

Assassinado

O Irmão Roger, fundador da Comunidade de Taizé, foi assassinado no passado dia 16 de Agosto, quando participava na oração da tarde, na comunidade, juntamente com centenas de jovens que durante todo o Verão lá permanecem uma semana para partilharem as suas vidas e juntos, sem distinção de raças, cores ou religiões, rezarem. O irmão Roger tinha 90 anos e esteve em Portugal no início

deste ano para participar no Encontro de Jovens de Taizé. Foi assassinado por uma romena - supostamente com distúrbios mentais - que lhe golpeou a garganta. Irmão Roger: um Mártir do nosso tempo.



Faleceu José António Pinto Vasques

Nascido e residente em Sintra, na Freguesia de Santa Maria e S. Miguel, há 80 anos, faleceu no passado dia 31 de Julho José António Pinto Vasques. Sempre dedicado ao associativismo desportivo, fez parte dos órgãos directivos do Sport União Sintrense, da Associação de Ciclismo de Lisboa, da Associação de Futebol de Lisboa, da Direcção dos Bombeiros V. de Sintra, sendo actualmente, desde há 10 anos, Presidente da Assembleia Geral da União Desportiva e Cultural de Nafarros. Foi membro fundador da Associação de Pais da Escola Secundária de Santa Maria e foi também elemento dinamizador das Festas de Nossa Senhora do Cabo Espichel na Freguesia de Santa Maria e São Miguel.



Foi assíduo colaborador do Jornal de Sintra, deu também a sua prestação ao Jornal Record e "A Pena". Como comentador desportivo também colaborou com a Rádio Clube de Sintra e Rádio Ocidente.

Veio a ser escolhido para se candidatar à Presidência da Junta de Freguesia de Santa Maria, tendo saído vitorioso em representação da coligação "Mais Sintra".



Obrigado

por todo este ano,
Senhora do Cabo!





Editorial

Tempos de mudança

Guilherme Duarte

A vida é, ou deverá ser, um processo de evolução e de aperfeiçoamento contínuo.

O homem deve fazer acompanhar o crescimento físico, a que está sujeito pelas leis da natureza, pelo aperfeiçoamento intelectual, pela aquisição de sabedoria e pelo aproveitamento da experiência adquirida. O homem tem obrigação de tentar melhorar, a cada dia que passa. A rotina, o imobilismo e a estagnação são perigos contra os quais se deve lutar com determinação.

Uma vida estagnada é uma vida sem sentido. O homem que tem prazer em viver, luta, para ser hoje melhor que ontem, a pensar já em amanhã.

As pessoas que sonharam o "Cruz Alta", que o tornaram realidade e que o mantêm vivo, não esmorecem nem se acomodam, e recusam a estagnação. Querem fazer mais e melhor. Com esse objectivo, trabalham diariamente com dedicação, entusiasmo, perseverança e amor.

Superaram inúmeras dificuldades. Ignoraram a indiferença de uns quantos, superaram a desconfiança e má vontade de alguns outros, taparam os ouvidos à maledicência de outros tantos. E venceram. Venceram onde muitos baquearam. E estão aqui mais determinados que

Ficha Técnica

Publicação Mensal das Paróquias de Sintra

Santa Maria e São Miguel
São Martinho
São Pedro de Penaferrim

Direcção:

António Louro;
António Luís Leitão;
Elsa Tristão;
Guilherme Duarte;
José Pedro Salema;
Mafalda Pedro;
P. Carlos Jorge;
P. Rui Gomes.

Jornalista:

Paula Penaforte.

Correspondentes:

Elizabeth, Raquel e Ricardo (IMC - Moçambique).

A melhor parte

Viver em Eucaristia

Através da Bíblia, Israel - como todos os povos de outrora e de hoje - aparece primeiramente como um povo que tem fome e sede, que vai de poço em poço, de seara em seara, da pastagem à árvore de fruto, do leite à carne do seu rebanho. É um povo que come.

Mas, "come da mão de Deus" (Eclesiastes 2:24). Ele sabe - e os seus vizinhos pagãos também o adivinham - que tudo o que existe é dom de Deus, e só existe para dar a conhecer e a saborear a paternidade de Deus, para fazer da vida do ser humano uma comunhão com Deus. A fruta e a água, o leite e a carne, o ar e o sol, são o **amor divino feito alimento para a vida do homem**.

Por isso, Deus abençoa tudo aquilo que cria. Ele faz da criação o sinal e o meio da Sua presença, do Seu amor, da Sua revelação ao homem. Dir-se-á: mas, o homem não é o único a ter fome; tudo o que vive, vive de comer. O animal também come na mão de Deus! É verdade. Mas a vocação do homem no universo é única: todos os outros animais comem e vivem para estar ao serviço do homem e, eventualmente, constituir o seu alimento. Tal é o sentido daquela solene apresentação do

Éden, em que cabe ao homem "dar nome" a todas as criaturas, isto é, **tomar posse delas como dons de Deus e de Lhe render graças** (Génesis 2:19).

O homem é, assim, o único ser a quem será pedido que louve e agradeça a Deus pelo alimento e pela vida, e por toda essa natureza que Dele recebe. Ao homem cabe - e só a ele - responder à bênção de Deus com a sua própria "bênção" de reconhecimento. Tal reconhecimento não é, em si, um acto de culto; é o **modo mais natural de viver, para quem sabe que o mundo é dom de Deus**. Deus abençoou o mundo, o homem e todas as criaturas para o homem - Sua primeira criatura -, abençoou o sétimo dia. Quer isso dizer que Ele encheu tudo o que existe da Sua bondade; que fez tudo "muito bom", com ternura para com o homem. Á manifestação do amor de Deus na criação, e na história humana, respondem normalmente a gratidão e o louvor. **Deus revela-se criando maravilhas, o homem responde "abençoando" o Deus que faz maravilhas: eis a Eucaristia**. "Bênção" e "Eucaristia" têm praticamente o mesmo sentido - "acção de graças", "agradecimento".

Não é por acaso que a encenação bíblica da queda

está centrada na comida. Homem e mulher comeram o fruto proibido, imagem de um mundo económico onde Deus não é reconhecido, que não foi recebido Dele como um dom, na "acção de graças", "na eucaristia". É o pecado de uma multidão de gente que vê o mundo como uma realidade opaca, não atravessada pela presença de Deus; daí, ser natural para essa gente - enorme multidão, santo Deus! - não viver em acção de graças, em eucaristia, pelo dom que Deus nos concede do comer e do beber e pelo dom maior da vida, de que aqueles são a raiz quotidiana. É o comportamento habitual daqueles que, ao domingo, preferem trabalhar pela comida a oferecer a eucaristia. Àquele que faz viver.

Na expressão de um autor russo, trata-se de "tomar em nossas mãos o mundo inteiro, como se tomássemos uma maçã", não para roubá-la e comê-la na revolta ou na indiferença, mas para oferecê-la em reconhecimento àquele de quem recebemos tudo. É o gesto do "sacrifício". O sacrifício devia ser o acto mais natural do homem. O sacrifício é amor, gratidão, é compartilhar com os outros. Onde encontrar, senão no sacrifício, o sentido e a alegria de viver?

Diácono Manuel Valinho

Por isso, nós comemos entre o "louvor" e o "agradecimento", ou seja, na "eucaristia".

Oferecemos a Deus o mundo e as nossas pessoas. Todavia - cristãos que somos - fazemo-lo "em Cristo". Ele tudo apagou, tudo ofereceu. Uma vez por todas, Ele realizou essa eucaristia "oferecendo" a Sua vida, sacrificando-a ao Pai e a todos os seus irmãos.

Que árvore é mais bela que a Cruz? Que fruto é mais maravilhoso do que aquele que pende desse Madeiro de Amor? Ele nos é dado; nós colhemo-lo para oferecê-lo ao Pai, que o coloca de novo nas nossas mãos para nos fazer viver dele. Tal é o Sacrifício, a Eucaristia e o Alimento da Vida Eterna.

De domingo em domingo, vamos e voltamos com a nossa existência nas mãos, as nossas pobres vidas para oferecer. Ora, as nossas mãos estão cheias do Corpo de Cristo, desse Pão no qual tudo é oferecido, tudo é sacrificado... Nas nossas mãos, nas nossas vidas, o Pai não vê senão o seu Filho bem amado.

A mais simples refeição, o menor pedaço de pão, deveria lançar-nos em adoração e preparar-nos para a eucaristia.

Área financeira:

Mafalda Pedro.

Distribuição e assinaturas:

Fernando Monteiro;
Guilherme Duarte.

Publicidade:

Elsa Tristão.

Contactos-publicidade:

Tel.: 965 693 238
919 632 829

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 Reconquista
Zona Industrial
6000 CASTELO BRANCO
Telf.: 272 340 890
Tiragem deste número:
3.000 exemp.

Actualidades

Postais da Vila Velha

Fernando Marques

O efinitivamente o tempo voa. Já não tenho quaisquer dúvidas de que a noção real que sempre tive, ao longo da minha vida, do tempo - que o tempo demorava a passar - tem vindo a ser devorada pela rapidez com que o tempo realmente passa.

Tudo o que é passado fica registado na nossa memória de curto prazo como tendo acontecido há cerca de um mês ou dois, mas, quando verificamos melhor a nossa agenda, concluímos que afinal já foi no ano passado, e sem que nos apercebêssemos, tantas coisas passaram nas nossas vidas que colocaram o tal acontecimento num registo, que nesta voragem que o tempo nos impõe, ficamos afinal confrontados com a realidade de que os 365 dias que passaram não levaram mais que umas

quantas noites mal dormidas e outros tantos dias em que acabámos por não fazer tudo aquilo que ingenuamente nos propusemos fazer.

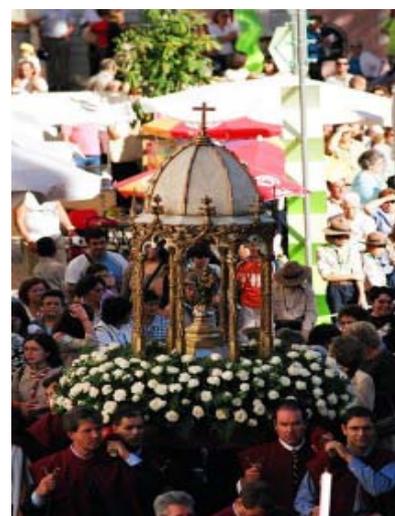
É assim que, após passados 25 anos, desde a última visita da Imagem de N^a S^a do Cabo Espichel à nossa freguesia de S. Martinho, a recebemos no dia 18 de Setembro do ano passado, com cerimónias dignas de uma tradição centenária, e que decorrido o ciclo normal de um ano, onde se incluíram visitas às comunidades da nossa freguesia e alguns eventos que procuraram proporcionar momentos de prazer e convívio entre todos os que colaboraram nas Festas em Honra de N^a S^a do Cabo, bem como a todos os que nos dignaram com a sua visita, se encerra mais um ciclo das nossas vidas quando, no próximo dia 17 de

Setembro, a Veneranda Imagem nos deixar, na sua longa e ancestral peregrinação, a caminho da freguesia de Almargem do Bispo.

Que esta passagem da Imagem de N^a S^a do Cabo por S. Martinho deixe marcas profundas em todos nós e que, para além dos eventos concretizados e dos que não foram conseguidos, fique um sentimento de união e de amizade entre todos os que participaram nestes acontecimentos, de modo a fazer perdurar no tempo a mesma vontade de realizar eventos que proporcionem aos visitantes da Vila-Velha agradáveis momentos de cultura e de divertimento, que façam sentir a todos os forasteiros que neste recanto de Sintra as pessoas são diferentes e, desse modo, fiquem com vontade de voltar mais

vezes.

Da próxima vez, terão passado mais 25 anos, estaremos então em 2029, muitos de nós terão partido para outra vida, e seria consolador ver que a tradição continuará para além de nós. Que as novas gerações naturais de S. Martinho queiram receber a Imagem peregrina com a mesma dignidade e devoção com que nós a recebemos, para que possamos todos dizer-lhe: *Até amanhã, Mãe! Volta sempre, pois estaremos sempre à Tua espera, e para os que, de nós, sobreviverem à passagem do tempo, pareça que a Tua ausência foi apenas por alguns momentos breves, em que visitaste todos os outros filhos que tens dispersos por 26 freguesias do cerco de Lisboa.*



Sentinela

Aditivos

Serão realmente necessários ou um perigo para a saúde ?

Elsa Tristão

Os aditivos são substâncias acrescentadas intencionalmente aos alimentos, durante a respectiva elaboração, para melhorar algumas das suas características, sem alterar o seu valor nutritivo. A má informação, nuns casos, e a falta desta, noutros, criam entre os consumidores uma enorme desconfiança face aos aditivos, atribuindo-lhes efeitos nocivos para a saúde. No entanto, é importante esclarecer que os aditivos estão sujeitos a normas apertadas, garantindo a sua segurança. Quem garante esses atributos são os organismos sanitários, os quais, após minuciosos controlos e análises, elaboram as chamadas "listas positivas" específicas para cada alimento, nos quais se indica a quantidade máxima

que pode ser adicionada., com garantia de ausência de nocividade. Embora uma dada substância seja admitida como aditivo alimentar, essa classificação nunca tem carácter definitivo, pois podem surgir novos dados toxicológicos que determinem a sua exclusão. Para conseguir o máximo de segurança, estabelece-se um índice denominado IDA - Ingestão Diária Admissível -, que é a quantidade máxima de um determinado aditivo que uma pessoa pode tomar diariamente, durante toda a sua vida, sem que isto represente um risco importante para a sua saúde.

Segundo a finalidade do seu uso, podemos classificar os aditivos nas seguintes categorias: corantes; conservantes; antioxidantes; emulsionantes; estabilizantes; adoçantes.

No caso dos adoçantes, como cada vez mais as pessoas se preocupam com a saúde e com a manutenção do peso adequado, o consumo destes, que inicialmente foi desenvolvido visando os diabéticos, passou então a ser muito consumido pela população em geral. Os adoçantes dietéticos, também chamados de edulcorantes, são substâncias que apresentam um poder adoçante muito superior ao da sacarose (açúcar refinado) e, por isso, são utilizados em quantidades bem menores se compararmos ao açúcar de mesa. Os edulcorantes possuem duas classificações:

Naturais: frutose, sorbitol, manitol.

Artificiais ou sintéticos: aspartame, ciclamato, sacarina, acesulfame-K,

sucralose.

Entre os adoçantes, a sacarina e os ciclamatos estão proibidos na Comunidade Europeia. No entanto, a legislação permite o seu uso em certos produtos como bebidas refrigerantes.

No caso do aspartame, este é um adoçante artificial usado em mais de 6.000 produtos alimentares e farmacêuticos, incluindo refrigerantes, pastilhas elásticas, doces, iogurtes, xaropes e antibióticos para crianças. A dose média de consumo diário humano foi calculada em cerca de dois a quatro miligramas por quilo de peso (mg/kg), embora a legislação autorize, actualmente, uma ingestão diária de 50 mg/kg nos EUA e de 40 mg/kg na União Europeia. O estudo agora conduzido pelo Centro de Investigação do Cancro da

Fundação Ramazzini de Bolonha (Itália) concluiu, através dos resultados obtidos, pela primeira vez, que esta substância é um agente carcinogénico. Este aumento foi observado a partir dos 20 mg/kg, uma dose inferior à actualmente permitida pelos regulamentos comunitários e norte-americanos. Os cientistas acrescentam que a Organização Mundial de Saúde reconhece que os ensaios conduzidos a longo prazo em roedores são altamente indicativos do risco de cancro para os humanos. Face aos resultados, e não estando ainda a totalidade dos dados disponíveis, a Autoridade Europeia para a Segurança Alimentar (EFSA) considera que não existe ainda fundamento para recomendar alterações nas dietas dos consumidores no que se refere ao aspartame,

mas vai analisar a informação.

Apesar das tabelas que algumas pessoas fixam no frigorífico, para controlarem o emprego dos aditivos nos alimentos, o consumidor dificilmente tem ideias das doses usadas. No entanto, uma atitude crítica e hábitos de consumo mais racionais podem exercer alguma acção positiva entre os fabricantes. É preferível, deste modo, escolher produtos com poucos ou nenhuns aditivos. Quanto mais elaborado e complexo for o produto, maior será o seu conteúdo em aditivos. E, embora muitas vezes sejam indispensáveis, os aditivos nunca devem constituir um segredo para o consumidor, o qual deve evitá-los se quiser.



Parabéns a vocês!

O Cruz Alta tem a alegria de apresentar os assinantes que celebraram ou celebram nestes meses mais um aniversário:
A todos, um grande abraço de parabéns!

Em Agosto:

2-Francisco Salema Garção; Maria Isabel Wemans;
3-Felisbela Pereira;
4-Dalila das Dores Silva; Lucinda Ansiães;
5-Florindo da Silva Ventura; Paulo Brito e Cunha;
6-Jerónimo de Jesus Morais;
7-Ana Isabel Nunes; Mariana Costa Marques;
9-José Madeira;
10-Diogo Vassalo Forjaz; Pedro Laborde;
11-Sara Inglês Diniz; Tiago Costa Reis;
12-Amélia de Lacerda Tavares;
13-Hugo Barreto Tranco;
15-Paulo Inácio Fernandes;
16-Luís Silva Leitão;
17-Joana Batista Pedro;
21-Helder Costa Reis; Vanessa Filipa Rosa;
22-Miguel Morais Antunes;
23-Eurico Tristão Luís;
24-Leonor de Sousa Araújo;
25-Maria de Fátima Teixeira;
31-Maria Manuela Alvelos.

Em Setembro:

7-Carlos Alberto Moreira;
9-Catarina Pereira; Clementina Silva; Joaquim Fernandes ;
11-Miguel Vassalo Forjaz;
14-Ana Catarina Rodrigues;
15-António Rodrigues Almeida; Antónia das Dores Rodrigues;
16-António Luís Leitão; Tomás Salema Garção; Maria Inês da Cruz;
19-Cátia Silva Gomes; Inês Silva Vasquez;
20-Eduardo Valentim; Maria Gorete Cacho;
21-Lisete da Piedade Serra;
23- Pedro Frade Almeida;
24-Maria Clara Valente;
26-Maria Manuela Félix; Maria Bettencourt Vieira; Tânia Alexandra Silva;
27-Gabriela Silva Vasquez;
30-Maria Celeste Salema Garção; Sofia Gaivão.

FERNANDO & SANTOS, Lda.

Papelaria, Livraria e Tabacaria

Rua Pedro de Cintra, Nº 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

António Monginho

~ Poeta

Guilherme Duarte

António Monginho é um poeta eborense bastante conceituado e respeitado entre os seus pares. Freqüentador assíduo das velhas tertúlias literárias, conviveu com alguns dos maiores nomes das nossas letras. Reformado da função pública, radicou-se em Sintra, onde reside há mais de uma década.

Dedica o seu tempo, quase exclusivamente, aos seus grandes amores: a esposa, a filha, o neto e a poesia.

Eu, que me orgulho de ter o privilégio de contar com a sua amizade, posso afirmar que, para além de estarmos perante um poeta de eleição, estamos também na presença de um **HOMEM BOM**. Dos poucos que ainda restam.

“Os «amigos» de hoje são como as andorinhas, chegam quando a estação é propícia e fogem quando o mau tempo se aproxima”

Voltar à Terra

*António Monginho
Natal 2003*

VOLTAR À TERRA.
Recomeçar o ciclo.
Ajustar o trigo
à felicidade das espigas.

Perdidos na noite.
As gargantas secas.
As vítimas do Mundo
clamam por Justiça.

As crianças
crescem
com os olhos amargos.

Pode o poeta calar-se?



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

Lúpus: A doença da "borboleta"

O que é o Lúpus?

É uma doença complexa em que as defesas do organismo perdem a capacidade de reconhecer o próprio organismo, reagindo erroneamente contra células normais, causando lesões várias. É uma doença auto-imune, do foro da Reumatologia.

A sua causa é desconhecida, afectando pessoas de qualquer idade, raça ou sexo, embora seja mais frequente no sexo feminino e no grupo etário dos 30 anos. Pode existir uma certa predisposição hereditária, mas não é uma doença con-

tagiosa, infecciosa ou maligna.

Há dois tipos de Lúpus:

1- Lúpus Eritematoso Discóide ou Cutâneo

Afecta apenas a pele, provocando manchas arredondadas e avermelhadas, normalmente na cara, pescoço ou cabeça, assumindo frequentemente o aspecto e a forma de uma borboleta. A exposição solar agrava estes sintomas, porque a pele é muito sensível à luz, assim como o stress e o tabaco. A medicação com um creme com corticosteróides é geralmente eficaz.

2- Lúpus Eritematoso Sistémico

Verifica-se uma inflamação de diversos tecidos ou órgãos, indo o grau da doença de ligeiro a debilitante, dependendo da quantidade e da variedade de anticorpos que surgem e dos órgãos atingidos.

Devido à grande variedade de sintomas que esta doença apresenta, o Lúpus pode parecer-se com muitas outras doenças. Por exemplo, no Lúpus é habitualmente afectado o tecido conjuntivo das articulações, sintomas que atingem cerca de 90% dos doentes, e a artrite daí

"Afecta apenas a pele, provocando manchas arredondadas e avermelhadas, normalmente na cara, pescoço ou cabeça, assumindo frequentemente o aspecto e a forma de uma borboleta"

resultante pode parecer-se com a artrite reumatóide.

Quando lesa o cérebro, pode ter manifestações semelhantes a uma epilepsia ou a qualquer perturbação psicológica.

Pode também começar com febre, que se torna arrastada. Embora seja uma doença crónica e persistente, manifesta-se, em geral, de forma intermitente.

Outros órgãos podem adoecer, particularmente a

pele, as articulações, o sangue, o coração, os rins, os pulmões, o fígado, o cérebro e o sistema nervoso, de forma ligeira a muito grave.

Diagnóstico

O Lúpus, como pode ser confundido com outras doenças, necessita da realização de vários exames laboratoriais, alguns deles demorados e, em certos casos, da biopsia da pele ou do rim.

Tratamento

O tratamento depende dos órgãos atingidos e da gravidade da doença, embora sintomas e complicações possam ser atenuados. A simples aspirina pode ser indicada nos casos ligeiros. A cortisona está indicada nos casos mais graves, na tentativa de controlar o processo inflamatório, e os imunossuppressores para suprimir o ataque auto-imunitário.

A mãe do "ZP" nasceu para a vida eterna

Toda a equipa do Cruz Alta manifesta ao "colega" Zé Pedro a sua profunda amizade neste momento menos fácil na sua vida, com o nascimento para a vida eterna da sua mãe.



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



"Não é Deus que nos pede para o comungarmos. Nós é que precisamos desse alimento «como do pão para a boca»"



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

ESPECIALIDADES

DA CASA:

- Arroz de Tamboril
- Açorda de Marisco
- Bacalhau à Apeadeiro
- Escalopes à Archiduc
- Bifes à Café
- Arroz-Doce



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

Recantos da nossa terra

Mafalda Pedro
Paulo J. Francisquinho

Colares e Praia Grande

Caro Leitor, Neste mês quente e de praia, convidamo-lo a conhecer Colares e a Praia Grande.

Saindo de Sintra na direcção de Seteais, o percurso é mais bonito e verdejante, com as suas curvas cobertas de vegetação abundante. Passe o Parque de Monserrate e deixe-se conduzir por entre fontes e

pequenas quintas até à Eugaria. Neste lugar, venera-se Santa Rita de Cássia e pode ser visitada a Capela da Piedade. Esta é uma zona de quintas e lugarejos que merecem a sua visita.

Colares é a próxima vila no seu percurso. A exuberância da vegetação e a fama dos vinhos são um chamariz desde o tempo dos romanos. As ruínas do castelo da condessa

alemã ainda existem, escondidas dentro de uma propriedade particular, pertinho da igreja Matriz. Infelizmente, estão em muito mau estado e já pouco nos resta, se não imaginarmos o que terá sido noutros tempos.

Na Vila de Colares pode visitar a Capela de Milides, a Capela, próxima do pelourinho, devota a N^ª S^a da Misericórdia, a Capela de São Sebastião e a bela Igreja Matriz, com uma grande abóbada, oito capelas laterais e arco do triunfo.

Colares e a sua várzea merecem um passeio mais aprofundado e a pé, que lhe daremos a conhecer numa próxima edição.

Siga, de seguida, as indicações que o levarão até à estrada principal, as indicações em direcção à

Praia Grande. Esta é, sem dúvida, a praia por excelência da freguesia de

piscina oceânica a norte. A sul existe uma pequena furna escavada pelas

metros do areal, encontram-se ao abandono estas pegadas que são muito fundas e correspondem, pelo menos, a dois tipos de animais (herbívoros e carnívoros), num total de 66 pegadas, 55 das quais distribuídas por 11 rastros que parecem ter sido feitos por animais bípedes, estando as restantes aparentemente isoladas.

Vale a pena subir os 137 degraus, pois a vista é magnífica.

Aproveite e mergulhe nas águas límpidas do oceano e aproveite para conhecer mais profundamente esta praia. Aventure-se até à Praia Pequena que, apesar de pouco acessível, é uma jóia da natureza. Mas, não se esqueça de que está numa zona de arriba, sensível a quedas.

Até à próxima e bom passeio!



Colares.

Muito frequentada por quem procura banhos de mar e desportos radicais (surf, bodyboard). Aliás, neste local, assiste-se, todos os anos, a uma prova do Campeonato Mundial de Surf/Bodyboard. Apresenta um extenso areal com cerca de 3 Km de extensão.

Está enquadrada pelo Hotel das Arribas e pela sua enorme

ondas. Também, na parte sul, é possível visitar e ver as jazidas de pegadas de dinossauros da idade cretácea. É no topo de uma destas camadas, com cerca de 115 milhões de anos, junto à escadaria que leva à praia, que se podem observar um conjunto de pegadas de dinossauros postas a descoberto pela acção da erosão sobre estas rochas. Apenas a 50



Máquinas quase voadoras...

Paula Penaforte

Hoje pretendo lançar um pequeno alerta sobre uma invenção que rola a altas velocidades pelos nossos passeios e não só – o Skate – quase me atrevia a chamar-lhe diabólica invenção, mas...enfim.

Entendo que seja uma desafio e um "arrepio na espinha" andar, equilibrar-se, saltar, pular, etc. e tal com essas rodinhas loucas e uma tábua nos pés, até aceito que não há assim tantos espaços em Sintra para a prática de tal "desporto", mas já existem alguns locais. Agora o que não entendo é a loucura e a falta de civismo e de educação que, infelizmente, alguns dos nossos jovens dão provas, ao rolarem indiscriminadamente pelas pessoas e nos locais menos próprios!

O passeio pedonal da Estefânia, onde os mais idosos e as crianças andam, cheios de cuidados para não caírem nas ratoeiras dos desníveis das pedras, ou à vontade porque não há trânsito, não

me parece ser um local ideal para o desempenho dos nossos acrobatas ou aspirantes a tal. Isto para não falar nas escadas e "arcada" da C.G.D., onde os degraus e os pilares mostram o ataque a que têm sido sujeitos com as pancadas dos ditos skates que lhes arrancam pedaços! O barulho nessas arcadas é ensurdecador e pobres dos moradores!

Quanto à Estefânia, é de lamentar o espectáculo a que tantas vezes assisto, que me dá uma vontade enorme de tomar alguma medida (daí estar a escrever), que é ver pessoas de bengala, outras carregadas de sacos ou com crianças ao colo, estacarem ao verem aquelas "gloriosas máquinas quase voadoras" correrem na sua direcção não lhes deixando espaço de manobra. Sim, porque se tentam dar um passo seja para que lado for, levam com um dos meninos em cima, com skate e tudo! Coisa que, aliás, não é a primeira vez que acontece,

nem será, decerto, a última.

Ora eu pergunto-me: se existe na Portela um espaço para os nossos "skatistas" onde podem fazer barulho, acrobacias e doideiras que lhes der na cabeça, porque não o utilizam e deixam as ruas e passeios livres para quem apenas deseja utilizar os dois pezinhos que Deus lhe deu? Porque não nos dão tréguas às canelas, sustos, más educações?

Se têm todo o direito a divertir-se como bem entendem, não devem esquecer que o seu direito termina onde começa a liberdade e direito dos outros, e todos temos o mesmo direito de andar calmamente pelas ruas da nossa vila sem sermos molestados por algum menos hábil "skatista"!

Aos que usam com moderação e juízo o skate, obrigada, e se possível ensinam, com o vosso exemplo, os companheiros menos "dotados" quer de educação quer de prática.

AROMA
da terra



SOL para todos mas com Prevenção!
Linha Solar AROMA DA TERRA
Um bronzado bonito e duradouro ...



Protector Solar Écran Total

Desenvolvido para peles sensíveis, protege a pele dos raios solares UVA e UVB.

Bronzeador F6

Proporciona um bronzado natural, uniforme e duradouro, mantendo a pele hidratada e saudável.

Leite Solar FPS 30

Formulado com compostos muito suaves e de elevada protecção, este leite é indicado para as peles mais sensíveis ou com pouca habitação ao sol.



Venha conhecer os produtos AROMA DA TERRA!

Linha de Atendimento ao Cliente
800 203 837 (GRÁTIS)

AROMA DA TERRA - Cosméticos Naturais, Lda.
Rua Dr. Sousa Martins, 9 - Apartado 364
2728-902 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



José Pedro Salema

Passemos à outra margem

(icne.congresso@patriarcado-lisboa.pt)



que nada conseguirei sem Ele - parece que, muitas vezes é difícil de entender, e acontece-me passar por momentos difíceis de choro, raiva --- adeus! E eis que me encontro novamente num deserto, rodeado de toda a espécie de contradições e medos que me assolam e me

todos os passos que dou. E rezo muito para ter sempre presente o rumo do caminho que quero seguir, o meu caminho, e nenhum outro!
Às vezes recrimino-me por ser como sou, e nas minhas orações peço a Deus que me ajude a ser sempre e cada vez melhor. Que corrija os meus passos e me encaminhe na senda do "bom caminho". Mas sei que isto só terá valor se o esforço fôr uma constante em cada dia que passa.

de leve, para não nos assustar...

E quando consigo descobrir que o mar que me rodeia é o meu Mar da Tranquilidade, por onde a barca vai a correr. E o Tempo contará a idade que a mesmo há-de vencer!

Tenho um grande prazer em escrever o que me vai na alma, pois é uma forma de partilhar a minha vida. E de me sentir com mais coragem para enfrentar as adversidades do dia-a-dia sabendo que nunca estou só. Sabendo que a minha caminhada que me conduz a Deus, também é a caminhada de todos vocês, que dão os mesmos passos que eu, que sentem os mesmos problemas que eu e que têm exactamente os mesmos medos que eu tenho. E, assim, mesmo sem saberem, cada um está a contribuir para me ajudar a suportar esta cruz.

Só o sofrimento de cada um de nós, e a consciência de que consigo ver Jesus no teu rosto, em ti que estás ao meu lado, é que me faz sentir que a morte de Cristo, aqui em baixo na terra, serviu para qualquer coisa. Mesmo que essa



coisa seja transcendente e transborde em muito a minha capacidade de compreensão.

Jesus, que esse alimento que és Tu, que eu recebo em cada Eucaristia, me ajude a viver o Teu Evangelho com coragem e humildade. E que o meu rosto fique sereno, para que eu possa transmitir também aos outros, o verdadeiro milagre que se passa quando alguém deixa que Tu fluas através de si.

Meu Deus, que neste Ano da Eucaristia e de Missão na Cidade, desça até nós o Teu amor, cresça em nós a Tua Fé.

Foi num destes dias de Agosto que, ao ler o Evangelho do dia, mais precisamente Mateus 14, 22-33, me senti impelido a fazer um pequeno exame de consciência. É que percebi que aquela leitura era também para mim. Cada frase, saboreada de todas as maneiras, estava a abanar-me e afligir-me mostrando-me, uma vez mais, que no mar da tranquilidade onde navega a minha vida, a vida que Deus me deu, qualquer ondazinha me faz estremecer! Qualquer dificuldade que apareça e no meio de tantas tentações e adversidades

com que tropeço todos os dias, são impedimentos para que eu chegue "à outra

"Jesus virá até nós, para nos acalmar o nosso mar da tempestade, caminhando sobre as águas"

margem".

E é nestas alturas, quando me sinto mais frágil, mais vulnerável, mais só do que nunca, que a minha fé é posta à prova. Quando me sinto enfraquecido e no limite das minhas forças, rezo desesperadamente à procura da mão amiga que estará comigo "até ao fim dos tempos".

Mas esta mensagem que Jesus me quer transmitir -

fazem tremer, tal como aquela barca dos discípulos sofreu, quando tentavam ir para a

outramargem, tal como Cristo lhes havia pedido.

E eu, que todos os dias caio sob a força das tentações, lembro-me que não é possível chegar à outra margem sem sofrer a prova das vagas e do vento contrário.

Desta maneira, o cansaço desta travessia é um desafio constante à minha fé. Que me faz sentir que sou pequenino e que preciso muito d' Ele em

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

VEDICERCA
 Produtos com Qualidade para Vedações de Escolas • Polidesportivos Industriais • Moinhos • Jardins • Estaleiros • Protecção da Natureza • Agro-Pecuária

MELHORES VEDAÇÕES UM INVESTIMENTO COM TODA A SEGURANÇA

PAINÉIS PLASTIFICADOS

VEDAÇÕES • REDES • ARAMES • POSTES

PONTE FRIELAS - APARTADO 6 - 2671-901 LOURES
21 998 700 - Fax: 21 998 709

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



Festas de despedida ~ N.^a S.^a do Cabo Espichel

Adeus, Senhora do Cabo!



PATRIMÓNIO DE AMOR

Vieste até nós,
Até S. Martinho, em Sintra,
E connosco ficaste.
Agora vais partir,
Mas o tempo, esse permanece,
O tempo que habitaste a nossa terra.
Momentos vividos, momentos guardados,
Qual tesouro sem preço,
O tempo que estivemos juntos!
Reflexo das cores que pintaram a nossa Festa!
Cores que o tempo não apaga.
Contigo, construímos memórias,
Património de amor, de afectos, de fé... de união!
Contigo, construímos pontes,
Entre as margens do tempo,
Onde escrevemos a História!
Contigo não deixámos apagar a chama,
Uma luz que perdurará,
No coração daqueles que, da próxima vez,
Se darão na força de um abraço,
Para acolher o Teu regresso!
Os nossos filhos. Os nossos netos.
E nós! Sempre!
Obrigado, querida Mãe!

Fátima Rodrigues

3 DE SETEMBRO – SÁBADO

09,00 h. – **Alvorada.**

09,00 h. – Desfile, na Freguesia, da **fanfara dos Bombeiros Voluntários de Sintra** para anunciar a abertura das festas.

11,00 h. – Abertura da exposição «**O CONCELHO DE SINTRA FRENTE AO FUTURO**», na Volta do Duche.

11,30 h. – **Abertura do grande arraial**, no Terreiro Rainha D. Amélia.

12,00 h. – Abertura da exposição da **JUVEBOMBEIRO**, instalada na Volta do Duche.

15,00 h. – Inauguração da exposição «**SABORES DE SINTRA - AS QUEIJADAS E O VINHO RAMISCO**», na Galeria Municipal do Museu Regional de Sintra.

15,30 h. – **GRANDE CORTEJO REGIONAL DE SINTRA**

- actividades económicas, do trabalho, de solidariedade social, desportivas, culturais, recreativas, etc. do Concelho de Sintra.

16,30 h. – **REVIVER O TRAJO SALOIO** – passeio dos elementos dos ranchos e grupos folclóricos no Terreiro Rainha D. Amélia.

19,00 h. – **PROCISSÃO DE N.^a S.^a DO CABO ESPICHEL** da Igreja Paroquial de S. Martinho para o Terreiro Rainha D. Amélia, que integrará os «ex-libris» representativos das comunidades da Unidade Pastoral de Sintra.

19,30 h. – **EUCARISTIA CAMPAL** no Terreiro Rainha D. Amélia, presidida por Sua Excelência Reverendíssima o Bispo Auxiliar do Patriarcado de Lisboa, D. Carlos Azevedo.

20,30 h. – Abertura da iluminação decorativa (após a eucaristia campal).

20,30 h. – Regresso, em procissão, da Imagem de N.^a S.^a do Cabo Espichel à Igreja Paroquial.

21,45 h. – Actuação, na escadaria do Palácio, do **Grupo Coral «ARDECORO»**.

22,30 h – **Espectáculo musical** com o **PADRE DANIEL** e a sua banda.

24,00 h – Encerramento do arraial.

4 DE SETEMBRO – DOMINGO

09,00 h. – **Alvorada.**

09,30 h. – **Cicloturismo** – 2.^o passeio na Freguesia de S. Martinho

10,00 h. – Continuação das exposições culturais e da exposição da **JUVEBOMBEIRO**.

11,30 h. – **Abertura do arraial.**

15,30 H. – Cortejo «**VEÍCULOS COM HISTÓRIA NO CENTRO HISTÓRICO DE SINTRA**» - desfile de automóveis, veículos de bombeiros, transportes públicos e de serviços especiais, motas, motocicletas e ciclomoteres antigos.

17,30 h. – «**Poemas Marianos**» na Igreja Paroquial de S. Martinho.

19,00 h. – **Eucaristia** na Igreja Paroquial de S. Martinho.

20,00 h. – Abertura da iluminação decorativa.

22,00 h. – Actuação do **Grupo de Música Popular «Fruta da Terra»**, na escadaria do Palácio Nacional.

22,30 h. – **Concerto** pelo artista musical **EMANUEL** e a sua banda.

24,00 h. – Encerramento do arraial.

N.ª S.ª do Cabo Espichel ~ Festas de despedida

5 DE SETEMBRO – 2ª FEIRA

- 10,00 h. – Continuação das exposições culturais e da exposição da JUVEBOMBEIRO.
- 18,00 h. – **Abertura do arraial.**
- 18,15 h. – **Oração de Vésperas** na Igreja Paroquial de S. Martinho.
- 19,00 h. – **Eucaristia** na Igreja Paroquial de S. Martinho.
- 20,00 h. – Abertura da iluminação decorativa.
- 22,00 h. – Actuação do **Rancho Folclórico «As Lavadeiras do Sabugo»** e do **Grupo Folclórico de Belas.**
- 24,00 h. – Encerramento do arraial.

6 DE SETEMBRO – 3.ª FEIRA

- 10,00 h. – Continuação das exposições culturais e da exposição da JUVEBOMBEIRO.
- 18,00 h. – **Abertura do arraial.**
- 18,15 h. – **Oração de Vésperas** na Igreja Paroquial de S. Martinho.
- 19,00 h. – **Eucaristia** na Igreja Paroquial de S. Martinho.
- 21,00 h. – Abertura da iluminação decorativa.
- 22,00 h. – Concerto pelo grupo de música tradicional portuguesa **«Segredos da Lua».**
- 24,00 h. – Encerramento do arraial.



Foto oficial da Comissão das Festas de N.ª S.ª do Cabo Espichel da Freguesia de S. Martinho, que ao longo de quase meia década preparou o acolhimento à Veneranda Imagem.

7 DE SETEMBRO – 4.ª FEIRA

- 10,00 h. – Continuação das exposições culturais e da exposição da JUVEBOMBEIRO.
- 10,00 h. – **Abertura do arraial.**
- 10,00 h. – **VAMOS POUPAR ÁGUA** – atelier de pintura, jogos e teatro de marionetes - actividade para crianças promovida pelos SMAS.
- 14,30 h. – Continuação da actividade **VAMOS POUPAR ÁGUA.**
- 18,15 h. – **Oração de Vésperas** na Igreja Paroquial de S. Martinho.
- 19,00 h. – **Eucaristia** na Igreja Paroquial de S. Martinho.
- 20,00 h. – Abertura da iluminação decorativa.
- 21,45 h. – Actuação do **Grupo Coral 22 de Maio de 1925**, da Idanha, na escadaria do Palácio.
- 22,30 h. – **Espectáculo musical** com o conhecido artista **ROBERTO LEAL.**
- 24,00 h. – Encerramento do arraial.



8 DE SETEMBRO – 5.ª FEIRA

- 10,00 h. – Continuação das exposições culturais e da exposição da JUVEBOMBEIRO.
- 15,00 h. – **Abertura do arraial.**
- 16,00 h. – **ACTIVIDADES PARA IDOSOS:** visitas guiadas às exposições, à Igreja Paroquial de S. Martinho e à Sala-Museu de Arte Sacra da Igreja Paroquial.
- 17,00 h. – **Espectáculo de animação cultural** dedicado aos idosos, no recinto do arraial.
- 18,15 h. – **Oração de Vésperas** na Igreja Paroquial de S. Martinho.
- 19,00 h. – **Eucaristia**, na Igreja Paroquial de S. Martinho.
- 20,00 h. – Abertura da iluminação decorativa.
- 21,45 h. – **Actuação** do grupo de música popular **«Os Cavaquinhos»**, da Universidade da 3.ª Idade – Sintra, na escadaria do Palácio Nacional.
- 22,30 h. – Concerto pela **Banda da Sociedade Filarmónica «Os Aliados».**
- 24,00 h. – Encerramento do arraial.

9 DE SETEMBRO – 6.ª FEIRA

- 10,00 h. – Continuação das exposições culturais e da exposição da JUVEBOMBEIRO.
- 18,00 h. – **Abertura do arraial.**
- 18,15 h. – **Oração de Vésperas** na Igreja Paroquial de S. Martinho.
- 19,00 h. – **Eucaristia** na Igreja Paroquial de S. Martinho.
- 20,00 h. – Abertura da iluminação decorativa.
- 21,45 h. – Actuação do **Grupo de Música Popular Tradicional «Cantares»**, de Sacotes, na escadaria do Palácio.
- 22,30 h. – **Espectáculo musical** com a prestigiada **ORQUESTRA TÍPICA DE ÁGUEDA.**
- 24,00 h. – Encerramento do arraial.



Festas de despedida ~ N.ª S.ª do Cabo Espichel

10 DE SETEMBRO – SÁBADO

10,00 h. – Continuação das exposições culturais e da exposição da JUVBOMBEIRO.

11,30 h. – **Abertura do arraial.**

16,30 h. – Desfile, na Volta do Duche, dos ranchos folclóricos.

17,00 h. – **DANÇAS E CANTARES DA NOSSA TERRA** com a participação do Rancho Folclórico Etnográfico «Saloio» do MTBA, Grupo Folclórico e Cultural da Rinchoa e Grupo Folclórico «Os Camponeses», de D. Maria.

18,30 h. – **Fados Marianos** na Igreja de S. Martinho.

19,30 h. – **Eucaristia** na Igreja de S. Martinho.

20,00 h. – Abertura da iluminação decorativa.

21,45 h. – **CANTAROLICES**, grupo coordenado pelo Padre Carlos Jorge, na escadaria do Palácio.

22,30 h. – **Actuação** da conhecida **banda D'ZRT**, da telenovela «Morangos com Açúcar».

24,00 h. – Encerramento do arraial.

11 DE SETEMBRO – DOMINGO

09,00 h. – Alvorada.

10,00 h. – Continuação das exposições culturais e da exposição da JUVBOMBEIRO.

10,00 h. – **PROCISSÃO de N.ª S.ª do Cabo Espichel** da Igreja de S. Martinho para o Parque da Liberdade.

11,00 h. – **EUCARISTIA CAMPAL** presidida por Sua Eminência Reverendíssima o Cardeal Patriarca de Lisboa, D. José da Cruz Policarpo, no Parque da Liberdade, transmitida pela TVI.

11,30 h. – **Abertura do arraial.**

12,30 h. – **«GESTO DE DESPEDIDA»** - Procissão de N.ª S.ª do Cabo Espichel ao longo de dois cordões humanos, do Parque da Liberdade até à Igreja Paroquial de S. Martinho.

15,30 h. – **I CORTEJO EQUESTRE DE SINTRA** – desfile de carros de atrelagem, cavaleiros e amazonas.

21,30 h. – **Momento do fado**, na escadaria do Palácio.

22,00 h. – Encerramento das exposições culturais e da exposição da JUVBOMBEIRO.

22,30 h. – **Actuação** da banda brasileira **CANTA BAHIA**.

24,00 h. – Encerramento dos festejos.

12 DE SETEMBRO – 2.ª FEIRA

21,30 h. – **Sessão solene** para entrega de prémios, lembranças e diplomas, a realizar no Palácio Valenças.



17 DE SETEMBRO – SÁBADO

14,30 h. – Procissão de N.ª S.ª do Cabo Espichel da Igreja Paroquial de S. Martinho para o Terreiro Rainha D. Amélia, seguida da cerimónia de entrega da Veneranda Imagem à Freguesia de Almargem do Bispo.



INFORMAÇÕES:

Comissão das Festas

Rua Particular à Veiga da Cunha, 6, 2.º - 2710-606 Sintra
Telm 968 060 400 – fax 219 244 915

Postos de Turismo

Vila Velha – telf. 219 2341 157 – fax 219 241 623
Estação da C.P. – telf/fax 219 241 623

Cartório da Igreja Paroquial de S. Martinho – telf./fax 219 231 227

Cartório da Igreja Paroquial de S. Miguel – telf./fax 219 244 744

Cartório da Igreja Paroquial de S. Pedro – telf. 219 230 844

Exposição «Sabores de Sintra – as queijadas e o vinho ramisco»

Sáb. e Dom. – 14,30 às 19,00 horas

3.ª a 6.ª feira – 9 às 12 h. e das 14 às 18 horas
(aberta de 3 a 25 de Setembro)

HORÁRIO DO ARRAIAL

Dias 3, 4, 10 e 11 – 11,30 às 24,00 horas

Dias 5, 6 e 9 – 18,00 às 24,00 horas

Dia 7 – 10,00 às 24,00 horas

Dia 8 – 15,00 às 24,00 horas

HORÁRIO DA «TASQUINHA SALOIA»

Dias 3, 4, 10 e 11 – 11,30 às 24,00 horas

Dias 5, 6, 7 e 9 – 18,00 às 24,00 horas

Dia 8 – 15,00 às 24,00 horas

Nota: Este programa poderá sofrer pequenas alterações e/ou ajustamentos.

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 Setembro

Odete Valente



***No Jardim** – Durante estes meses, a actividade nos jardins dirige-se sobretudo à escolha e sementeira de diversas flores que darão a sua floração já no Outono ou no Inverno. Nesta época do ano decidimos as tonalidades que pretendemos e se as queremos semear misturadas, o que dá um efeito campestre.

***Nas Matas** – Os trabalhos silvícolas resumem-se à continuação dos que foram indicados para o mês anterior. Continua-se com a gemagem no pinheiro, bem como com a apanha do penisco, a arranca da cortiça, a destruição dos insectos que atacam o arvoredor, etc.

Quando acabados os trabalhos que se iniciaram em Julho, fica-se agora com algum tempo para descansar, pelo menos nesta área. Mantém-se, apesar de tudo, o alerta relativamente aos fogos.

***Sementeiras** – Açafates de prata, amores-perfeitos, assembleias, ásteres, begónias, bocas de lobo, calêndulas, casadinhos, centáureas, chagas, cravos, ervilhas de cheiro, esporas, estrelas do Egipto, galhardias, gipsófilas, goivos, lembra-te de mim, linhos, lobélias, malmequeres, maravilhas, mar-

garidas, miosótis, não-me- esqueças, papoilas, primaveras, saudades, sempre-vivas, vinha- virgem e violetas, entre outras tantas que podemos escolher.

***Na horta** – Os trabalhos para estes meses pouco diferem dos que foram indicados para Junho e Julho. E o mais importante são as regas, devido às temperaturas e ao clima seco da época. Devem ser abundantes, de manhã ou, o que é preferível, à tarde. Quando o sol vai alto, na hora intensa do calor, nunca se deve regar.

Mas, para além da rega, é necessário sachar a terra, pois só assim se mantém o terreno fresco e limpo.

Apesar destes meses não serem indicados para sementeiras, fazem-se as dos agriões, alfaces, rabanetes e chicória. Semeiam-se também nesta época as cenouras e couve-nabo que se querem apanhar no Outono e Inverno, bem como as couves, repolhos e favas que se apanham na Primavera.



Mousse de Manga



Composição :

- 1 lata de polpa de manga
- 2 folhas gelatina branca
- 5 ovos
- 1 gelatina de pêssego
- 1 lata de leite condensado

Preparação:

Ponha as folhas de gelatina de molho em água fria.

Comece por fazer a gelatina de pêssego, levando ao lume a ferver 2 dl de água, logo que ferva dissolva o conteúdo de uma embalagem de gelatina, mexa bem e deite 2 dl de água bem fria. Deixe arrefecer.

Bate-se o leite condensado com as gemas dos ovos, depois junta-se a polpa de manga, a seguir junta-se a gelatina de pêssego já fria.

Em banho maria dissolva as folhas de gelatina, logo que desfeitas e através de um passador adicione ao preparado anterior. Mexa bem. Por fim bata as claras em castelo bem firme, e envolva no preparado anterior.

Coloque a mousse numa bonita taça de vidro e leve ao frigorífico pelo menos 6 horas.

Gabriela Garcia, Fisioterapeuta e Osteopata



Ginástica para todos

Exercício 1

Sentado no chão de pernas afastadas em V e esticadas, aponte os dedos dos pés para o solo e depois flecta-os (dobre-os) para cima e para trás (quadre-os) na direcção do joelho.

Repita este exercício 10 vezes.



Exercício 2

Sente-se no chão de pernas esticadas para a frente, com os joelhos e os calcanhares a tocarem-se, mas as pontas dos pés separadas e estes a apontarem para o chão.

Mantenha-se nesta posição durante alguns segundos e depois

descanse. Faça este exercício várias vezes seguidas.

Para evitar câibras no decurso do exercício, quadre os pés de vez em quando.

Ria-se por favor!

Dois leões fugiram do Jardim Zoológico, seguindo cada um o seu caminho.

Um deles foi para o campo e o outro foi para o centro da cidade. Depois de passada uma semana, para surpresa geral, o leão que voltou foi justamente o que fugira para o campo. Voltou magro e faminto. Passados oito meses o leão que fugira para o

centro da cidade foi recapturado. Voltou para o Jardim Zoológico, gordo e sadio. Mal ficaram juntos, o leão que fugira para o campo disse para o colega:

- Como é que conseguiste ficar na cidade este tempo todo e ainda voltas com essa saúde?
- O outro leão então explicou:
- Enchi-me de coragem

e fui esconder-me numa repartição pública. Cada dia comia um funcionário e ninguém dava pela falta dele.

- E porque é que voltaste? Tinham acabado os funcionários?

- Nada disso. Funcionários públicos é uma coisa que nunca se acaba. Só que eu acabei por cometer um erro

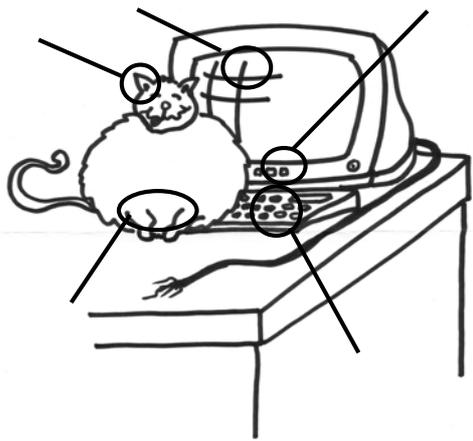
gravíssimo: Já tinha comido um director-geral, um director de serviços, um chefe de divisão, um chefe de repartição, um chefe de secção, funcionários diversos.

Nunca ninguém deu pela falta deles! No dia em que eu, por distração, comi o que servia o cafézinho... apanharam-me!

Descubra as 5 diferenças entre estes 2 desenhos:

Cristina Rocha

Soluções do número anterior:



- "Tem pastéis de nata, D. Matilde?"
- " Sairam mesmo agora, Manelinho...."
- " Ohhh... e quando é que voltam...?"



- "Tem pastéis de nata, D. Matilde?"
- " Sairam mesmo agora, Manelinho...."
- " Ohhh... e quando é que voltam...?"



Calendário Litúrgico em Setembro Ano A

José Pedro Salema
e Grupo Bíblico



Dia 1 - QUINTA-FEIRA da semana XXII

Leit 1 Col 1, 9b-14;
Sal 97, 2-3ab. 3cd-4. 5-6
Evang Lc 5, 1-11

Dia 2 - SEXTA-FEIRA da semana XXII

Leit 1 Col 1, 15-20;
Sal 99, 2. 3. 4. 5
Evang Lc 5, 33-39

Dia 3 - SÁBADO da semana XXII

Leit 1 Col 1, 21-23;
Sal 53, 3-4. 6 e 8
Evang Lc 6, 1-5

Dia 4 - DOMINGO XXIII DO TEMPO COMUM

Leit 1 Ez 33, 7-9;
Sal 94, 1-2. 6-7. 8-9
Leit 2 Rom 13, 8-10
Evang Mt 18, 15-20
«Se hoje ouvirdes a voz do Senhor, não fecheis os vossos corações.»

Dia 5 - SEGUNDA-FEIRA da semana XXIII

Leit 1 Col 1, 24 - 2, 3;
Sal 61, 6-7. 9
Evang Lc 6, 6-11

Dia 6 - TERÇA-FEIRA da semana XXIII

Leit 1 Col 2, 6-15;
Sal 144, 1-2. 8-9. 10-11
Evang Lc 6, 12-19

Dia 7 - QUARTA-FEIRA da semana XXIII

Leit 1 Col 3, 1-11;
Sal 144, 2-3. 10-11. 12-13ab
Evang Lc 6, 20-26

Dia 8 - QUINTA-FEIRA da semana XXIII

Leit 1 Miq 5, 1-4a ou Rom 8, 28-30;
Sal 12, 6ab. 6cd
Evang Mt 1, 1-16. 18-23 ou Mt 1, 18-23

Dia 9 - SEXTA-FEIRA da semana XXIII

Leit 1 1 Tim 1, 1-2. 12-14;
Sal 15, 1-2a e 5. 7-8. 11
Evang Lc 6, 39-42

Dia 10 - SÁBADO da semana XXIII

Leit 1 1 Tim 1, 15-17;
Sal 112, 1-2. 3-4. 5a e 6-7
Evang Lc 6, 43-49

Dia 11 - DOMINGO XXIV DO TEMPO COMUM

Leit 1 Sir 27, 33 - 28, 9;
Sal 102, 1-2. 3-4. 9-10. 11-12

Leit 2 Rom 14, 7-8

Evang Mt 18, 21-35
«O Senhor é clemente e compassivo, paciente e cheio de bondade.»

Dia 12 - SEGUNDA-FEIRA da semana XXIV

Leit 1 1 Tim 2, 1-8;
Sal 27, 2. 7. 8-9
Evang Lc 7, 1-10

Dia 13 - TERÇA-FEIRA da semana XXIV

Leit 1 1 Tim 3, 1-13;
Sal 100, 1-2ab. 2cd-3ab. 5. 6
Evang Lc 7, 11-17

Dia 14 - QUARTA-FEIRA da semana XXIV

Leit 1 Num 21, 4b-9 ou Filip 2, 6-11;
Sal 77, 1-2. 34-35. 36-37. 38
Evang Jo 3, 13-17

Dia 15 - QUINTA-FEIRA da semana XXIV

Leit 1 1 Tim 4, 12-16;
Sal 110, 7. 8. 9-10 ou Hebr 5, 7-9;
Sal 30, 2-3ab. 3cd-4. 5-6. 15-16ab. 20
Evang Jo 19, 25-27 ou Lc 2, 33-35

Dia 16 - SEXTA-FEIRA da semana XXIV

Leit 1 1 Tim 6, 2c-12;
Sal 48, 6-7. 8-10. 17-18. 19-20
Evang Lc 8, 1-3

Dia 17 - SÁBADO da semana XXIV

Leit 1 1 Tim 6, 13-16;
Sal 99, 2. 3. 4. 5
Evang Lc 8, 4-15

Dia 18 - DOMINGO XXV DO TEMPO COMUM

Leit 1 Is 55, 6-9;
Sal 144, 2-3. 8-9. 17-18
Leit 2 Filip 1, 20c-24. 27a
Evang Mt 20, 1-16a
«O senhor está perto de quantos O invocam.»

Dia 19 - SEGUNDA-FEIRA da semana XXV

Leit 1 Esdr 1, 1-6;
Sal 125, 1-2ab. 2cd-3. 4-5. 6
Evang Lc 8, 16-18

Dia 20 - TERÇA-FEIRA da semana XXV

Leit 1 Esdr 6, 7-8. 12b. 14-20;
Sal 121, 1-2. 3-4a. 4b-5
Evang Lc 8, 19-21

Dia 21 - QUARTA-FEIRA da semana XXV

Leit 1 Ef 4, 1-7. 11-13;
Sal 18 A, 2-3. 4-5
Evang Mt 9, 9-13

Dia 22 - QUINTA-FEIRA da semana XXV

Leit 1 Ag 1, 1-8;
Sal 149, 1-2. 3-4. 5-6a e 9b
Evang Lc 9, 7-9

Dia 23 - SEXTA-FEIRA da semana XXV

Leit 1 Ag 1, 15b - 2, 9;
Sal 42, 1. 2. 3. 4
Evang Lc 9, 18-22

Dia 24 - SÁBADO da semana XXV

Leit 1 Zac 2, 5-9. 14-15a;
Sal Jer 31, 10. 11-12ab. 13
Evang Lc 9, 43b-45

Dia 25 - DOMINGO XXVI DO TEMPO COMUM

Leit 1 Ez 18, 25-28;
Sal 24, 4-5. 6-7. 8-9
Leit 2 Filip 2, 1-11 ou Filip 2, 1-5
Evang Mt 21, 28-32
«Lembrai-Vos, Senhor, da vossa misericórdia.»

Dia 26 -

SEGUNDA-FEIRA da semana XXVI

Leit 1 Zac 8, 1-8;
Sal 101, 16-18. 19-21. 29 e 22-23
Evang Lc 9, 46-50

Dia 27 - TERÇA-FEIRA da semana XXVI

Leit 1 Zac 8, 20-23;
Sal 86, 1-3. 4-5. 6-7
Evang Lc 9, 51-56

Dia 28 - QUARTA-FEIRA da semana XXVI

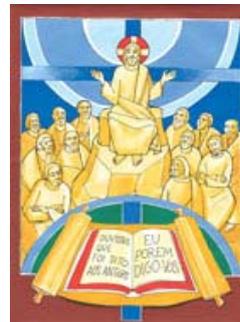
Leit 1 Ne 2, 1-8;
Sal 136, 1-2. 3. 4-5. 6
Evang Lc 9, 57-62

Dia 29 - QUINTA-FEIRA da semana XXVI

Leit 1 Dan 7, 9-10. 13-14 ou Ap 12, 7-12a;
Sal 137, 1-2a. 2b-3. 4-5
Evang Jo 1, 47-51

Dia 30 - SEXTA-FEIRA da semana XXVI

Leit 1 Bar 1, 15-22;
Sal 78, 1-2. 3-5. 8. 9
Evang Lc 10, 13-16



Tempo Comum

Intenções do Papa para Setembro

• **Não há liberdade sem liberdade religiosa.** Que o direito à liberdade religiosa seja reconhecido pelos governantes de todos os povos.

• **Liberdade religiosa e qualidade da democracia.** Que o anúncio de Evangelho, por parte das Igrejas jovens, favoreça a sua profunda inserção na cultura dos povos.



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

Prevenção

Férias

José Penaforte

As nossas tão ansiadas férias chegaram, e com elas os mil e um destinos que podemos eleger para gozar o merecido descanso anual. Parece-me altura de fazer alguns reparos em matéria de segurança, e muito mais haverá a dizer, mas fiquemos pelo básico e inteligível, e acima de tudo fácil, de cumprir e lembrar antes das saídas. A maior procura é, sem dúvida, a praia, seja ela no estrangeiro ou em Portugal, é um local de eleição. Será, portanto, por aqui que vou começar;

- Lembre-se que nem todas as nossas praias têm vigilância. Escolha preferencialmente as que têm meios técnicos de

salvamento, porque o mar tanto tem de cordeiro como de lobo.

- Mantenha-se sempre dentro dos limites estabelecidos da chamada **"Zona de Banhos"**, assim, não só estará numa área de segurança, como também, em caso de acidente, será socorrido com maior celeridade e menor esforço ou risco para quem o vai auxiliar.
- Atenção às exposições solares e entradas na água, bem como aos alimentos que ingere para que possa desfrutar dos prazeres da água sem perigo (infelizmente ainda hoje se morre no mar de congestão)
- Se leva crianças, então, **ATENÇÃO REDOBRADA!** A praia é um local de imenso

prazer e fonte de saúde, mas cada vez mais exige cuidados que nem todos temos;

- Não exponha os pequenitos a muitas horas de sol
- **Evite a praia depois das 11h da manhã!** A pele deles é bem mais sensível que a nossa e, por muito protegidos que estejam, é excessiva a intensidade solar.
- Não os deixe sozinhos à beira de água, ou sem vigilância pelo areal.
- Mantenha a pele das crianças bem protegida, não se esqueça de lhes pôr creme com frequência, em especial se entram e saem da água muitas vezes.
- **NÃO ESQUEÇA NUNCA DE LEVAR ÁGUA PARA A PRAIA** — não sumos mas

água. Se vai veranejar para outras paragens, lembre-se que é sempre preferível ter cuidados em excesso do que por defeito;

- Tente saber o máximo de informação sobre a segurança e meios de salvamento nas praias que vai frequentar, o que lhe é restringido e o que lhe é permitido.
- Seja cordato e cumpridor com as normas e directrizes que lhe derem nos locais. Os que ali estão sabem melhor os perigos e cumprem ordens e normas para a sua segurança.
- O ser um bom nadador nem sempre o livra de perigo.
- Se em Portugal é necessário cuidado com as zonas não vigiadas, no

estrangeiro esse cuidado triplica. Não ponha em risco a sua vida nem a de outros e lembre-se que nem sempre o socorro está "à porta", e que o mar continua a ter os seus "segredos".

- Em caso de perigo, tente manter a **"cabeça fria"** e **não esgote as forças**.
- Não lute contra correntes, tente encontrar um ponto em que possa sair delas, mas sem pânico, ou esforço físico em excesso.
- Não se aventure em águas que lhe são desconhecidas, desfrute mas sem exageros. Não mencionarei todos os cuidados com a pele e horas de exposição solar, apenas lembro que a pele, cada vez mais, deverá estar convenientemente protegida

com cremes de elevado grau de protecção, dada a fraca filtragem que vamos tendo (por culpa dos nossos excessos!) E que as horas de exposição não deverão ultrapassar as 11h da manhã e não deverão reiniciar-se antes das 17h. O dourado de uma pele num Verão, por muito bonito que seja, e apelativo, não se deve sobrepôr a uma pele saudável durante todo o ano. E o cancro de pele está a adquirir proporções bem grandes! Desta vez ficamo-nos pelo sol e beira-mar; numa próxima edição, falarei de outros destinos e suas normas.

Correio Electrónico

Bento XVI apresenta aos jovens «a verdadeira revolução»



Zenit.org 20-08-2005

COLÓNIA, sábado, 20 de Agosto 2005 - Bento XVI, apresentou a aproximadamente 800.000 jovens de 193 países, congregados na Vigília das Jornadas Mundiais da Juventude (JMJ) do sábado, «a verdadeira revolução» capaz de transformar o mundo, a que provem de Deus.

Acolhido com o mesmo entusiasmo e aplausos que seu predecessor, João Paulo II, criador destas Jornadas, o recém eleito bispo de Roma explicou, falando em cinco idiomas, que os santos «são verdadeiros reformadores».

«Quisera expressar de maneira mais radical ainda: só dos santos, só de Deus, provem a verdadeira revolução, a mudança decisiva do mundo», sublinhou ao dirigir-se aos rapazes e moças que encheram a explanada de Marienfeld, a aproximadamente 27 quilómetros de Colónia.

Entre os santos que propôs aos jovens como modelos de vida, mencionou as figuras de S. Bento, S. Francisco de Assis, S. Teresa D'Ávila, S. Inácio de Loyola, S. Carlos Borromeu, assim como os mais recentes testemunhos de Maximiliano Kolbe, Edith Stein, Madre Teresa de Calcutá e o Padre Pio.

Em seu discurso, interrompido sobretudo na segunda parte por muitos aplausos, o Santo Padre recordou que no século XX o mundo foi testemunha de «revoluções cujo programa comum foi não esperar nada de Deus, mas tomar totalmente nas próprias mãos a causa do mundo para transformar suas condições».

«E temos visto que, deste modo, um ponto de vista humano e parcial se tomou como critério absoluto de orientação. A absolutização do que não é absoluto, mas relativo, se chama

totalitarismo», afirmou falando do alto de uma colina artificial construída para a ocasião.

«Não são as ideologias que salvam o mundo—advertiu—, mas só dirigir o olhar ao Deus vivente, que é nosso criador, o garantidor de nossa liberdade, o garantidor do que é realmente bom e autêntico».

«A revolução verdadeira consiste unicamente em olhar a Deus, que é a medida do que é justo e, ao mesmo tempo, é o amor eterno. E, o que pode nos salvar senão é o amor?», perguntou sob um palco que lembrava a nuvem de Deus no Antigo Testamento.

O sucessor de Pedro reconheceu que «se pode criticar muito a Igreja. Sabemos, e o Senhor mesmo nos disse: é uma rede com peixes bons e maus, um campo com trigo e joio».

«O Papa João Paulo II, que

nos mostrou o verdadeiro rosto da Igreja nos numerosos santos que proclamou, também pediu perdão pelo mal causado no transcurso da história pelas palavras ou os actos de homens da Igreja», recordou.

«No fundo—esclareceu—, consola que exista o joio na Igreja. Assim, não obstante todos nossos defeitos, podemos esperar estar ainda entre os que seguem a Jesus, que chamou precisamente aos pecadores».

«A Igreja é como uma família humana, mas é também ao mesmo tempo a grande família de Deus, mediante a qual Ele estabelece um espaço de comunhão e unidade em todos os continentes, culturas e nações», reforçou.

«Aqui, em Colónia—concluiu—, experimentamos o lindo que é pertencer a uma família tão grande como o mundo, que compreende o

céu e a terra, o passado, o presente e o futuro de todas as partes da terra».

No Ano da Eucaristia convocado por João Paulo II (Outubro de 2004- Outubro de 2005), o Papa quis que o protagonista fosse Jesus Eucaristia, motivo pelo qual o ato central do acontecimento foi a adoração do Sacramento.

Algumas das composições musicais que se interpretaram durante a Vigília foram tomadas dos cantos da Comunidade ecuménica de Taizé, cujo fundador, o irmão Roger, foi assassinado ao começar estas JMJ por uma desequilibrada.

Uma moça alemã e um jovem da Terra Santa apresentaram, durante o encontro, a «luz de Belém», acesa na cidade de Jesus no Natal de 2004. Em volta do altar havia doze mil velas que fizeram dessa noite uma «festa da luz».

Após o encontro, a grande maioria dos jovens permaneceram na própria explanada para passar ali a noite, entre cantos, conversas e novas amizades. Ali aguardam a missa que acontecerá na manhã deste domingo, presidida pelo Papa, na qual se espera a participação de um milhão de pé



Entretenimento

Sugestões do Mês

Vera Jesus
Hugo Ferreira

Literatura



Luz na Neve de Anita Shreve

Da mesma autora de *A Praia do Destino*, Anita Shreve, regressando agora com uma história de amor, coragem e tragédia, em que numa tarde de Dezembro é encontrado um bebé abandonado na neve. Um

romance que nos fala das formas que o coração humano sempre encontra para se poder curar.

Valor aprox. – 17,00•

Editora: Asa

Ano: 2005



Nas Mãos de Deus de Maria Anjos

A principal conclusão desta obra é a presença de Deus nas nossas vidas. Mesmo que não O vejamos, mesmo que fechemos o nosso coração à Sua obra e mensagem.

A autora faz por transmitir ao mundo palavras de amor, fraternidade e esperança, mas também um aviso para o estado actual do planeta e para os valores dominantes nas sociedades contemporâneas, tantas vezes e tão profundamente contrários à mensagem divina, verdadeira garantia da paz e da concórdia entre os homens.

Uma obra que se encontra repleta de revelações que, marcadamente proféticas, certamente nos farão repensar o nosso modo de estar na vida e o rumo que o mundo está a tomar.

Valor aprox. – 12,00•

Editora: Publicações Europa-América

Ano: 2005

Música



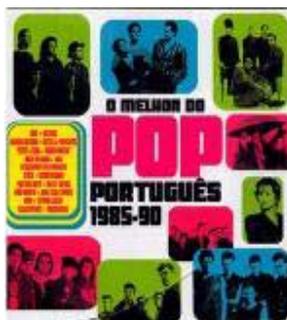
Transparente de Mariza

O novo álbum de Mariza, "Transparente", é uma lufada de ar na carreira da já conhecida Mariza. As suas canções, com alma e paixão pelos versos dos

poetas, nos quais busca constantemente a sua inspiração para escrever as suas músicas, embelezam este novo álbum.

Valor aprox. – 18.00•

Editora: E.M.I.



Melhor do Pop Português 1985-90

Um álbum a não perder para quem recorda com saudade os anos 80, onde se destacam bandas que marcaram ritmo na música portuguesa, tais como

GNR, Heróis do Mar, Xutos e Pontapés, Rádio Macau, Ban e muitos outros!

Valor aprox: 16.95•

Editora: E.M.I.



Cinema em casa



O Aviador

Um filme de Martin Scorsese escrito por John Logan

Sinopse

Martin Scorsese relata em "O Aviador" a vida de uma das figuras mais marcantes da América do

Século XX, Howard Hughes, um excêntrico multimilionário da América dos anos 30. A sua exuberante paixão por aviões e cinema marcou um período na história americana.

Mais um extraordinário filme de Scorsese, galardoado com mais de 40 prémios, entre eles 5 Óscares e 3 Globos de Ouro.

Género: Drama/Biografia

Ano: 2004

Duração: 168 minutos

Maiores de 12 anos



Brigada 49

Um filme de Jay Russell escrito por Lewis Colick

Sinopse

Jack Morrison (Joaquim Phoenix) luta contra um trabalho arriscado e exigente, deixando muitas vezes de parte a família, e conta com o apoio do seu

chefe e mentor, Mike Kennedy (John Travolta), e da sua segunda família – os homens do quartel. Mas, quando Jack fica preso no pior incêndio da sua carreira, a sua vida e tudo o que considera importante - família, dignidade, coragem - passam diante dos seus olhos. Enquanto os bombeiros da Brigada 49 fazem tudo o que podem para o salvar, Jack percebe, então, que há algo que tem por resolver - a sua vida.

Género: Acção/Drama

Ano: 2004

Duração: 115 minutos

Maiores de 12 anos

Internet

Google Earth

Faça o download no site <http://earth.google.com>. Depois comece a ver o planeta terra visto do espaço e faça zoom até à sua casa ou rua. **Simplesmente espetacular.**



Entretenimento

Falando de Cinema

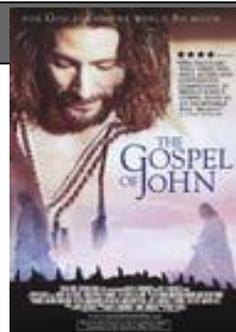
“O EVANGELHO SEGUNDO S. JOÃO”

Realizador: **Philip Saville**

Intérpretes: **Henry Ian Cusick** (no papel de Jesus)

Christopher Plummer (como narrador)

Idade: **M/12 anos** Duração: **3 horas**



Guilherme Duarte

Desde o início da 7ª Arte que várias gerações de cineastas, conquistados pelo misticismo da figura de Jesus Cristo e pelo mistério da duplicidade da sua natureza, se têm atrevido a adaptar para o cinema a Sua vida e a Sua mensagem. Nem todos, porém, foram felizes no seu trabalho. Na verdade, não foram muitos os filmes que conseguiram captar e transmitir a verdadeira dimensão da personalidade de Cristo, e muito menos a sublimidade da sua missão redentora. E, se em alguns casos os filmes não resultaram como se esperaria, por inabilidade ou limitações dos respectivos realizadores, outros houve em que, à partida, as intenções não eram as mais inocentes nem as mais honestas, dando origem a algumas películas classificadas como polémicas, mas que, no fundo, não eram mais que meros exercícios provocatórios.

São numerosas as versões cinematográficas já realizadas sobre a vida de Cristo. Porém, nem todas o foram com o rigor histórico exigível, ou porque se distanciaram demasiado dos textos sagrados, ou porque privilegiaram a ficção em detrimento da realidade, ou ainda por impreparação ou alguma superficialidade dos realizadores. Desde o velhinho “Rei dos Reis”, o primeiro de que me recordo, até à recente “Paixão de Cristo”, são imensos os filmes, séries e documentários dedicados à vida de Jesus. Quase todos

são obras com alguma qualidade cinematográfica, mas podem contar-se, talvez, pelos dedos aquelas que retratam Jesus com objectividade e com rigor. Há também alguns, como já atrás deixei entender, que apenas pretenderam denegrir a figura de Cristo, desmerecendo a sua credibilidade e negando a sua natureza divina. Por norma, não o fazem frontalmente, preferindo antes soprar a suspeição e sugerir o embuste. São os filmes ditos polémicos que geralmente colhem os favores da “crítica” e o aplauso de alguns pensadores “progressistas” que não disfarçam a sua aversão à Igreja e o desprezo que sentem pelas coisas de Deus.

Vem tudo isto a propósito do filme de Philip Saville, “O Evangelho Segundo S. João”, que recentemente estreou no nosso país, estranhamente numa única sala, em Lisboa, onde se manteve em exibição apenas durante duas semanas. Não se entende que, pertencendo os direitos de distribuição deste filme, em Portugal, à Lusomundo, nenhuma das inúmeras salas que esta empresa possui em todo o país tenha exibido esta película. Sou capaz de adivinhar porquê. Mas falemos do filme.

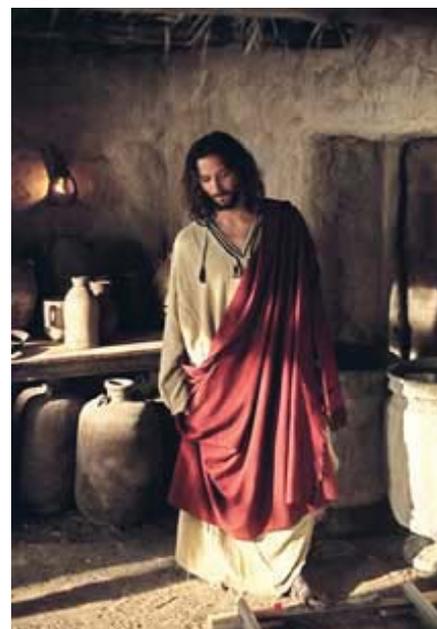
Na minha opinião, esta nova versão da vida de Jesus Cristo está longe de ser um filme fácil e não foi projectado para conseguir alcançar grandes resultados comerciais. Philip Saville não condescendeu com o

facilitismo, não pactuou com a especulação e rejeitou a polémica. O realizador limitou-se a pegar no evangelho de S. João, transcrevê-lo para o ecrã com fidelidade total e ilustrá-lo com imagens, algumas de grande beleza plástica, mas todas elas a retratar com bom gosto os usos, as tradições e a cultura da época em que Jesus viveu. Com a clarividência de quem sabe que lhe seria impossível transmitir por imagens a natureza divina de Jesus Cristo, Philip Saville optou por nos apresentar o Homem, e deixou que fosse Ele a falar-nos da Sua origem e da Sua missão na terra. Jesus, neste filme, aparece-nos como um homem do seu tempo, perfeitamente integrado no meio dos outros homens, com os mesmos gestos, os mesmos costumes e as mesmas emoções. Jesus relaciona-se perfeitamente com as gentes da sua terra, usa a sua linguagem, toca-lhes e sorri-lhes. É um Cristo sorridente que contemplamos durante as três horas que dura a projecção do filme. Mas, é também um Cristo que se comove, quando, junto ao túmulo de Lázaro, assiste à dor de Marta e de Maria, as irmãs do amigo falecido. E Jesus chora! Afinal, Ele foi também um ser humano, sem pecado, é certo, mas sujeito às mesmas fragilidades.

Não é fácil, e talvez não seja justo, eleger o melhor momento. Todo o filme é muito bom. A mim, pessoalmente, sensibilizou-me o encontro de

Jesus com a samaritana, junto ao poço de Jacob. Foi uma cena que me tocou particularmente, sem que eu seja capaz de explicar porquê. Talvez “Porque sim”, como argumentaria Ramon Sanpedro, o tetrapléjico de “Mar Adentro”.

Ainda um pormenor que ilustra o cuidado que o realizador pôs na preparação deste filme. Após o episódio da pesca milagrosa, quando, já na praia, Jesus fala com os seus apóstolos, o realizador apresenta um grande plano das mãos de Pedro. Umas mãos maltratadas pela dureza do trabalho piscatório, onde se destaca a sujidade das unhas, facto perfeitamente compreensível após uma noite dura de trabalho intenso. É apenas um pormenor insignificante, mas também é com pormenores que se fazem os grandes filmes, e este é, na verdade, um grande filme.



ANTIGA FÁBRICA

DE QUEIJADAS FINAS DA
★ PIRIQUITA ★

CONSTÂNCIA GOMES PIRIQUITA

PIRIQUITA

R. das Padarias, 1
2710-603 SINTRA

Telf.: 21 923 06 26 / Fax: 21 924 23 99

ESPECIALIDADES DA FÁBRICA:

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



ANTIGA FÁBRICA

DE QUEIJADAS FINAS DA
★ PIRIQUITA ★

CONSTÂNCIA GOMES PIRIQUITA

PIRIQUITA dois

R. das Padarias, 18
2710-603 SINTRA

Telf.: 21 923 15 95

Foto-comentário

A nfelizmente continuamos a encontrar bastos motivos para criticar a indiferença (ou será mesmo desprezo?) com que alguns dos nossos autarcas continuam a (não) tratar os problemas das crianças.

Agora, é o parque infantil da vila velha, em pleno coração do centro histórico de Sintra, que parece estar condenado à deterioração e ao abandono, como consequência de um incompreensível diferendo entre a Câmara Municipal, que o construiu, e a Junta de Freguesia de S. Martinho, que se recusa a aceitar o encargo de o conservar e de o manter funcional, alegando falta de condições financeiras para o

fazer. Resultado da disputa: alguns dos "brinquedos" que ali existem estão danificados há bastante tempo, principalmente os dois baloiços, que estão partidos há bastante mais de um ano, sem que ninguém tenha tido, até hoje, a "bondade" de os mandar reparar.

O abandono, que começa já a ser evidente, a que este parque infantil está votado, é tão incompreensível como o motivo que está na sua origem. O braço de ferro entre os dois órgãos autárquicos envolvidos, configura um jogo antigo muito conhecido dos portugueses, o jogo do empurra. Será que ainda ninguém percebeu que este é um jogo em que todos os

envolvidos acabam por sair derrotados?

Tivessem as crianças direito a voto e decerto mereceriam outra atenção por parte dos nossos "políticos", que parecem estar a esquecer-se de um pormenor importante. As crianças não votam, é certo, mas votam os pais... e votam também os avós.

Deixo aqui um apelo (Como eu gostaria de estar em condições de fazer um ultimato!):

Por favor, deixem-se de politiquices e entendam-se... de uma vez por todas! Por amor às crianças!

Última página

Será Verdade

N esta velhinha e amada Sintra acontecem coisas que... Bem, o melhor é passar ao relato de algo que presenciei e que me intrigou sobremaneira.

Todos sabemos que o eléctrico para a praia reiniciou as suas caminhadas carris fora há um ano sensivelmente. Inaugurado com pompa e circunstância, amado por uns quantos, apreciado por alguns e criticado por muitos outros, lá vai mantendo o seu ritmo, algo inconstante, relembrando uma *Sintra-Atlântico* de felizes e gratas memórias. Até aqui, nada a assinalar; todos podemos presenciar o querido "vermelhinho" descer e subir, com mais ou menos passageiros, e também podemos ver que os estrangeiros o apareciam tanto ou mais do que os nativos, utilizando-o com frequência.

E aqui começa uma história que gostaria de compreender, e talvez algum dia o consiga... quem sabe?

O eléctrico foi repensado para servir e atrair visitantes de outras nacionalidades, que nos visitam durante todo o ano, mas com mais intensidade no Verão, mas também nós, os habitantes e residentes, o utilizamos. E,

se muitos de nós levamos o carro para a praia, muitos há ainda que, não possuindo esse "precioso" auxiliar de locomoção, preferem desfrutar de um alegre passeio pelos recantos da paisagem sintrense (que já foi melhor, mas... enfim).

Um dia destes, resolvi fazer o mesmo que muitos dos meus conterrâneos e, deixando o carrinho arrumado no seu lugar, desci, sacola de praia ao ombro, o caminho para adquirir o bilhete e viajar no eléctrico calma e pacificamente. Bilhete na mão e lá fui para a paragem. Um grupo bastante grande de italianos, franceses e penso que holandeses ou coisa que o valha, aguardava a chegada de mais um eléctrico e, claro, comigo estavam também outros rostos, alguns conhecidos. A fila era grande, e havia portugueses pelo meio dos estrangeiros e à sua frente também.

Chegado o eléctrico, assisti a um espectáculo que não percebi e, perdoem-me, que me recuso a entender: Os primeiros da fila eram nacionais e entraram no carro, depois começaram a entrar os italianos e os restantes estrangeiros, mas os portugueses que estavam pelo meio foram ficando à porta do eléctrico, à espera de subir... Estranho, pensei,

por que não entram também, se estavam à frente dos outros? E lá foram ocupando os lugares todos, os nossos caros visitantes, e, acabada a remessa, é que nos foi permitido ocupar os restantes lugares, que, por mero acaso, eram só três!!! Os restantes, lá ficaram indignados e a comentar, à espera de novo eléctrico.

Será verdade aquilo a que assisti? Então nós somos postos à margem e só temos direito a lugares depois de estarem acomodados os que nos visitam?! Não pagamos o bilhete como os outros? Não tínhamos o nosso lugar na fila? Ser hospitaleiro, atencioso e cortês, tudo muito certo, mas isto é um desrespeito, uma falta de lisura e de educação! Onde é que nós estamos? África do Sul com o seu *Apartheid*?

Apenas deixo uma nota de reprovação aos responsáveis - o eléctrico foi posto de novo a funcionar para uso do **CIDADÃO**, seja lá ele quem for, e, caros senhores, as filas em qualquer país (mesmo nos da cauda da Europa) sempre foram para respeitar, senão não existiam!

FAÇAM O FAVOR DE RESPEITAR TAMBÉM O POVO DA TERRA!



Flagrantes da vida real

