolescentes tem as portas abertas na Avenida Chaby Pinheiro.

Até à data, o centro já apoiou 160 jovens que procuravam acompanhamento, ajuda e informação. Incluído no Projecto "Sorri Jovem", todos os dias úteis das 8.30 horas às 16.30 horas, os jovens podem contar com a presença de uma equipa especializada: três enfermeiras, três médicos de família, uma psicóloga, uma assistente social e um

administrativo.

O espaço, inserido nas instalações do CATUS de Mem Martins, aborda temas de foro sexual e social e esclarece dúvidas aos adolescentes, expondo outros temas actuais do seu interesse. O serviço actua de forma aberta e desburocratizada através de um atendimento imediato, gratuito e confidencial.

Para mais informações dirijam-se ao Centro de Atendimento a Adolescentes, na Avenida Chaby Pinheiro, nº 9 2º Andar (Ed. CATUS) em Mem Martins.

Na Igreja de S. Pedro de Penaferrim

## Apostolado do oratório

Ana Maria Calisto

Para assinalar o mês do Rosário – Outubro – e com a presença dos Padres Carlos Jorge e Rui Gomes, bem como dos Arautos do Evangelho, rezámos um terço solene, no passado dia 29 de Outubro, pelas 21.30 horas na Igreja de S. Pedro de Penaferrim.

Os Arautos abriram o cortejo em direcção ao altar seguidos das coordenadoras que transportavam os oratórios e foi com muita alegria que verificámos que a belíssima Igreja de S. Pedro estava quase cheia. O Padre Rui proferiu algumas palavras e seguidamente os Arautos do Evangelho entoaram vários cânticos a Nossa Senhora. No fim de cada mistério entoaram-se sempre cânticos.

Após esta oração com Maria, seguiu-se um cházinho no Centro Social de S. Pedro que muito animou todos os presentes e foi um momento de confraternização, pois era a primeira vez que os Arautos estavam presentes naquela

Paróquia e



"Maria – Rainha do Terceiro Milénio"

também para alguns dos presentes era a primeira vez que tinham oportunidade de trocar algumas palavras e de conhecer melhor o Apostolado do Oratório. Foi na realidade um momento de Festa e de Louvor! A todos que nos acompanharam o nosso bem haja, certos que muito em breve teremos, de novo, os Arautos do Evangelho entre nós.

## Mas que obras!

Paula Penaforte

Espantem-se, caros leitores, porque finalmente há obras de conservação no pavimento da estrada que nos conduz à igreja de S. Miguel, e não só!

E que belas obras, sim senhor! Mal se consegue passar de carro, apê fazemos equilíbrio sobre buracos, pedras, lancis e outros acessórios que por ali se encontram espalhados, e da nova obra apenas posso vislumbrar muito menos lugares de estacionamento, um enorme corte na estrada que vai com certeza ficar bem mais estreita e, muito provavelmente, mais um poço para esportelar uns quantos euros, porque não creio que a Câmara deixe aquele novo parqueamento sem os benditos parquímetros.

Somados os pontos a favor e contra, creio que cada um julgará por si. Pela minha parte, apenas fico à espera para ver o que sai dali, mas

se as minhas suspeitas se confirmarem, não iremos ver uma senhora a trazer o seu carro para ir num pulo à praça, ou levantar dinheiro no Multibanco para dar uma corridinha ao supermercado e voltar. Ou outra que tem de estar no dentista às 15H, a deixar o carro, como de costume, naquele lugarzinho já tão seu conhecido, porque não sabe quanto tempo se demora, e se acaba o prazo quando o dente está a ser extraído?

Senhores autarcas, todos sabemos que o país está em crise, as finanças não ajudam, está tudo pela hora da morte, mas acabar com alguns dos poucos pontos onde se pode estacionar, sem estar sujeito ao pagamento do dito aparcamento e às subsequentes multas, se ultrapassado o limite, ou a uma tarde à procura do carro, que entretanto foi rebocado,

ou bloqueado, acho que não vos traz, nem melhor pacote económico à autarquia, nem mais desfalque nas finanças.

Ficamos aguardando o desenrolar de mais este capítulo nas "obras públicas", esperando que acabem rapidamente e venham mesmo para servir o utente.

**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**

# Utilidades

## De enxada na mão... em Dezembro



*Odete Valente*

**\*No Jardim** – Quando o tempo está mais enxuto, deve-se aproveitar para preparar estrumes e arranjar as terras para as sementeiras e culturas futuras. Esta “antecipação” é muito útil sobretudo quando os meses de Janeiro e Fevereiro são muito chuvosos, o que impede a realização destes trabalhos nessa altura.

Continua-se a estacagem das plantas e arbustos que o necessitem.

Todas as plantas que sofram com as geadas e não seja possível mudar para locais mais abrigados, devem agora ser protegidas com esteiras. Este é o caso das palmeiras, fetos de ar livre, coníferas, etc.

**\*Nas Matas** – Continua-se o trabalho indicado em Outubro.

**\*Sementeiras** – Todo o tipo de ervilhas de cheiro (excepto de Natal) malvaíscas e paciências, assim como a relva Gazão.

**\*Na horta** – Pouco mais há a fazer do que dispor as coisas para as culturas de primavera, transportando terra, juntando os terriços que se pre-

pararam anteriormente e preparando cuidadosamente as terras. Se não se tratarem de zonas quentes, nada há a fazer nesta época que não tenha que ser devidamente abrigado e protegido.

Continua-se a semear a cenoura e planta-se a couve-flor semeada em Outubro e Novembro. Desde que bem protegidas, podem-se continuar as sementeiras indicadas para o mês anterior.

Aproveita-se este tempo para limpar as folhas caídas e amontoá-las juntamente com todos os outros detritos da horta, para assim continuar a preparar terriços, sempre úteis.



## Rabanadas



Ingredientes:

- 10 fatias de pão
- 2 dl de leite
- 3 ovos batidos
- açúcar e canela q.b.

Preparação:

Molham-se bem as fatias, uma a uma, em leite açucarado. Escorrem-se e passam-se por ovo batido, de ambos os lados. Fritam-se em óleo quente e escorrem-se em papel absorvente. Ainda quentes, polvilham-se com açúcar e canela.

Nota: Poderá acompanhar também com uma calda, feita com 250 g de açúcar, sumo de 1 laranja, 1 pau de canela e 3 dl de água, que deve deixar ferver durante uns minutos.

## Ginástica para todos

### A melhor maneira de andar - Exercício 2

De pé, dê um passo para diante com a perna direita e, como no exercício nº1, empurre o solo com o pé esquerdo, de dedos dobrados. Fazendo assim, a perna fica esticada. Mas, se continuar a avançar o corpo, a perna esquerda afrouxa, o joelho flexiona e o pé esquerdo pousa-se à

frente. É então a perna direita que vem revezar a outra: o calcanhar direito soergue-se, seguido da planta do pé e doas dedos. A perna direita só se descontrai após o impulso dos dedos do pé. O joelho avança, o pé segue o movimento, e assim sucessivamente. O peso do corpo é transferido de uma perna para a outra. No fundo, a marcha, não é

*Gabriela Garcia, Fisioterapeuta e Osteopata*



mais do que um deslocamento do peso do corpo no espaço. Mas para impelir o peso, o corpo deve accionar certos músculos: é necessário repelir o solo com a parte da frente do pé. Se os pés estão virados para fora, isso aumenta necessariamente o movimento rotativo da bacia. Os braços também balançam quando caminhamos.

Se a perna direita estiver lançada para a frente, será o braço esquerdo que oscilará para diante. O modo mais simples e natural de andar é aquele em que os braços e as pernas se balançam alternadamente. A marcha militar é a antítese perfeita deste princípio.

## Ria-se por favor!

O médico depois de ver a história clínica do seu paciente, pergunta:  
-Fuma?  
-Pouco.  
-Pois devia deixar.  
-Bebe?  
-Pouco.  
-Pois devia deixar.  
-Pratica desporto?  
-Não.

-Pois deveria praticar.  
-Sexo?  
-Muito pouco.  
-Pois deveria muito.

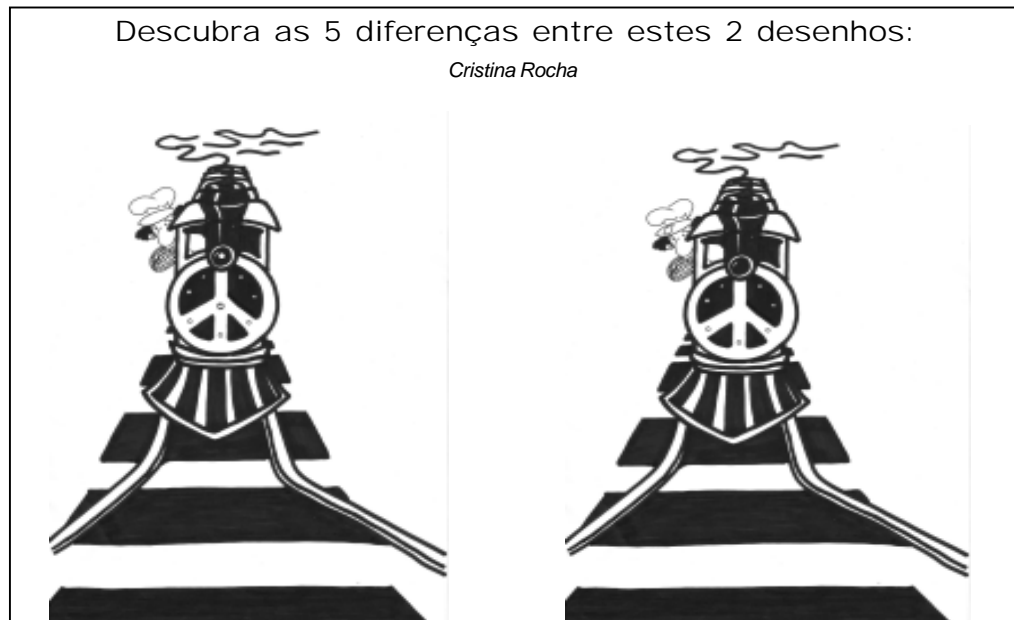
Ele vai para casa e conta à sua mulher o que o médico lhe tinha dito na consulta e, imediatamente, vai tomar um duche. A mulher, cheia de vontade em

resolver-lhe o problema, esperançosa, arranja-se toda, perfuma-se, põe a sua melhor e mais sensual roupa e fica à espera dele. Ele sai do duche, começa a vestir-se, a perfumar-se e a mulher, surpresa, pergunta-lhe:  
-Aonde é que tu vais?  
- Tu não ouviste o que o

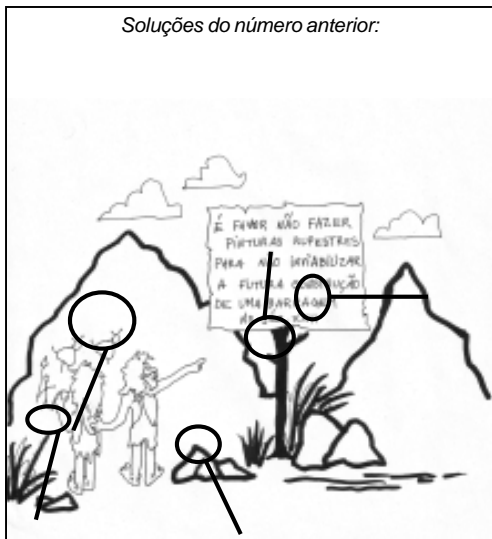
médico me disse?  
- Sim, mas aqui estou eu prontinha, à tua espera. Então ele diz-lhe:  
- Ah, Francisca, lá vens tu outra vez com a mania dos remédios caseiros.

Descubra as 5 diferenças entre estes 2 desenhos:

*Cristina Rocha*



Soluções do número anterior:



# Calendário Litúrgico Dezembro - Ano A

José Pedro Salema  
e Grupo Bíblico



## Dia 1 - QUARTA-FEIRA da semana I do ADVENTO

L 1 Is 25, 6-10a; Sal 22, 1-3a. 3b-4. 5-6  
Ev Mt 15, 29-37  
"Jesus alimenta quatro mil pessoas"

## Dia 2 - QUINTA-FEIRA da semana I

L 1 Is 26, 1-6; Sal 117, 1 e 8-9. 19-21. 25-27a  
Ev Mt 7, 21. 24-27  
"Entrará no reino do Céu, aquele que fizer a vontade de meu Pai"

## Dia 3 - SEXTA-FEIRA da semana I

L 1 Is 29, 17-24; Sal 26, 1. 4. 13-14  
Ev Mt 9, 27-31  
"Seja-vos feito segundo a vossa fé"

## Dia 4 - SÁBADO da semana I

L 1 Is 30, 19-21. 23-26; Sal 146, 1-2. 3-4. 5-6  
Ev Mt 9, 35 - 10, 1. 6-8  
"Jesus proclama o Evangelho às multidões"

## Dia 5 - DOMINGO da semana II do ADVENTO

L 1 Is 11, 1-10; Sal 71, 2. 7-8. 12-13. 17  
L 2 Rom 15, 4-9  
Ev Mt 3, 1-12  
"Convertei-vos porque está próximo o Reino dos Céus"

## Dia 6 - SEGUNDA-FEIRA da semana II

L 1 Is 35, 4-7a; Sal 84, 9ab-10. 11-12. 13-14  
Ev Lc 5, 17-26  
"Hoje vimos maravilhas"

## Dia 7 - TERÇA-FEIRA da semana II

L 1 Is 40, 1-11; Sal 95, 1-2. 3 e 10ac. 11-12. 13  
Ev Mt 18, 12-14  
"A vontade do Pai do Céu: Que não se perca um só destes pequeninos"

## Dia 8 - QUARTA-FEIRA da semana II IMACULADA CONCEIÇÃO

L 1 Gen 3, 9-15. 20;  
Sal 97, 1. 2-3ab. 3cd-4  
L 2 Ef 1, 3-6. 11-12  
Ev Mt 11, 11-15  
"Quem tem ouvidos, oiça!"

## Dia 9 - QUINTA-FEIRA da semana II

L 1 Is 41, 13-20;  
Sal 144, 1 e 9. 10-11. 12-13ab  
Ev Mt 11, 11-15  
"Não apareceu ninguém maior do que João Baptista"

## Dia 10 - SEXTA-FEIRA da semana II

L 1 Is 48, 17-19;  
Sal 1, 1-2. 3. 4 e 6  
Ev Mt 11, 16-19  
"Esta geração é semelhante a crianças que se interpelam umas às outras"

## Dia 11 - SÁBADO da semana II

L 1 Sir 48, 1-4. 9-11;  
Sal 79, 2ac e 3b. 15-16. 18-19  
Ev Mt 17, 10-13  
"Também assim hão-de fazer sofrer o Filho do Homem"

## Dia 12 - DOMINGO III do ADVENTO

L 1 Is 35, 1-6a. 10;  
Sal 145, 7. 8-9a. 9bc-10  
L 2 Tg 5, 7-10  
Ev Mt 11, 2-11  
"Bem-aventurado aquele que não encontra em mim razão de escândalo"

## Dia 13 - SEGUNDA-FEIRA semana III

L 1 Num 24, 2-7. 15-17a;  
Sal 24, 4bc-5ab. 6-7bc. 8-9  
Ev Mt 21, 23-27  
"De onde provém o baptismo de João: Do Céu ou dos homens?"

## Dia 14 - TERÇA-FEIRA da semana III

L 1 Sof 3, 1-2. 9-13;  
Sal 33, 2-3. 6-7. 17-18. 19 e 23  
Ev Mt 21, 28-32  
"João veio até vós, ensinando-vos o caminho da justiça"

## Dia 15 - QUARTA-FEIRA da semana III

L 1 Is 45, 6b-8. 18. 21b-25;  
Sal 84, 9ab-10. 11-12. 13-14  
Ev Lc 7, 19-23  
"És Tu o que está para vir, ou devemos esperar outro?"

## Dia 16 - QUINTA-FEIRA da semana III

L 1 Is 54, 1-10;  
Sal 29, 2 e 4. 5-6. 11-12a e 13b  
Ev Lc 7, 24-30  
"E todo o povo que O escutou, reconhece a justiça de Deus"

## Dia 17 - SEXTA-FEIRA da semana III

L 1 Gen 49, 2. 8-10;  
Sal 71, 2. 3-4ab. 7-8. 17  
Ev Mt 1, 1-17  
"Assim, o número total de gerações é catorze"

## Dia 18 - SÁBADO da semana III

L 1 Jer 23, 5-8;  
Sal 71, 2. 12-13. 18-19  
Ev Mt 1, 18-25

"E ela deu à luz um filho, ao qual ele deu o nome de Jesus"

## Dia 19 - DOMINGO IV do ADVENTO

L 1 Is 7, 10-14; Sal 23, 1-2. 3-4ab. 5-6  
L 2 Rom 1, 1-7  
Ev Mt 1, 18-24  
"José, filho de David, não temas receber Maria"

## Dia 20 - SEGUNDA-FEIRA semana IV

L 1 Is 7, 10-14;  
Sal 23, 1-2. 3-4ab. 5-6  
Ev Lc 1, 26-38  
"Salvé, ó cheia de graça, o Senhor está contigo"

## Dia 21 - TERÇA-FEIRA da semana IV

L 1 Cânt 2, 8-14 ou Sof 3, 14-18a;  
Sal 32, 2-3. 11-12. 20-21  
Ev Lc 1, 39-45  
"Bendita és tu entre as mulheres e bendito é o fruto do teu ventre"

## Dia 22 - QUARTA-FEIRA da semana IV

L 1 1 Sam 1, 24-28;  
Sal 1 Sam 2, 1. 4-5. 6-7. 8abcd  
Ev Lc 1, 46-56  
"De hoje em diante me chamarão bem-aventurada todas as gerações"

## Dia 23 - QUINTA-FEIRA da semana IV

L 1 Mal 3, 1-4. 23-24;  
Sal 24, 4bc-5ab. 8-9. 10 e 14  
Ev Lc 1, 57-66  
"Na verdade a mão do Senhor estava com ele"

## Dia 24 - SEXTA-FEIRA da semana IV

L 1 2 Sam 7, 1-5. 8b-12. 14a. 16;  
Sal 88, 2-3. 4-5. 27 e 29  
Ev Lc 1, 67-79  
"Bendito o Senhor, que visitou e redimiu o seu povo"

## Dia 25 - SÁBADO NATAL

L 1 Is 52, 7-10;

Sal 97, 1. 2-3ab. 3cd-4. 5-6  
L 2 Heb 1, 1-6  
Ev Jo 1, 1-18  
"Jesus nasce entre nós"

## Dia 26 - DOMINGO, Oitava do Natal - SAGRADA FAMÍLIA

L 1 Sir 3, 3-7. 14-17a (gr. 2-6. 12-14);  
L 2 Col 3, 12-21  
Ev Mt 2, 13-15. 19-23  
"Levanta-te, toma o menino e sua mãe, e foge para o Egípto"

## Dia 27 - SEGUNDA-FEIRA do Natal

L 1 1 Jo 1, 1-4; Sal 96, 1-2. 5-6. 11-12  
Ev Jo 20, 2-8  
"O Senhor foi levado do túmulo e não sabemos onde o puseram"

## Dia 28 - TERÇA-FEIRA do Natal

L 1 1 Jo 1, 5 - 2, 2; Sal 123, 2-3. 4-5. 7b-8  
Ev Mt 2, 13-18  
"e permaneceu no Egípto até à morte de Herodes"

## Dia 29 - QUARTA-FEIRA do Natal

L 1 1 Jo 2, 3-11; Sal 95, 1-2a. 2b-3. 5b-6  
Ev Lc 2, 22-35  
"Deixarás ir em paz o teu servo, porque meus olhos viram a Salvação"

## Dia 30 - QUINTA-FEIRA do Natal

L 1 1 Jo 2, 12-17;  
Sal 95, 7-8a. 8b-9. 10  
Ev Lc 2, 36-40  
"O menino crescia e a graça de Deus estava com Ele"

## Dia 31 - SEXTA-FEIRA do Natal

L 1 1 Jo 2, 18-21; Sal 95, 1-2. 11-12. 13  
Ev Jo 1, 1-18  
"A quantos o receberam, deu-lhes o poder de se tornarem filhos de Deus"

## Intenções do Papa para Dezembro



• Que crianças, como dons preciosos de Deus, sejam respeitadas, compreendidas e amadas.

• Que a encarnação de Cristo seja o modelo de todo o autêntico esforço de inculturação do Evangelho.

**Anuncie aqui!**  
Este espaço é seu!

Restaurante Chinês

Jian Feng  
建峰酒樓

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

**NOVO**

Cozinha típica  
Chinesa



**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

## A Bíblia

## De A a Z

## Emaús

Foi aqui, em Emaús, que Jesus apareceu aos dois discípulos depois da ressurreição (Lc 24). Depois de terem caminhado ao seu lado durante algum tempo, só o reconheceram, contudo, pela fracção do pão.

A sua localização exacta é muito discutível.

Lucas diz estar a cerca de sessenta estádios de Jerusalém, o que corresponde a, aproximadamente, onze quilómetros.

Em compensação, o nome antigo, Emaús, corresponde à actual Amwas, que dista de Jerusalém cerca de trinta quilómetros, distância quase impossível de fazer

*João Chaves*  
num dia, ida e volta, como se pode ler na passagem de Lucas.

Por este motivo, tem-se preferido particularmente a actual aldeia de El Qubeiheh, que fica a cerca de dezassete quilómetros, na estrada actual e na mesma direcção.



## Correio Electrónico

## Jornalismo

Ultimamente tem-se falado muito de jornalismo. Discute-se a liberdade de imprensa, denunciam-se pressões sobre a comunicação social, lamentam-se os abusos dos repórteres. Mas duas coisas têm passado em claro e vale a pena sublinhar.

A primeira é que a nossa imprensa falada ou escrita é, em geral, muito má. Existem notáveis profissionais, boas publicações e equipas esforçadas, mas o balanço global é muito deficiente, como esses jornalistas admitem. Em boa medida isto deve-se aos turbulentos últimos 30 anos. Depois do «caso República», da ocupação da Rádio Renascença e dos mais de dez anos de nacionalização, seguiram-se várias «revoluções» que formaram a natureza do jornalismo português livre. Os episódios mais marcantes são, entre outros, as fotomontagens do *Jornal Novo* em 1975, o nascimento da TSF Rádio Jornal em 1984, de

*O Independente* em 1988, da SIC em 1992 e da nova TVI em 1997. Cada um deles trouxe acutilância e substanciais melhorias na qualidade técnica da informação, que hoje goza de toda a dignidade de uma sociedade livre e moderna. Mas dois elementos têm-lhe desfigurado o rosto: a unanimidade e o narcisismo.

Em todos os países os jornais alinham-se no espectro ideológico. Cada leitor sabe o que lê ou ouve, porque o periódico define-se como de esquerda, direita, moderado ou crítico. Entre nós os media julgam-se isentos, imparciais, verdadeiros. A consequência é que todos dizem quase o mesmo. Estiveram a favor de Guterres e a seguir contra, foram contra Barroso e agora contra Santana. Quando apoiam, hesitam. Mas quando se opõem, fazem-no de forma radical, contra tudo, sem concessões, definitivamente. E em cada caso, na sua neutralidade, nunca pensam veicular a sua opinião, mas

descrever uma evidência.

Por outro lado, a imprensa está fascinada consigo mesma. Considera-se o máximo, exulta na própria magnificência. Basta ver o espaço que gasta a falar de si e o desprezo que despeja sobre quem a critica. Os comentadores comentam comentadores. Os jornalistas passam por especialistas e criticam relatórios, classificam estudos, ridicularizam responsáveis. Mensagem desaparece atrás da sedução do mensageiro.

Infelizmente, apesar das honrosas e sofridas excepções, a realidade está muito aquém da imagem. Os disparates que se dizem! Enquanto continuarem a resumir assuntos complexos em dualidades simplistas, a promover tricas espúrias diante de dilemas sérios, a resumir acontecimentos importantes em ridículos apontamentos de reportagem, não se chegará à qualidade mínima. Apresentar como a opinião do público trás entrevististas de rua não é

jornalismo, é manipulação boçal. Triunfar perante um lapso de um ministro, um detalhe insólito, uma controvérsia de pormenor, sem sequer pensar na relevância do aspecto escolhido, é desvirtuar uma função crucial. É fácil desprezar o nosso jornalismo!

Mas há um outro lado: a razão porque a imprensa deve ser respeitada não é porque ela seja boa, mas porque ela é imprensa. Trave fundamental da civilização e da liberdade, ela tem de ser preservada mesmo quando não se sabe dar ao respeito.

Quem insulta, pressiona ou, pior de tudo, manipula a comunicação torna-se a sua maior vítima, como a censura aprendeu.

É urgente fazer tudo para que a imprensa melhore, mas muitos dos esforços nesse sentido agravam o que dizem promover. A única resposta à má qualidade é a qualidade na resposta.

DN 22-11-2004  
*João César das Neves*

## Era uma vez..

Era uma vez um cego que estava sentado numa calçada, com o boné a seus pés e um pedaço de madeira que, escrito com giz branco, dizia: "Por favor, ajude-me, sou cego".

Um publicitário, que por acaso passava pelo local, reparou que o boné do cego estava quase vazio. Assim, sem pedir licença, pegou no cartaz, virou-o, pegou no giz e escreveu um novo anúncio do outro lado. Voltou a colocar o pedaço de madeira aos pés do cego e foi-se embora.

À tarde, quando regressou, o publicitário voltou a passar em frente ao cego que pedia esmola. Agora, o seu boné estava cheio de moedas e

notas. O cego, ao reconhecer os seus passos, perguntou-lhe o que é que ele tinha escrito no seu cartaz, ao que o publicitário respondeu: "Nada que não esteja de acordo com o seu anúncio, mas com outras palavras". Sorriu e continuou o seu caminho.

O cego nunca soube, mas o seu novo cartaz dizia: "Hoje é Primavera, e não posso vê-la!"

**MORAL DA HISTÓRIA:** Muitas vezes nos negócios mantemo-nos durante muito tempo a fazer algo que não resulta. Quando assim for, façamos como este publicitário: Uma pequena mudança na mensagem que passamos para fora, pode fazer toda a diferença!



## Entretenimento

### Livros do Mês

## Nós não nos despedimos

Marie de Hennezel

João Chaves

**E**stamos a falar do terceiro livro desta extraordinária psicóloga.

Depois de abordar de diversas formas o tema da morte, que tanto nos assusta vem, desta vez, com a frontalidade e isenção a que já nos habituou, falar do escaldante tema da eutanásia.

Se para qualquer profissional da área da saúde este é um livro obrigatório, para os leigos como eu foi uma maneira brilhante de me inteirar de forma extremamente séria

sobre esta matéria que tanta polémica tem gerado, mas sobre a qual pouco ou mesmo nada se tem discutido, e tantas asneiras se ouvem.

O livro não é um romance e, depois de o lermos, vamos sentir uma grande inquietação. Ficamos com a certeza de que afinal a eutanásia se pratica hoje, de forma mais ou menos encapotada, em número muito superior àquele que certamente se imagina, e a maioria das vezes movida por interesses económicos tão simples como, por exemplo, a mera

necessidade de camas livres de hospital.

O país europeu dos mais "avançados" nesta matéria é a Holanda. A mesma Holanda a quem pertence o "barco do amor" de que ainda recentemente tanto ouvimos falar, não pela eutanásia mas pelo aborto, mas onde, no fundo, se assumem posturas idênticas. Se não nos mexermos, um dia a questão pode ser connosco. Leia este livro e depois, quanto mais não seja, suscite a sua discussão!

## Código DaVinci

Dan Brown

Rui Inácio

Júlia Sousa Araujo

**E**ste mês escrevemos sobre o livro mais badalado dos últimos meses, "Código da Vinci", do autor Dan Brown. Desde que o livro surgiu no mercado, foram vendidos mais de 10 milhões de exemplares pelo mundo fora. Decerto se já olhou para as prateleiras dos *best-sellers*, terá visto este livro.

O livro prometia ser polémico e decerto muitas pessoas que o leram terão ficado chocadas ou no mínimo confusas com algumas revelações que foram feitas no decurso da leitura. Ora, é importante ter em atenção que se trata de um livro de ficção, onde muitas das "verdades" enunciadas, mesmo que ditas com base científica, não têm qualquer valor real. Para se ter uma ideia mais concreta do que é verdadeiro pode ler-se no *site* do autor do livro

(infelizmente apenas em inglês): [http://www.danbrown.com/secrets/bizarre\\_facts/davinci\\_code.html](http://www.danbrown.com/secrets/bizarre_facts/davinci_code.html)

Depois deste livro surgiram outros no mercado, também referentes à obra que ajudam a separar os factos da ficção.

Robert Langdon, conceituado simbolista vai ser levado a decifrar um estranho código, encontrado junto do cadáver do curador do Louvre, com a ajuda da criptologista Sophie Neveu. Descobrem variadas pistas inscritas nas obras do pintor Leonardo da Vinci, nomeadamente na "Última Ceia".

Numa luta contra o tempo (o livro passa-se em 24



horas), tudo se complica quando percebe-se a ligação do curador com o Priorado de São, sociedade secreta a que tinham pertencido Sir Isaac Newton, Botticelli, Victor Hugo e da Vinci, entre outros.

Um romance de suspense e muita imaginação.

Nada mais do que isto.

## 7 Habits of highly effective people

Stephen R. Covey

António Louro

**S** seja pró-activo!" "Comece sempre com um fim em vista!" Estes são os dois primeiros hábitos mencionados por Stephen R. Covey, no seu livro "Os 7 hábitos das pessoas altamente eficientes" ("7 Habits of highly effective people").

Este é um livro quase obrigatório para todos aqueles que, de uma forma ou de outra, estão ligados à área da gestão. Para mim, em termos profissionais, tem sido não só uma referência obrigatória, mas sobretudo uma fonte interminável de vida para os desafios que o dia a dia nos coloca quando temos que planejar, ouvir, decidir, gerir, etc.

O que é então ser pro-activo? Ser pro-activo é, em vez de deixarmos simplesmente que a nossa visão da sociedade nos guie, assumirmos uma liberdade total de repensar sempre o nosso dia a dia e os nossos desafios.

Este é, na realidade, um hábito exigente, muito exigente, que nos "obriga" a encarar cada dia de

forma renovada, estarmos sempre prontos a partir e sobretudo estarmos disponíveis!

Nos últimos tempos, por força desta comunidade para quem escrevo, esta realidade extravasou o âmbito estritamente profissional e invadiu com uma força imensa a minha vida espiritual. Descobri que, muito antes do Sr. Stephen R. Covey, Jesus Cristo nos pediu, insistentemente, que fossemos pro-activos.

Encontramos belos exemplos deste pedido de Jesus ao longo de todo o Novo Testamento, como em Mc 1,16-20 "Vinde comigo e farei de vós pescadores de homens", Mc 2,23-28 "O sábado foi feito para o homem e não o homem para o sábado" ou em Mc 13,33-37 "O que vos digo a vós, digo a todos: vigiai!"

Jesus pede-nos que estejamos sempre vivos, sempre prontos, sempre pro-activos, pois o que Ele quer é o nosso Sim, sempre, em todos os dias da nossa vida.

Neste início de Ano

litúrgico os desafios que se nos colocam são grandes, visto que vamos acolher o Encontro Europeu de Jovens de Taizé e o ICNE de que vos temos falado com regularidade. Estamos, pois, em altura de sermos pro-activos e, em vez de dizermos "Não posso fazer nada" vamos dizer "Vou procurar alternativas".

Se vivermos este hábito, não restam, quanto a mim, dúvidas de que o fim que temos em vista é Jesus. Então, podemos aspirar a, tal como São Paulo, afirmar que "Já não sou eu que vivo, mas é Cristo que vive em mim" (Gl 2, 20). Cumprindo-se assim na nossa vida espiritual o segundo hábito proposto pelo Sr. Stephen R. Covey, ou seja, o nosso caminho é para Jesus.

Neste ponto é legítimo que os caros leitores se questionem, afinal, sobre qual dos livros vos estou a falar. Na realidade, o que vos quero dizer é que, muitas vezes, gestos simples, pequenas coisas que estão escondidas, se revelam e nos fazem ver a verdadeira dimensão de Deus. O livro "Os 7 hábitos das pessoas altamente eficientes" deixou de ser para mim o simples livro de referência profissional para, através da Palavra, me auxiliar também a vislumbrar um pouco do que é pedido a cada um de nós. Não esqueçamos que é importante que usemos o nosso talento e disponibilidade para que o Reino de Deus esteja mais próximo de nós.

Vale a pena ler o livro mas, mais ainda, vale a pena vivê-lo à luz da nossa fé.

### Exemplos de frases:

| Reactivas            | Pro-activas                                    |
|----------------------|--|
| Não posso fazer nada | Vou procurar alternativas                      |
| É assim que eu sou   | Posso escolher ser diferente e fazer diferente |
| Tenho que fazer isto | Posso escolher a resposta apropriada           |
| Não posso            | Eu escolho                                     |



**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

# Entretenimento

## Falando de Cinema

### "A Vila"

Argumento e realização: M. Night Shyamalan

Intérpretes: Joaquin Phoenix, Bryce Dallas Howard, William Hurt, Adrien Brody e Sigourney Weaver

Género: Suspense

"A Vila" é, na minha opinião, um dos melhores filmes de "suspense" exibidos em Portugal nos últimos tempos. É verdade que este tipo de cinema tem vindo a perder alguma da grande qualidade que lhe era unanimemente reconhecida nos tempos áureos de Hitchcock, e tem vindo a ser progressivamente substituído, sem qualquer vantagem, pelos filmes ditos de terror.

Com este seu trabalho, Shyamalan demonstra que, longe de estar esgotado, o cinema de suspense está vivo e ainda tem muito para oferecer aos espectadores que apreciam este tipo de histórias. Pessoalmente, penso que é muito mais interessante um filme que agarra o espectador à cadeira e o mantém interessado até à última cena, do que um filme que pretenda apenas assustá-

lo e fazê-lo saltar da cadeira.

O ritmo lento a condizer perfeitamente com a atmosfera tensa e misteriosa que envolve o filme desde o início até final, longe de enfasiar o espectador, vai contagiando-o pela ansiedade e expectativa, que vai aumentando progressivamente à medida que a trama se vai desenrolando.

Quase sem dar por isso, o espectador importa para si mesmo todos os dramas e receios que invadem os habitantes daquela aldeia rural americana do século XIX, rodeada por um denso e sombrio bosque que, ao que se diz, é habitado por criaturas misteriosas e terríficas. Todos os moradores da aldeia sabem que não podem violar um estranho pacto que em tempos teria sido celebrado entre os aldeões e os terríveis seres: nunca

os habitantes do lugar se atreveriam a entrar no bosque e, em troca, a aldeia seria poupada pelos perigosos vizinhos.

Durante anos, o pacto foi escrupulosamente respeitado por ambas as partes, até que um dia um dos jovens habitantes da povoação se propõe atravessar o bosque para ir à cidade mais próxima em busca de medicamentos, para salvar um amigo gravemente enfermo. A partir daí a vida daquela gente altera-se por completo.

Como disse atrás, o espectador mantém-se expectante até à última cena do filme, embora o mistério seja revelado muito antes do final. A beleza das imagens, os silêncios, que revelam tanto ou mais do que as palavras, a humanidade e a solidariedade daquela gente boa, que muitos anos antes fugira da

violência das cidades e se refugiara naquele local em busca de paz, a coragem dos jovens, capazes de arriscar a vida por amor, são razões mais do que suficientes para deliciar qualquer espectador que se interesse por este género de filmes.

No final, entre outras possíveis, destaca-se uma mensagem: o amor verdadeiro, quando assumido em toda a sua essência e autenticidade, dá-nos a determinação para, em seu nome, enfrentar todos os perigos. Dá-nos ainda a força necessária para os ultrapassar. Mas também nos dá uma enorme coragem para sofrer por ele. Em suma, este é, acima de tudo, um filme de amor. Do autêntico! Cinco estrelas!

Guilherme Duarte



## Internet

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

Rui Antunes

Recomendamos para este mês o site da delegação portuguesa dos Missionários da Consolata.

Com uma apresentação cuidada e uma estética sóbria e discreta, este site dá a conhecer quem são os Missionários da

Consolata, o que eles fazem e onde estão em Portugal.

Mais do que isso, o endereço é constantemente actualizado com notícias de actividades por eles realizadas em Portugal, com muitas fotografias a ilustrar o

trabalho. Outra secção tem notícias de Missão internacional também com actualizações permanentes e onde podemos encontrar testemunhos do Ricardo, Elizabeth, Raquel e Diogo. Mais recentemente também da Tina e do Filipe

que partiram em Setembro deste ano para a mesma Missão, todos eles Leigos Missionários da Consolata.

Outra parte muito útil deste site é o material diverso de grande utilidade que é proporcionado para quem é animador de

paróquias em diferentes grupos, pois possui orações, textos e vigílias propostos pelos Missionários da Consolata.

Até há um pequeno fórum onde é possível debater diversos temas relacionados com a Missão e a Igreja. Não

deixe de visitar em [www.consolata.pt](http://www.consolata.pt).



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

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

**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

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

## Foto-comentário

## A saúde das crianças

Guilherme Duarte

A saúde, a educação e o bem estar das crianças deve ser uma preocupação permanente e prioritária de todos aqueles que desempenham cargos de governação. A realidade, porém, é bem diferente. Todos os dias, vindas dos quatro cantos do mundo, nos entram portas adentro notícias arrepiantes de violência contra crianças. Infelizmente,



Portugal não é excepção, e os propósitos tantas vezes apregoados pelos políticos de acautelarem o futuro apostando seriamente nas crianças não passam muitas vezes de simples propaganda. Porque quanto a factos concretos...

Menciono apenas um a título de exemplo. Paredes meias com o Jardim de Infância "A Formiguinha", em Chão de Meninos, foi instalada há algum tempo uma antena de uma rede de telemóveis, que se presume está devidamente licenciada pelos serviços camarários competentes. E aqui justifica-se uma pergunta. Será que os responsáveis da Câmara Municipal de Sintra que licenciaram essa ins-talação

ignoram os perigos que este tipo de equi-pamentos constitui para a saúde pública, principalmente para as crianças? (há ali bebés a partir dos três meses de idade). E não venham dizer que não está cientificamente provada a perigosidade dessas antenas. A verdade é que também não está provado o contrário e existem fortes indícios de que o perigo seja real. Por isso, meus senhores, em casos destes, o benefício da dúvida deve funcionar sempre em favor das crianças. É que mais vale prevenir do que remediar. Mas este é apenas um exemplo. Há por aí muitos mais. Desgraçadamente!

## Última página

## Quando o Lixo Nos Bate á Porta

Paula Penaforte

Foi criado um Conselho Municipal do Ambiente, que se situa num contexto da Lei de Bases do Ambiente (Lei nº 11/87) e que em termos gerais refere que **todos os cidadãos têm DIREITO** a um ambiente humano e ecologicamente equilibrado. Ainda dentro deste âmbito, refere um dos princípios gerais que todos os cidadãos, incluindo o Estado, são chamados a promover e garantir a melhoria na qualidade de vida colectiva e individual, para que se possa continuar a utilizar os recursos naturais devidamente preservados.

A nossa Câmara Municipal instituiu o *Conselho Municipal de Ambiente*, com o fim, de contribuir para a participação das populações na formulação e execução da

política do ambiente e constante fluxo de informação e experiências nesta mesma área.

Bem, comecei por informar que os meios de trabalho existem, que há grupos formados que, podem e devem apresentar serviço feito, mas... Há sempre um "mas" nestas histórias, o facto é que no nosso Concelho, na Estr. Nacional 249 ao km. 15 existe uma "lixreira" que tem vindo a ser denunciada há já bastante tempo e para a qual não se vislumbra solução.

Este "pólo de atracção" local, para quem não quer dar muitos passos e resolve abandonar os seus lixos por onde lhe dá mais jeito, encontra-se em frente de uma área industrial cuja imagem é seguramente afectada pela proximidade de lixo, porcaria e toxicidade.

Temos informação que os serviços de limpeza da CMS já foram contactados, para que procedam á remoção e limpeza dos ditos lixos que se encontram naqueles terrenos baldios no espaço envolvente da fábrica, mas, como em tantas outras intervenções de urgência,

continua-se á espera do que há-de vir.

Pena é que a nossa edilidade se preocupe com coisas de somenos importância, e deixe em "banho-maria", perdoem-me a expressão, uma montureira como esta ás portas de uma fábrica de renome do concelho, perigando, ainda mais, a vida dos que por ali passam, trabalham, e residem, e reparem, já nem me debruço sobre o assunto, estética, porque então teria muito mais que escrever.

Desde pneus velhos a plásticos, pedaços de esferovite, sofás e entulhos de construção, de tudo um pouco lá podemos encontrar!

Todos conhecemos o local, muitos de nós, por lá passamos vezes sem conta, sabemos que a zona fabril de Mem Martins é extensa, parece-nos, pois, dispensável uma situação deste tipo. Ficamos a aguardar a solução, tão rápida quanto possível, deste "verdadeiro atentado ao ambiente", ficando desde já a promessa de voltar ao assunto numa das nossas próximas edições caso a situação se mantenha.

## PRESÉPIO, ARVORE DE NATAL E....

Paula Penaforte

De onde nos vêm todas estas tradições?

É sobre este tema, já que o Natal se aproxima a passos largos, que procuro hoje dar-vos algumas noções, ainda que breves, ainda que sucintas.

Há alguns símbolos quase obrigatórios nos nossos Natais, fácil é lembrarmos-nos de alguns; *Pai Natal*, *Árvore de Natal*, *Presépio*, *Azevinho*, *Sapatinho na chaminé*... E tantos outros que talvez nos vamos lembrando á medida que o mês de Novembro se acaba e começa a lufa-lufa da preparação para a época natalícia, comecemos então pelo tão Universal **PRESÉPIO**:

Simboliza o motivo principal destes festejos entre os Cristãos; O Nascimento de Jesus. Tudo indica que no sec.XII, S. Francisco de Assis, terá sido das primeiras pessoas a prepararem um presépio segundo o relato Bíblico; Uma gruta, uma manjedoura e figuras esculpidas de José, Maria e o Menino, e a Igreja de Sta

Maria em Roma terá sido a primeira a ter um presépio, hábito este que se espalhou ás outras igrejas e com o rodar dos tempos ás nossas próprias casas.

E quanto ao **PAI NATAL**; Ainda que tenha herdado um pouco do paganismo das divindades dos remotos tempos do Velho Continente, é com o S. Nicolau, que mais se relaciona a imagem do Pai Natal. S. Nicolau foi um bispo, muito bondoso que nasceu por volta do sec.III na Turquia e viria a falecer em Itália aos 41 anos.

Era considerado o padroeiro das crianças e dos marinheiros, e conta a lenda que tinha por costume oferecer aos pobres, presentes, e todo o carinho que tinha ás crianças, valendo aos marinheiros durante as tempestades. A sua fama estendeu-se aos países do Norte da Europa (difundida pelos barcos Holandeses), e quando atinge os EUA, é baptizado com o nome de *Santa Claus*. A imagem sobejamente conhecida do

velho gorducho com barbas brancas e ar bondoso, popularizou-se entre os mais pequenos que não resistem a enviar-lhe as suas cartinhas pedindo os presentes mais desejados. Quanto á sua entrada misteriosa pelas chaminés fuliginosas das casas, deve-se ao facto de na Lapónia, sua terra natal por excelência, as casas tradicionais serem semelhantes a iglus, cobertas de pele de rena com um buraco no telhado, por onde era feita a entrada.

Já a **ÁRVORE DE NATAL**; Trás consigo o peso da tradição Alemã, de tempos imemoriais em que se adornavam as árvores no Inverno para assegurarem que na seguinte Primavera voltariam a florir, ou seja a renovação eterna da vida. Assim se tornou comum trazer a natureza para mais perto do homem, e as árvores franquearam as portas das nossas casa, enfeitadas com bolas e fitas multicolores, estrelas e luzes. E, embora se possam encontrar

imensas árvores artificiais a busca da árvore ideal ainda continua a ser uma antecipação da festa para adultos e crianças. Tradição não quebrada é a de colocar uma estrela no topo da árvore que simboliza a estrela de Belém que guiou os Reis magos até ao Menino.

Estamos em maré de plantas por isso é a vez do **AZEVINHO**; Entre os Romanos era trocado como presente, e nos nossos dias tornou-se uma planta simbólica do Natal, que em Inglaterra é considerada sagrada e simboliza a Paz a Felicidade. Já a tradição cristã nos diz que esta planta permitiu esconder Jesus dos

soldados de Herodes, e em agradecimento Deus lhe concedeu permanecer verde mesmo no Inverno mais rigoroso. Há ainda regiões onde é costume pendurar-se nas janelas ou atrás das portas coroas de loureiro como símbolo do nascimento de Jesus que é uma vitória da vida sobre a morte.

O **SAPATINHO**, que nos nossos dias fica á lareira ou, na sua ausência, na chaminé, é proveniente dos Países Baixos, onde as crianças na véspera do Natal colocavam os seus sapatos é porta para que o Pai Natal os enchesse de presentes.

A **MISSA DO GALO**; Celebrada á meia-noite, a

missa do galo simboliza o nascimento de Jesus na noite de 24 para 25 de Dezembro. Terá começado por volta do sec.V, o costume de a celebrar e conta a lenda que o seu nome lhe advém do facto de ter sido nessa noite a única vez que um galou cantou é meia-noite.

Muito mais haverá com toda a certeza a dizer sobre costumes e hábitos espalhados por todo o mundo, este ficam apenas em jeito de "aperitivo".

