



Cruz Alta

Director: P. Carlos Jorge Henriques Vicente

Ano IV ~ Fevereiro 2006 ~ Nº 29

Distribuição gratuita

III anos

30 edições ~ 60.000 exemplares

junto de si!



Dê uma tampa à indiferença!



ROTARY CLUB
DE SINTRA

Já entregues:

1 carrinha

6 cadeiras de rodas

Centrais

Editorial

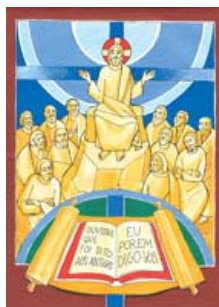
Um sorriso



Guilherme Duarte

O homem do nosso tempo anda zangado. Zangado com os outros homens, descontente com a vida e aborrecido consigo mesmo. Irrita-se com os outros, apenas porque eles existem; maldiz a vida porque ela não lhe proporcionou ainda todos os prazeres e mordomias a que se julga com direito; aborrece-se com ele próprio, muitas vezes sem saber porquê.

O homem do nosso tempo é uma pessoa mal-humorada. Carrega o sobrolho, aperta os lábios, mostra uma cara de poucos amigos e vive em permanente clima de desconfiança e de conflitualidade. Desconfia de tudo e hostiliza todos.

**O homem do nosso tempo já não sorri.**

É urgente mudar de atitude. Temos que começar por gostar de nós próprios para podermos, depois, gostar dos outros. Temos que ser fraternos, solidários e tolerantes. O nosso semelhante deve ser olhado, à partida, como um companheiro, nunca como um adversário. Ele deve ser para nós um irmão, nunca um inimigo. Um **"irmão de caminhada"**, como gostava de dizer o saudoso padre Lencastre.

Vamos todos aprender a sorrir. O sorriso é contagiante e ao multiplicar-se inundará o mundo e contribuirá, certamente, para mudar o homem.

Para melhor claro!

A melhor parte

O valor do tempo



Diác. António Costa

N a celeridade da vida, os tempos fortes matematicamente preparados pela Igreja para reavivar a nossa fé nos mistérios "balizadores" da nossa salvação, depressa se escoam.

Deixamos em 27 de Novembro o Tempo Comum (TC), já fizemos a caminhada do Advento/Natal, para retomarmos o tempo comum que interromperemos na 8ª semana para nos "recentrarmos" no tempo da Quaresma/Páscoa, a partir de 28 de Fevereiro.

É neste 1.º período desse TC que nos chega à mão mais um número do nosso "Cruz Alta".

Poderíamos perguntar-nos que novidade se gerou em nós, que novas atitudes, que renovação de coração o E. S. conseguiu operar em nós nessa festividade da espera-encontro com o Deus humanado no Verbo nascido de mulher.

Poderíamos e deveríamos, porque, se nos tais tempos fortes de Advento/Natal e Quaresma/Páscoa, nos dispomos a rever critérios e a abrir mais franca-

mente o coração a Cristo, é no TC que melhor nos pomos em questão face ao agir de Cristo no seu dia-a-dia, e nos damos conta do que seja, em cada momento, pautarmo-nos pelo **querer de Deus**.

Os desafios de cada momento, de cada circunstância, de cada acontecimento, são as nossas melhores justificações para nos demitirmos do esforço de crescer em Deus, procurando ter, uns para com os outros, os mesmos sentimentos de Cristo.

Este Cristo que, antes de iniciar a sua vida pública, se confrontou, primeiro, com essas mesmas circunstâncias e vicissitudes **o tempo necessário** (40 dias e 40 noites) deixando-nos um critério seguríssimo: desprendido de todas as seguranças e certezas (deserto) gastar o tempo necessário (40) para que o coração, em cada provocação do zelo de nós mesmos, da acomodação, da auto contemplação, saiba discernir e assumir o querer de Deus.

Durante estas 8 semanas do TC, a Igreja conti-

nua a guiar, cumprindo o ministério que lhe foi confiado, pelo trilho aberto pelo Mestre, inspirada pelo E. S., que nos foi dado, convidando-nos à docilidade sem reservas, na senda de Samuel, a mesma docilidade que faz de Cristo o "cordeiro de Deus". Este cordeiro é o Deus que entre nós amou sua tenda e é Senhor de todo o nosso ser, não só a alma, mas do corpo/alma/espírito e vontade.

São de Armelini as pistas, domingo a domingo em Fevereiro, que seguidamente partilho convosco:

5º domingo: A vida do homem é sofrida (L 1) mas Jesus dá-lhe um sentido e uma tensão redentora (Ev) ensinando a abraçar no amor à construção do Reino (L2) todos esses revezes.

6º domingo: Seja qual for a atitude do mundo face ao sofrimento e à doença (L 1), em Cristo a missão é sempre restaurar a comunhão, recuperando para a comunidade (Ev) ainda que tenhamos que pôr em causa os nossos interesses particulares (L2).

7º domingo: E a maior das doenças é o afastamento de Deus (L 1) da qual o homem sente não poder libertar-se por si mesmo, pois só Cristo salva (Ev.) e é imperativo que a vida seja sempre consonante com a fé proclamada (L 2)

8º domingo: Vale, pois, a pena acolher e procurar a intimidade que Deus lhe oferece, mesmo depois das nossas infidelidades (L 1) que não olha à fealdade e ao conspurcamento, fruto das repetidas adulterações, mas, com indefectível amor, nos retoma e nos purifica (Ev.) e é, por isso, justo que lhe respondamos com uma vida generosa e leal (L 2).

É para aprofundar a verdadeira dimensão desse amor por nós e nos darmos conta dessas "repugnâncias" em que Ele nos toma, que vamos entrar nesse **outro tempo necessário** para que fique perfeita e completa a obra (40): **Quaresma**.

Em humildade e contrição...mãos à obra...porque é este o tempo favorável, é este o tempo da salvação.

Os nossos Padres

Unidade Pastoral de Sintra/2006



P. Carlos Jorge

Uma folha de tempo.

Com a largura do Universo e a altura do Céu.

Disposta a acolher palavras com vida e vida em palavras.

Na sua superfície desabitada, cor da Paz e da Eternidade, iremos imprimir um Poema com coração.

Daqueles que têm amor por dentro.

Falará da nossa vontade de nos abraçarmos mais a Deus e do nosso desejo de nos ligarmos mais uns aos outros.

E de outros sonhos.

Criaremos com imaginação e entusiasmo,

com a naturalidade das crianças e a vivacidade dos artistas.

Escreveremos com a alma.

O nosso Poema será traduzido em mil idiomas

e cantado no mundo inteiro,

pois terá a beleza da comunhão,

a frescura da alegria,

a riqueza da verdade,

a intensidade de um espanto.

No final do Ano,

Deus irá ler o que redigimos.

E vai gostar!



Postais da Vila Velha

Drama na Ribeira de Sintra

Com o início de mais um novo ano, renovamos os desejos de felicidades, com muita saúde e paz, no mundo em geral e muito em particular às nossas famílias.

O mundo avança a uma velocidade frenética, e sentimos no dia a dia, escassez de tempo para fazermos tudo o que realmente gostaríamos de ver acabado.

E foi no meio deste mundo em que vivemos, em contínua revolução e que gira sem parar, que

no início deste ano, numa casa humilde da Ribeira de Sintra, faleceu, dramaticamente, uma irmã nossa. Salvou-se o marido, e um jovem de 14 anos que se refugiou na casa de banho. Os Bombeiros fizeram o seu melhor e o que lhes competia, apagando o fogo, e perguntando se havia alguém no interior da casa. O marido, nervoso, mal conseguiu dizer aquilo que veio a revelar-se verdade: a sua mulher estava na cama, e com dificuldade em andar, o que fazia com

recurso a uma bengala canadiana. Depois de várias tentativas efectuadas, no sentido de trazer a senhora à vida, pelo método da respiração boca a boca, não houve a menor hipótese, dada a quantidade de fumo inalado, que lhe afectou os pulmões e consequentemente, as vias respiratórias.

A vida continuará, certamente diferente para aquela família, bem como para outras, que perdem de modo violento familiares queridos, neste caso por



Fernando Marques

causa de uma fuga de gás na bilha do calorífico. Que Deus os ajude a recuperar deste desgosto enorme, e nos ensine a todos, a cuidar melhor da nossa segurança, para que possamos adormecer bem quentinhos nas nossas camas, com a certeza de que vamos acordar num novo dia, cheios de energia e vontade de ajudar a mudar este mundo, conturbado mas maravilhoso, em que temos a graça de viver.

25 anos

Parabéns!

No passado dia 28 de Dezembro, o Presidente da Junta de Freguesia de S. Martinho, Sr. Adriano Filipe e sua esposa, festejaram as suas bodas de prata, renovando

“sim” na Eucaristia na Igreja de São Miguel, tendo presidido o nosso Pároco, P. Carlos Jorge.

O Cruz Alta felicita o casal, desejando-lhes as maiores felicidades!



Reunido em Sintra com D. Carlos Azevedo

Clero da Vigararia

No passado dia 19 de Janeiro reuniu-se, nas instalações da igreja de S. Miguel, o Clero da Vigararia de Sintra, para uma jornada de trabalho presidida pelo Sr. D. Carlos Azevedo, Bispo-auxiliar do Patriarcado de Lisboa. No final dos trabalhos o Sr. Bispo presidiu à celebração da Eucaristia e felicitou os Padres Carlos Jorge e Rui Gomes pela forma simpática e eficiente como receberam todos os outros participantes nesta reunião.

ção da Eucaristia e felicitou os Padres Carlos Jorge e Rui Gomes pela forma simpática e eficiente como receberam todos os outros participantes nesta reunião.



Unidade Pastoral de Sintra

Novos MEC's

Foram instituídos no passado dia 15 de Janeiro, na Igreja de São João de Brito, em Lisboa, dois novos Ministros Extraordinários da Comunhão para a nossa Unidade Pastoral de Sintra: A Maria do Rosário e o Francisco Gomes. Nas nossas Paróquias o serviço

dos MEC's é fundamental para fazer chegar a Comunhão aos doentes que não se conseguem deslocar, a Lares de idosos e também é fundamental o seu serviço na distribuição da Comunhão nas Eucaristias.

Aos novos MEC's o Cruz Alta deixa um grande abraço de parabéns!

Boletim

FEVEREIRO 2006

UNIDADE PASTORAL DE SINTRA

• 1 de Fevereiro (quarta)

- Terço meditado: Igreja de S. Pedro, 21H30.

• 4 de Fevereiro (sábado)

- Buteq'á.rua em Lourel. Concentração no S. C. Lourel, 9:30. Trazer farnel.

• 5 de Fevereiro (Domingo)

- Tarde de convívio e lanche para os mais idosos: casa Paroquial de S. Martinho, a partir das 15H30. Venha e traga um(a) amigo(a).

• 8 de Fevereiro (quarta)

- "Uma hora com Jesus". Igreja de S. Pedro, 21H30.

• 11 de Fevereiro (sábado)

- "Silêncio...câmara...acção". Noite de cinema. Projecção do filme: "Karol, o homem que se tornou Papa". Salão de S. Miguel, 21H30. Para todos.

• 12 de Fevereiro (Domingo)

- Missa da Família da Catequese: Igreja de S. Miguel, 12H00.

- Dia do 'LIVRO DO MÊS': "PROCISSÃO DOS PASSOS. Uma vivência no Bairro Alto", do Padre Abel Varzim.

Estes são apenas alguns acontecimentos de carácter mais geral que se vão realizar na Unidade Pastoral de Sintra.

• 15 de Fevereiro (quarta)

- Terço meditado: Igreja de S. Pedro, 21H30.

• 17 de Fevereiro (sexta)

- Segunda reunião da Comissão das Festas de Nª Senhora do Cabo, da Paróquia de Santa Maria e S. Miguel: Sala por cima das garagens de S. Miguel (entrada pela rampa das garagens), 21H30. Todos são bem-vindos!

• 22 de Fevereiro (quarta)

- "Viagem à Bíblia": salão de S. Miguel, 21H30. Levar Bíblia (de preferência a Nova Bíblia dos Capuchinhos). No final de cada sessão, um tempo de oração. Aproveitemos bem este tempo para aprofundarmos o nosso conhecimento da Bíblia e o amor à Palavra de Deus. Também serão analisados temas relacionados com a nossa Fé.

• 24 a 28 de Fevereiro

- Peregrinação a Fátima (a pé e de bicicleta).

• 28 de Fevereiro (terça - Carnaval)

- Peregrinação a Fátima de autocarro. Ficha de inscrição na página 13.

Sopram ventos a Oriente

Macau - A origem do seu nome



Elias Colaço

Não pretendo armar-me em historiador, até porque não tenho formação nem vocação para tal. No entanto, acho interessante contar-vos como terá surgido o nome de Macau.

Macau e o seu nome estão intimamente ligados à deusa Á - Má. Segundo a lenda, Á - Má era uma rapariga pobre, oriunda da província de Fujien que, pretendendo viajar para Cantão, viu o seu pedido recusado pelos donos dos juncos, que eram homens riquíssimos. No entanto, um pobre e humilde pescador aceitou levá-la nessa viagem. Tomaram o seu destino vendo tudo à sua volta ser destruído por tu-

fões e tempestades. Por fim chegaram a um local abrigado onde a rapariga desapareceu. Mais tarde, viria a reaparecer como uma Deusa, e os pescadores ergueram no local um templo em sua homenagem, ficando conhecido pelos chineses como "A Península do Lírio Aquático". Com a chegada dos portugueses, entre 1554/57, estes passaram a chamar ao local de "Á - Má - Gao", que significa "Baía de Á - Má" em honra da divindade. Daí que "Á Má Gao" derivou em Macau.

O Templo de Á - Má, considerado o mais antigo templo chinês de Macau, fica situado na Colina da Barra e é um local de visita

obrigatória a todos os turistas e residentes de Macau.

A minha casa fica muito perto deste templo, já que moro na Barra, zona onde os portugueses chegaram há cerca de 5 séculos atrás. Macau é uma terra muito rica em templos, preservando a arquitectura clássica dos templos tradicionais, combinando templos Budistas, Taotis-



tas e Animistas. Existem também várias Igrejas católicas que contribuem para uma enorme variedade e diversidade de monumentos históricos e arquitectónicos dignos de serem visitados.

A recente elevação de Macau a Património Mundial da UNESCO é prova disso.

Um abraço a todos e até à próxima.

Kung hei fat choi

Dada a proximidade de datas, envio-vos uma pequena nota sobre o Ano Novo Lunar Chinês que ocorre no final de Janeiro. "Kung hei fat choi" significa "Bom ano novo chinês". Nesta altura do ano as pessoas cumprimentam-se dizendo esta expressão. É normal as crianças responderem "Lai see dau loi" que é uma forma de pedirem que se lhes dê um presente, o chamado "Lai see", que se compõe de um envelope vermelho que contém uma moeda no seu interior. A festa do ano novo

chinês dura vários dias e é normal o rebentamento de panchões (foguetes) aos milhares provocando um barulho ensurdecedor.

A todos, "Kung hei fat choi - Lai see dau loi!"



Grupo de Teatro de S. Miguel apresentou

Gatos, Gaivota & Companhia, Lda.

O teatro voltou a Sintra no passado dia 7 de Janeiro, no salão paroquial de S. Miguel e com grande sucesso!

Desta feita, a estreia da peça, "Gatos, Gaivota & Companhia, Lda", levada a cena pelo grupo de teatro de S. Miguel, com encenação a cargo de Nuno Vicente. A peça, baseada no romance do autor chileno Luís Sepúlveda, "Um Gato que ensinou uma Gaivota a voar", conta-nos a história de uma gaivota que, prestes a morrer, na sequência de uma maré de petróleo que a apanhou, deixa um ovo ao cuidado de um gato, Zorbas, a quem pede que cumpra duas promessas, com a ajuda de outros amigos: a de que criará a pequena gaivota e a de que a ensinará a voar. O que de início parecia uma missão impossível, para um bando de gatos habituados à vida dura de um porto como o de

Hamburgo, acaba por ser uma tarefa conseguida, fazendo o papel de pais da pequena cria.

Apesar de haver muitos lugares vazios, o elenco esteve muito bem a representar e superou as expectativas. No final da peça, o público aplaudiu, de pé, todos os actores e encenador, bem como o P. Carlos Jorge, que sempre impulsionou e motivou este grupo nas suas actividades.

Em entrevista concedida ao Cruz Alta, falámos com o encenador Nuno Vicente, visivelmente satisfeito com o seu trabalho e orgulhoso dos seus actores. Saliu a forma empenhada com que o grupo se entregou, em horários conciliados por todos com muito boa vontade. Referiu ainda, o receio ultrapassado nesta actuação, pelo elenco, cuja última exibição em teatro tinha ocorrido na peça musicada "Jesus Christ

Superstar", feita em play back, em que não havia colocação de voz, receio largamente superado no modo como se expressaram os actores.

À conversa com Paula Penaforte, responsável pela difícil tarefa de fazer o guião, adaptando o texto original a esta peça, com base no aludido romance, entusiasmada e muito feliz, reforçou a mensagem transmitida de que a amizade supera tudo, e que o grande desafio é saber aceitar os outros, sobretudo aqueles que são completamente diferentes de nós, acolhendo-os como família.

Por último, o Cruz Alta ou-viu Rui Redol, um dos responsáveis e grande entusiasta deste grupo, que proferiu uma palavra de contentamento pelo trabalho alcançado por todos os actores, com idades compreendidas entre os treze e os setenta e oito anos, realçando que,



graças ao empenho de todos, se sentia mais motivado e faria tudo o que estivesse ao seu alcance para que o grupo não acabasse e prosseguisse com novos projectos. Terminou referindo que, sendo amadores e paroquianos, o objectivo é transmitir aos outros que a missão da Igreja pode ser feita de muitas maneiras, sendo esta, apenas uma delas.

Pôde-se constatar, pelo

ar feliz do público presente e merecida ovação, que a aposta e o incentivo neste grupo de teatro talentoso é

uma certeza, merecedores de "salas de espectáculo" mais cheias, a vê-los e a aplaudi-los.



R. Câmara Pestana - Edifício Sintra • Galeria Comercial - Loja 13 • 2710-546 SINTRA
Tel/Fax: 21 923 29 82 • 96 500 11 09 • E-mail: boticadatterra@sapo.pt

Consultório médico

A hepatite

A hepatite é uma inflamação do fígado, geralmente provocada por um vírus. Os vírus da hepatite mais frequentes são o A, o B e o C., e raros o D e E. Menos frequentemente, a hepatite pode dever-se a outras infecções virais, tais como a mononucleose infecciosa, a febre amarela e outras.

As principais causas de hepatite não viral, são a ingestão exagerada de álcool, e a toma de alguns medicamentos tóxicos para o fígado.

A hepatite pode ser aguda quando tem uma duração inferior a seis meses e crónica quando ultrapassa este período.

Esta doença apresenta-se habitualmente em todo o mundo.

A transmissão do vírus da hepatite A é, em geral, consequência de uma higiene deficiente, sendo frequente nos países em desenvolvimento. A doença pode propagar-se através da água contaminada (fontes, tanques, lagos, etc.) e de alimentos. Por exemplo, por vezes a causa é a ingestão de mariscos crus contaminados. Também são frequentes os casos isolados pelo contacto de pessoa a pessoa. É uma doença aguda.

A transmissão da hepatite B é mais difícil que a do vírus da hepatite A. Um dos meios de transmissão é o sangue ou os produtos sanguíneos contaminados.

Contudo, graças às precauções adoptadas, as transfusões são actualmente raramente respon-

sáveis da transmissão deste vírus. Também a transmissão pode fazer-se através de consumidores de drogas injectáveis que partilham as seringas e também entre casais heterossexuais, ou homossexuais masculinos. Uma mulher grávida, se estiver infectada com hepatite B, pode transmitir o vírus ao seu filho ao nascer. Há sempre pessoas ou grupos de pessoas que estão em maior risco de sofrerem desta doença. Refiro-me àqueles que vivem em meios fechados, como nas prisões, etc, bem como àqueles que contactam com sangue, - pessoal hospitalar, bombeiros, polícias etc.

A hepatite B só se torna crónica em cerca de 5% dos casos.

A hepatite C está hoje no centro das preocupações dos médicos, particularmente dos hepatologistas e infecciolistas e, naturalmente dos próprios doentes. A principal característica é a sua elevada probabilidade para se tornar crónica. (85% dos casos).

O vírus só foi identificado em 1989, mas o desenvolvimento da hepatite C no Ocidente remonta essencialmente ao principio dos anos 70. Está ligado à generalização das transfusões de sangue, especialmente efectuadas no período entre 1970 e 1990 e ao aumento da toxicod dependência (utilização de drogas injectadas). A transmissão sexual não é frequente.

Estima-se que cerca de 1,5 % dos portugueses

(150.000) sofrem de hepatite C crónica. No entanto, a grande maioria das pessoas contaminadas não o sabe. Em Portugal, calcula-se que apenas 20 a 30 % dos doentes infectados tenham sido identificados. Ora se não for tratada, a hepatite C crónica pode, nalguns casos, dar origem a uma cirrose. Algumas dezenas de milhar de portugueses estão ameaçados de



Miguel Forjaz, médico

cirrose sem o saberem! Para eles, os riscos são tanto maiores quanto mais tarde for diagnosticada a hepatite.

Vou ficar por aqui. Para a próxima espero continuar a falar sobre este assunto.



SUD
ANÁLISES CLÍNICAS
CONSULTAS DE ESPECIALIDADES
Lg. Afonso de Albuquerque, 1 - 1ºD - 2710-519 SINTRA
Tel.: 219235054 / 219235229 ~ Fax: 219243404
E-mail: sumd@sapo.pt

Artrite reumatóide

Artrite reumatóide (AR) é uma doença crónica de causa desconhecida. A característica principal é a inflamação articular persistente e que surge, geralmente nas mãos, punhos, cotovelos, joelhos e pés, mas pode afectar qualquer articulação, e ainda existem casos, em que outros órgãos são comprometidos (olhos, coração, pulmões, rins, sistema nervoso periférico).

A inflamação provoca rubor, inchaço, dor e retenção de líquidos nas zonas afectadas. É mais frequente em mulheres e costuma iniciar-se entre 30 e 40 anos de idade, mas compromete também homens e crianças.

Raramente ocorre inflamação do músculo. Os medicamentos de uso habitual na Artrite Reumatóide (AR) como os corticóides podem ser causa de fraqueza muscular e, às vezes, é difícil distinguir entre as manifestações da doença e as dos medica-

mentos. As causas da artrite reumatóide ainda são desconhecidas, mas pensa-se que pode estar associada a factores genéticos, agentes infecciosos e anomalias na actividade do sistema imunitário. Na artrite reumatóide, o sistema imunitário reage contra os próprios tecidos do corpo, causando edema e dor articular, e eventualmente até mesmo a destruição da articulação. Sabe-se que os ácidos gordos essenciais ómega-3 são precursores de prostaglandinas, substâncias que têm efeito anti-inflamatório, ajudando a reduzir os sintomas da artrite reumatóide. Os doentes portadores desta doença podem experimentar consideráveis melhoras nos sintomas dolorosos e inflamatórios ao introduzir peixes gordos frescos (salmão, sardinha, truta, cavala, arenque, bacalhau ou os seus óleos) cerca de 4 a 5 vezes por semana.

Outras fontes de ácidos ómega-3 são as sementes

de linho (linhaça). O azeite e o óleo de linhaça também exercem uma acção anti-inflamatória nas articulações. Alguns estudos mostraram que a ingestão diária de um suplemento de óleos de peixe (cerca de 2g de ómega-3 por dia) proporcionou uma diminuição nas dores das articulações e menor rigidez matinal, em indivíduos com artrite reumatóide, após 12 semanas de tratamento.

Outra classe de nutrientes importante para combater a inflamação e neutralizar os radicais livres de oxigénio produzidos nas articulações inflamadas, é a dos antioxidantes, nomeadamente as vitaminas A (e betacaroteno), C, E, e o selénio. Assim, o consumo abundante de produtos de origem vegetal (legumes e fruta) é muito benéfico para estes casos. A maioria das frutas e legumes é rica simultaneamente nas vitaminas C e A (betacaroteno), pelo que se deve consumir diariamente alguns legumes de folha verde escura

(nabiças, brócolos, couves, agrião, espinafres, etc.), cenouras, batatas-doces, abóbora, e frutas variadas (laranjas e citrinos em geral, toranja, frutos silvestres, papaia, manga, banana, alperces, ameixas, kiwis, entre outros).

Para além destas vitaminas, existem outros nutrientes presentes nos vegetais, chamados fitoquímicos (da classe dos flavonóides), e que apresentam grande interesse devido às notórias propriedades antioxidantes e anti-inflamatórias. Dentro

destes, destacamos o aipo, a cebola, azeitonas, beringela, a maçã, a cereja, a laranja e os frutos silvestres. Outro fitoquímico, chamado quercetina, presente nas cebolas, couves e maçãs é um potente anti-inflamatório, devido à sua capacidade de abrandar a libertação de histamina, assim como a bromelina presente no ananás, e que pode ser útil no alívio da inflamação articular. Durante muito tempo existiram algumas noções incorrectas sobre a artrite reumatóide.



Elsa Tristão, nutricionista

Pensava-se que era causada pela humidade (mas a causa ainda não é conhecida) e que as doenças reumáticas não tinham remédio. Nada mais errado, algumas curam-se outras controlam-se e, sobretudo, tratam-se.

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

PAINÉIS PLASTIFICADOS

MELHORES VEDAÇÕES UM INVESTIMENTO COM TODA A SEGURANÇA

 CATTLE 100% PVC 100% UV 100% RESISTENTE 100% DURAVEL 100% FLEXÍVEL 100% RESISTENTE A RISCOS	 HORSE 100% PVC 100% UV 100% RESISTENTE 100% DURAVEL 100% FLEXÍVEL 100% RESISTENTE A RISCOS	 SHEEP 100% PVC 100% UV 100% RESISTENTE 100% DURAVEL 100% FLEXÍVEL 100% RESISTENTE A RISCOS	 GOAT 100% PVC 100% UV 100% RESISTENTE 100% DURAVEL 100% FLEXÍVEL 100% RESISTENTE A RISCOS	 CHICKEN 100% PVC 100% UV 100% RESISTENTE 100% DURAVEL 100% FLEXÍVEL 100% RESISTENTE A RISCOS	 PIG 100% PVC 100% UV 100% RESISTENTE 100% DURAVEL 100% FLEXÍVEL 100% RESISTENTE A RISCOS
--	---	---	--	---	---

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

Temos ainda outros tipos de redes e produtos afins (preços especiais para aplicações)

VEDAÇÕES • REDES • ARAMES • POSTES

Recantos da nossa terra

Capela de S. Lázaro



Mafalda Pedro



Paulo Francisquinho

A Capela de São Lázaro, sita em São Pedro de Sintra, foi erguida durante o século XV (Idade Média) no local de uma anterior gafaria (onde eram internados e tratados os leprosos) e estava unida ao Hospital do Espírito Santo, actual Hospital da Santa Casa da Misericórdia de Sintra. Esse local seria, sensivelmente, onde hoje se realiza a Feira.

O seu orago, é um dos santos venerados pelos doentes de lepra. Diz-se que também ele sofria deste mal.

A história da capela ficou marcada pela rainha Dona Leonor, casada com o rei Dom João II que após a morte do seu filho, D. Afonso, mandou embutir na nave central os símbolos dos monarcas, um pelicano e um camarão. O

terramoto de Lisboa de 1755 fez ruir a igreja de São Miguel, e o culto desta paróquia foi transferido para este templo.



Situa-se ao fundo e à esquerda da rua Serpa Pinto, sensivelmente em frente à entrada para o adro da Igreja de São Pedro. A sua entrada é um portal Ma-

nuelino envolvido por uma corda (motivo manuelino) que assenta em duas bases simples. Por cima, tem uma pequena janela

sobre a qual aparece o escudo português. No seu interior, o tecto é em abóbada, adornado com decorações manuelinas e ostenta o emblema da Rainha

D. Leonor. Repete-se novamente este emblema no tecto da nave onde está também representado o emblema de D. João II, um pelicano e um escudo português da altura do príncipe perfeito coroado. Os leprosos podiam assistir à missa, pois as paredes laterais da capela tinham grandes janelas e não era permitido o contacto com os habitantes que não padeciam deste mal. Estas estavam separadas da porta principal por um pequeno muro, evitando-se, dessa forma, o contacto. A sua nave é de 5m de comprimento e 3,85 de largura.

A passagem para a capela-mor é feita por um arco triunfal de perfil rebaixado, encimado por uma pedra circular com cruz. O altar é revestido de azulejos hispano-árabes.




COZINHA TRADICIONAL PORTUGUESA
Restaurante - Cervejaria - Churrasqueira

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



Mini-Mercado Loja Nova
de Maria Fernanda do Corro

- mercearia • Rações para Gados • Gás BP e Móbil •
- Papelaria e Tabacaria •

Rua Visconde de Asseca, 24 – Várzea de Sintra
2710 SINTRA • Telf.: 21 923 01 36



Doçaria Regional e Caseira

Av. D. Francisco de Almeida, 333-35
2710-562 SINTRA Telf. 21 923 27 33

FERNANDO & SANTOS, Lda.
Papellaria, Livraria e Tabacaria

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

Anuncie aqui.

Este espaço é seu!

AROMA da terra



Ilumine os seus olhos com as Fantásticas **SOMBRAS em GEL AROMA DA TERRA** que realçam e valorizam a Beleza natural da Mulher...



SOMBRAS EM GEL
São sombras com uma textura completamente nova e com cores também super sensacionais para dar mais cor e vida aos seus olhos. Têm um grande poder fixante mas são facilmente removíveis com água ou tónico. São hipo-alérgicas e não ficam nas dobras das pálpebras...

01 - Branca / 02 - Dourada / 03 - Bege / 04 - Salmão / 05 - Rosa / 06 - Verde / 07 - Cinza / 08 - Bronze / 09 - Azul / 10 - Ameixa / 11 - Preto



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, 8 - Apartado 354
2726-902 MEM MARTINS - PORTUGAL
Tel. 21 926 44 30 - Fax: 21 926 44 31
www.aroma-terra.pt - sede@aroma-terra.pt

Estabelecimento Prisional do Linhó

António Luís Baptista

Reclusos agradecem ofertas

Entre várias acções de voluntariado nas nossas comunidades, existe um grupo de paroquianos na Unidade Pastoral de Sintra, cuja missão é a de visitar os reclusos do Estabelecimento Prisional do Linhó e levar-lhes, além de uma palavra amiga, alguns objectos que são essenciais no uso diário, bem como outros de que se possam servir de forma útil.

Sendo que o objectivo deste grupo é o de minorar um pouco as necessidades básicas dos indivíduos, visa, essencialmente, a criação de uma comunidade de reconciliação entre

todos aqueles que foram vítimas da criminalidade e estão a cumprir as suas penas e a sociedade civil, tendo em conta os factores-base que levam ao perdão, à justiça, à reconciliação e à aproximação e presença das suas famílias, muitas das quais, afastadas ou inexistentes.

Nesse sentido e tentando minorar o sentimento da ausência da família, o grupo realizou no passado dia 19 de Dezembro, um almoço de Natal, com cerca de 90 reclusos.

Na sequência de um apelo formulado nas comunidades de S. Pedro, S. Martinho e S. Miguel,

pedindo aos paroquianos que levassem objectos de primeira necessidade a fim de serem entregues aos reclusos, o grupo agradece a colaboração das pessoas que, de uma forma generosa, responderam prontamente ao solicitado, vindo agora informar os leitores de que se conseguiu reunir o material indicado (ver caixa).



O grupo de visitantes, de que fazem parte Maria Manuela Ventura Simões, Ana Maria Nascimento, Líliliana e António Luís Baptista, agradece, em nome dos reclusos, as ofertas e reformula o apelo para nova colaboração para tornar a Páscoa destes filhos de Deus um pouco mais aconchegada.

Bem haja a todos!

Material entregue:

- Meias - 168 pares;
- Truces - 100;
- Camisolas interiores - 135;
- Escovas de dentes - 142;
- Esferográficas - 191;
- Blocos - 44;
- Shampoos - 100 (oferta do grupo de visitantes);
- Lâminas de barbear - 25;
- Agendas - 95 (LIAM);
- Calendários - 101;
- Espuma de barbear, after-shave, baralho de cartas - 1 (não pode entrar no E. P.);
- Bolsa para tabaco - 1;
- Carteira - 1;
- 12 pacotes de bolachas;
- 9,00€ em dinheiro.

Missionários do Espírito Santo - L. I. A. M.

Ana Maria Fernandes

Unidade Pastoral de Sintra no interior de Angola

Realizou-se, no fim de semana de 29 e 30 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 Salgado.

Foi com muita alegria que este ano estendemos o nosso pedido a toda a Unidade Pastoral que aderiu, de forma calorosa, na entrega de artigos que, à semelhança de anos anteriores, depois de de-

vidamente acondicionados, foram transportados para Angola, por elementos da Congregação do Espírito Santo que trataram do seu encaminhamento para os lugares mais necessitados.

Posteriormente à celebração da Eucaristia Dominical na Igreja de S. Miguel, realizou-se um almoço/convívio, contando com a presença dos nossos Padres Carlos Jorge e Rui Gomes, do Padre Salgado e diversos paroquianos que se quiseram as-

sociar neste dia, dando muita alegria a este almoço. Terminado o almoço, regressámos à Igreja de S. Miguel, onde se realizou um momento de oração e reflexão.

De seguida, separámos e encaixotámos todos os artigos que nos foram ofertados, tais como: material de farmácia, artigos de bebé, artigos escolares, artigos de costura, lãs, óculos graduados (novos e usados), sementes, isqueiros, artigos religiosos (bíblias, ter-

ços, etc.). Aguardámos com alguma ansiedade a vinda do Padre Salgado que, em duas viaturas, efectuou o transporte de todos estes artigos. Não há palavras para descrever a alegria que sentimos ao ver partir as viaturas completamente cheias! Foi igualmente entregue a quantia de quatro mil e cinquenta e seis euros, em dinheiro! Esta quantia resultou, não só de recolha de fundos no "Dia Missionário", como também da venda de broas no dia 1 de Novembro, dia

do "Pão por Deus".

A recolha de fundos teve a seguinte aplicação:

- 1.200€ para o Projecto da Nova Missão da Guiné Bissau;
- 600€ para leite para as crianças de Angola;
- 1.500€ para bolsas de estudo;
- 756€ para outros projectos.

O Núcleo de Sintra da L. I. A. M. agradece reconhecidamente a toda a Unidade Pastoral a colaboração generosa, certos de que Jesus não os



esquecerá!

Aproveitamos para informar que, como é habitual, realizar-se-á mais uma actividade para recolha de fundos para a L. I. A. M., com a venda de filhós no fim de semana de 18 e 19 de Fevereiro e contamos com a adesão de todos.



3º aniversário

Três anos volvidos desde o início desta aventura, a actual Direcção do Cruz Alta deixa aqui um grande abraço a todos os que, de alguma forma, ajudaram a erguer e a manter este Jornal.

A todos um grande abraço e bem-hajam!

Rotary Club de Sintra

Isabel Afonso

Dê uma tampa à indiferença!

O Rotary Club de Sintra está de parabéns! Mais uma vez o "espírito rotary" esteve patente e de mãos dadas com a comunidade sintrense, depois de concretizada mais uma acção humanitária em prol de pessoas carenciadas, cujo objectivo foi agora atingido, volvidos dois anos.

Assim, o lema do bem fazer e de servir o próximo desinteressadamente, "Dar de si antes de pensar em si", foi de novo conseguido pelos rotários sintrenses que, numa cerimónia simples mas muito objectiva, puderam beneficiar uma importante instituição do concelho e várias outras entidades.

O evento teve lugar no dia 7 de Janeiro p.p., em Almoçagem, na Adegua Viúva Gomes, espaço gentilmente cedido para o efeito pela proprietária Família Baeta (sendo o Companheiro Jacinto Baeta o sócio fundador mais antigo do R.C.S.) e visou a doação de um veículo ligeiro de passageiros de 9 lugares, uma carrinha Fiat Ducato e de seis cadeiras de rodas, a diversas entidades.

Presentes nesta cerimónia, que teve início às 11,30 h, estiveram várias individualidades marcantes e forças vivas do nosso Concelho: o Pároco da Paróquia de Colares, P. Paulo Gerardo, que procedeu à bênção dos objectos doados, o representante do Senhor Presidente da Câmara Municipal de Sintra, Dr. João Lacerda Tavares, Vereador do Pelouro da Acção Social, o Senhor Presidente da Junta de Freguesia de S. Martinho, Sr. Adriano Filipe, o Senhor Vice-Presidente da Junta de Freguesia de Santa Maria e S. Miguel, Sr. António Vicente, os Bombeiros Voluntários de Sintra representados pelo Presidente da Direcção Sr. Eng.º Miguel Silva Martins, o Senhor Provedor da Santa Casa da Misericórdia de

Sintra, Dr. Eduardo Lacerda Tavares, o Senhor Governador do Distrito Rotário, Comp. José Manuel Pereira, o Vice - Presidente do Rotary Club de Sintra, Comp. Fernando Vidgal, directores, membros e amigos.

Agradecidos e visivelmente satisfeitos com o objectivo a que se propuseram, vários rotários usaram da palavra, expressando palavras de agradecimento a todos quantos tornaram possível a entrega dos bens doados, na sequência de várias acções levadas a cabo, com o intuito de angariação de fundos que permitisse a aquisição dos mesmos.

Salien-tou-se o empenho desenvolvido pelos rotários, no sentido da sensibilização efectuada junto de empresários e organismos do Concelho, bem como de outras entidades e pessoas particulares, cujo contributo foi precioso e decisivo para a aquisição deste veículo, revertendo o mesmo a favor da Santa Casa da Misericórdia de Sintra, que tem como finalidade, objectivo e estratégia minorar os problemas com que se deparam crianças e idosos, ajudando assim, quer no apoio domiciliário, quer, sobretudo, no transporte de doentes.

Salien-tou-se igualmente outro projecto que correu em paralelo e que se mantém em curso, lançado pelo R. C. S., no âmbito da sensibilização para a reciclagem, baseado no mote "Dê uma tampa à indiferença", projecto



este que tem tido um grande impacto e sido bem sucedido graças à enorme participação de crianças e que consiste em fazer a recolha de tampas de plástico de garrafas e garrações de água, tendo-se conseguido, nos últimos meses recolher cerca de três toneladas, cujo valor arrecadado na venda das mesmas, serviu para a aquisição de seis cadeiras de rodas, doadas, a saber:

Ao jovem presente no evento, único beneficiário directo, Carlos Filipe Machado, que recebeu felicíssimo aquele verdadeiro e tão imprescindível "ferrari", em directo e ao vivo; à Associação Unitária dos Reformados, Pensionistas e Idosos da Freguesia de S. Pedro de Penaferrim; aos Bombeiros Voluntários de Sintra; à Escola Básica 2/3 de Albarraque; ao grupo de voluntários do Hospital Amadora-Sintra e uma participação para uma cadeira especial com um apoio para a cabeça, já destinada ao jovem Márcio Rebelo.

Dos vários discursos havidos por parte dos representantes do Rotary Club de Sintra, bem como

daqueles que usufruíram da utilidade dos bens doados, ficou um agradecimento mútuo e muito emocionado e expressa a vontade de continuar a desenvolver mais acções no futuro, com base na filosofia da generosidade, da verdade evangélica que sustenta nobres acções como esta e da missão de que o Rotary, através do espírito de companheirismo, da indução da paz e do encorajamento dos valores, cujos padrões são os da ética e do desprezo pelo materialismo e interesseirismo que parece conduzir o mundo actual, pode levar a cabo, ajudando despretensiosamente o próximo.

Nascida nos Estados Unidos da América, no início do século XX, o Rotary é uma organização de profissionais de todo o mundo, com o objectivo de promover o serviço humanitário, existindo, actualmente, cerca de 1,2 milhões de rotários, membros de cerca de 29 000 clubes em 161 países de todos os continentes.

O Rotary Club de Sintra é afiliado do Rotary Club de Lisboa desde 1979, cujo actual Presidente é a Comp^a. Fátima Guerreiro e



a partir de 1982, passou a ter como local semanal de reuniões o Hotel Tivoli Sintra, todas as segundas-feiras, sendo o actual Governador do Distrito de 1960 o Comp. José Manuel Pereira. Preside o Rotary Club de Sintra o Comp. Pedro Amaral que, por motivos de saúde relacionados com uma intervenção cirúrgica a que foi sujeito, não pode estar presente na cerimónia, embora tivesse sido saudado com um forte aplauso por todos os presentes.

Actualmente, o Rotary Club de Sintra é constituído por 34 elementos, que exercem diversos cargos profissionais. Para além do espírito de servir e fazer o bem ao próximo, sem esperar nada em troca, o RCS é um clube sem qualquer tipo de financiamento, senão apenas o que é gerado no próprio movimento, desenvolvendo acções voluntárias em tempo extra pelos próprios rotários. Entre as várias actividades do clube, destaca-se a regular recolha de alimentos para várias instituições carenciadas do Concelho de Sintra e a da recolha de sangue, actividade conjunta com o Instituto Português do

Sangue e com a Unidade Pastoral de Sintra e ainda, um regular rastreio visual em várias escolas do Concelho, com o apoio da Associação Portuguesa de Prevenção Visual.

No final deste evento e para terminar com chave de ouro, em que todos estavam notoriamente felizes, os anfitriões Jacinto e Diogo Baeta, fizeram questão de oferecer aos presentes um Collares Velho e uns aperitivos, prevalecendo no ar a mensagem de que, mais do que sermos só generosos e voluntariosos, é muito gratificante recolher sorrisos de pessoas que, apesar das carências e de situações adversas que marcaram as suas vidas, afinal, até têm sorte de terem um Rotary Club de Sintra, a pensar neles e a minorar as suas dificuldades.

O Cruz Alta agradece a amabilidade de ter sido recebido e o privilégio de ter estado presente e deseja ao Rotary Club de Sintra as maiores felicitações.

Bem hajam!



Presidente da Junta de Freguesia de Sintra (Santa Maria e São Miguel)

Eduardo Casinhas foi eleito nas últimas eleições autárquicas para a presidência da Junta de Freguesia de Sintra de Santa Maria e S. Miguel. Finalmente foi possível realizar a entrevista que faltava para encerrar esta série de conversas com os presidentes das Juntas de Freguesia da vila de Sintra, saídos do último acto eleitoral. Cabe aqui esclarecer que esta entrevista não se realizou antes devido a im-

ponderáveis alheios à vontade das duas partes, e que tiveram a ver com a saúde e a agenda do autarca, e também com o calendário do nosso jornal, um pouco mais apertado, nesta quadra festiva que acabámos de celebrar. Às questões que lhe pusemos, Eduardo Casinhas respondeu com frontalidade, e com a sinceridade e simpatia que o caracterizam. Eis então, a entrevista que faltava.



CA – Fale-nos um pouco sobre a realidade actual da freguesia de Santa Maria e S. Miguel.

EC – Como é do conhecimento geral, existem na nossa freguesia duas realidades distintas: uma, de características tipicamente urbanas, outra, de cariz vincadamente rural. São duas verdades diferentes, com exigências diferentes, a sugerirem soluções diferentes. Os problemas que afectam as populações da área urbana, nem sempre são os mesmos que afectam a população rural. A propósito, posso dizer-lhe que existe uma predisposição do executivo desta Junta de Freguesia para promover um entendimento entre as todas as partes interessadas, para que se revejam os critérios de financiamento das Juntas, no âmbito dos protocolos celebrados com a Câmara Municipal. Julgamos haver mais justiça se as verbas disponibilizadas forem calculadas privilegiando a área abrangida, em detrimento do número de habitantes. As motivações desta reinvidicação são facilmente perceptíveis, dado que as freguesias com uma maior ruralidade têm uma área mais extensa a intervir, o que exige um maior esforço financeiro. É uma realidade que não está a ser tomado em con-

ta na actual forma de cálculo das verbas a atribuir.

CA – Quais são as queixas mais frequentes que a Junta recebe?

EC – Neste momento estamos a promover um inquérito junto da população da nossa freguesia, no sentido de sensibilizar as pessoas para colaborarem activamente com o executivo da Junta. Queremos que a população faça ouvir a sua voz, conhecer os seus anseios, saber as suas preocupações. É o que estamos a tentar fazer através de um questionário que mandámos distribuir por todas as caixas de correio da nossa freguesia. Já nos chegaram muitas respostas, e as primeiras conclusões apontam, sem surpresa, para o imperativo de se tomarem medidas com vista a melhorar aspectos como os da segurança, do trânsito, do lixo e da iluminação pública. São estas as preocupações mais citadas, e aquelas que constituem os principais motivos de insatisfação dos nossos fregueses. Iremos, dentro das limitações das nossas competências e da exiguidade do orçamento de que dispomos, colaborar com a Câmara para se encontrarem soluções rápidas e eficazes que promovam uma assinalável melhoria nessas áreas.

CA – Quais são as acções que este executivo considera prioritárias para intervir mais activa e determinadamente, nesta primeira fase do seu mandato?

EC – Dadas as reduções orçamentais que nos foram impostas, na sequência da grave crise com que o país se debate, só muito dificilmente conseguiremos promover realizações importantes. Por esse motivo vamos privilegiar a manutenção de estruturas e equipamentos já existentes, e esperar que a Câmara se empenhe no apoio à construção da nova sede da nossa Junta de Freguesia, e se verifiquem, já em 2006, avanços significativos nesse processo. Também esperamos que a obra de requalificação da ribeira de Lourel, que foi já adjudicada, se inicie rapidamente. Proceder-se-á à arborização das margens, construir-se-á uma zona pedonal muito agradável, e serão ali instalados equipamentos lúdicos e de lazer. É uma obra que depois de concluída irá melhorar significativamente a qualidade ambiental dessa área e promover alguma melhoria na qualidade de vida dos moradores. Temos projectos, que provavelmente já não serão concretizados este ano, para a construção de duas novas rotundas, uma em Cabriz, outra

em Lourel. Está ainda nos nossos planos pressionar os serviços camarários para se promover a melhoria urgente da iluminação pública, nalgumas artérias onde ela é insuficiente, promovendo a insegurança. Estou a lembrar-me, por exemplo, da rua Câmara Pestana, onde estão instaladas as capelas mortuárias de S. Miguel. A melhoria da sinalização do trânsito também é uma das nossas preocupações e tudo iremos fazer para que se torne uma realidade. Quero ainda referir que estamos muito preocupados com a demora, inexplicável, das obras que estão a ser feitas na estrada que liga Lourel ao supermercado Modelo, e que está a causar graves incómodos aos habitantes da zona.

CA – A Estefânia é actualmente um dos sítios críticos, aqui mesmo no centro de Sintra. Como encara a Junta este problema?

EC – É verdade. As obras que ali se realizaram recentemente, visavam melhorar, embelezar e dinamizar a Av. Heliodoro Salgado e as zonas adjacentes, favorecendo assim o comércio na zona. Infelizmente nada disso aconteceu. O pavimento está num estado deplorável, o abuso da circulação automóvel, que devia estar restringida a moradores e a trabalhos

de cargas e descargas, é uma realidade constante, e aquilo que deveria ser uma zona pedonal por excelência, transformou-se num inferno, e num perigo para os transeuntes. A deterioração de vários imóveis é outro problema que se agrava de dia para dia, e que urge resolver. A falta de estacionamento automóvel também é outro motivo de preocupação para moradores e comerciantes, e exige celeridade na procura de soluções e na sua implementação. Parece que no horizonte se perfila já uma solução: a construção de um parque subterrâneo nos terrenos em frente ao antigo Sintra Cinema, com um acesso subterrâneo à Estefânia. Esperamos que se concretize rapidamente. Gostaria ainda de ver resolvido urgentemente, a situação da Sintra Garagem. É uma situação que nos envergonha e desprestigia. Para além do mau aspecto que dá, não nos podemos dar ao luxo de ter desaproveitado um espaço daquela dimensão. Há ainda alguns edifícios gravemente deteriorados, estabelecimentos encerrados, uma fonte cinética mal concebida, o terminal dos eléctricos por construir...enfim, uma série de anomalias que aconselham uma intervenção rápida e determinada por parte da

Câmara. A Junta está disponível para colaborar naquilo que lhe for solicitado e lhe for possível. Estamos ainda empenhados em dotar a Estefânia com instalações sanitárias públicas. Tudo faremos para que isso possa ser uma realidade ainda durante este mandato.

CA – Para terminar, como é possível o acesso dos fregueses ao presidente da Junta de Freguesia?

EC – Normalmente todos os dias da parte manhã, mas também temos em funcionamento um site:

www.jfsantamaria.pt, através do qual é possível obter informação sobre a Junta e fazer as reclamações, ou dar as sugestões que acharem justas e oportunas. Também pode ser utilizado o endereço electrónico: geral@jfsantamaria.pt Aproveito a ocasião para lançar um apelo aos moradores da nossa freguesia: colaborem connosco, informem-nos das vossas queixas e preocupações, sugiram soluções. Nós estaremos disponíveis para as estudar e implementar se forem razoáveis e exequíveis. Tencionamos ainda ir de encontro aos nossos fregueses, visitando-os na sua zona de residência e promovendo a descentralização das assembleias de freguesia.

Poesia

Cristina Victória

Encontro

Encontro o dia 8 de Dezembro de 2003
Encontro um início de Eternidade
Encontro um ENCONTRO
entre todas as pessoas,
entre todos os mundos,
Encontro o Mundo.

Encontro benfeitores de Voz
Encontro fazedores de Jubilatão
Encontro construtores de Árvores

Por um Coração de Pessoa
Por um só Corpo
Desdobra-O
Volta-O
Voltar...



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




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

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



Cruz Alta

Novos
assinantes

Com as mudanças que temos vindo a efectuar no Jornal Cruz Alta, surge também um novo modelo de assinaturas. Os actuais assinantes que tenham a assinatura "em dia" receberão uma carta a explicar as opções que podem fazer. Para novos assinantes deixamos aqui a ficha a ser preenchida e as diversas formas de entrega. Tentaremos, sempre que possível, que os assinantes recebam o Cruz Alta, por correio azul, antes do fim-de-semana em que o mesmo é distribuído na Unidade Pastoral de Sintra.

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

Agregado familiar:

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

Preencha com letras legíveis e envie-nos numa das seguintes formas:

1. Cruz Alta - Assinaturas ~ Igreja de São Miguel ~ Avª Adriano Júlio Coelho ~ 2710-518 SINTRA
2. cruzalta@paroquias-sintra.net (o pagamento será feito na Igreja de São Miguel)

Forma de assinatura anual:

(11 números)

- Benemérito - mais de 15€
- Amigo - 15€
- Só portes - 7,5€

Pode efectuar o pagamento enviando, por correio, cheque juntamente com o cupão da assinatura ou dirigindo-se ao Cartório da Igreja de São Miguel.

* Conforme legislação aplicável, os seus dados não serão fornecidos a terceiros e pode alterá-los ou anulá-los enviando o pedido por escrito à Direcção do Cruz Alta.

Parabéns a vocês!

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

Em Fevereiro:

- 1-Isabel Nunes, Maria Nancy Vieira, Maria Olga da Cruz,
- 2-Manuel Melo e Castro,
- 3-Mário Manuel Pereira,
- 5-José Manuel Penaforte
- 6- Ana Coelho Nunes, Ermelinda Francisco, Manuel Beijinho Correia, Ricardo Gonçalves Aparicio,
- 7-Armando Santos Inácio,
- 9-Ana Mafalda Leitão, António Coelho Nunes, Maria Fernanda Vicente, Odete Valente, Tiago Coelho Nunes,
- 10-Mª Rosa Monteiro Pedro, Ana Louro,
- 11-Eugénia Fernandes Moreira, Maria Fátima Martins, Mª Leonor Marques Pinto,
- 15- Ivone Vicente Costa,
- 16-Anselmo Marques Loureiro,
- 17-Maria Amélia Serra Silva,
- 18-Benedita de Sousa Araújo, Francisco Lobato Ribeiro,
- 20-José Martins Leiras, Mª Luisa Vassalo Forjaz,
- 21-Nuno Manuel Ratão,
- 22-Beatriz Frade Almeida,
- 23-André Madeira, Sónia Brito Marques
- 24-Inês Quintela
- 25-Gonçalo Ribeiro Nunes, Paulo Silva, Pedro M. Camelo,
- 26-Eleutério Ferreira Lage,
- 28-Adriana Augusto Valentim, Patrícia Pessoa Vilas, Paulo Afonso Aparicio,
- 29-Ana Paula Salema Garção.

Receita

Biscoitos de gila e amêndoa



Manuela Alvelos

Ingredientes:

- 250g de farinha
- 1 limão(raspa)
- 50g de amêndoa palitada
- 125g de açúcar
- 1ovo
- 65g de manteiga
- 1chávena de doce de gila

Preparação:

Numa tigela junte a farinha, com o açúcar, a manteiga, a raspa do limão e o ovo. Amasse bem todos os ingredientes e reserve a massa, tapada com um pano, durante algum tempo. Com a massa, forme uma tira comprida e corte pequenas bolinhas. Recheie com um pouco de gila e amêndoa. Coloque as bolinhas num tabuleiro untado com manteiga e leve a cozer no forno pré - aquecido a 200º C, durante cerca de 15 minutos. Assim que os biscoitos estiverem cozidos, retire-os do forno, deixa arrefecer , e sirva!!!!

Ria-se, por favor!

“Quando o meu pai era controlador de tráfego aéreo no Aeroporto, trabalhava sozinho na torre de controlo no turno da noite. Todas as noites chegava um avião, que embora previsto para as 22h, vinha sempre com horas de atraso.

Uma noite recebeu a informação de que o avião se dirigia para outra cidade e a hora prevista de chegada, era, aproximadamente, meia hora mais cedo, isto é 21:30h da noite. O meu pai, bastante surpreendido, não conseguiu deixar de perguntar ao piloto:

- Por favor confirme. O seu voo está adiantado trinta minutos?

Ao que o comandante respondeu:

-Nada disso. Estamos vinte e três horas e trinta minutos atrasados. Este voo é de ontem!”

Três em um

Manuela Alvelos

Pensamento Dica

«A perda da capacidade de nos maravilhamos chama-se rotina».

Bolsos novos

Se está a pensar em substituir o forro e os bolsos de um casaco, comece pelos bolsos.

Tire os bolsos velhos, mas tome nota da posição em que eles estavam colocados, para não se enganar.

Use os bolsos velhos, como molde para os novos.

Provérbio

«Quem conselhos não toma, ajudas não merece».

Mini-Mercado Baptista & Costa, Lda.

Rua Arco do Teixeira, 11 ~ Vila de Sintra

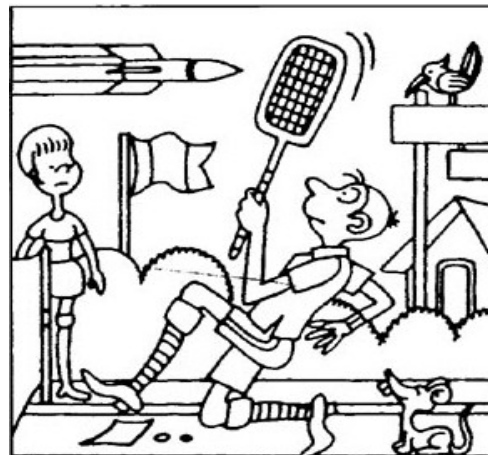
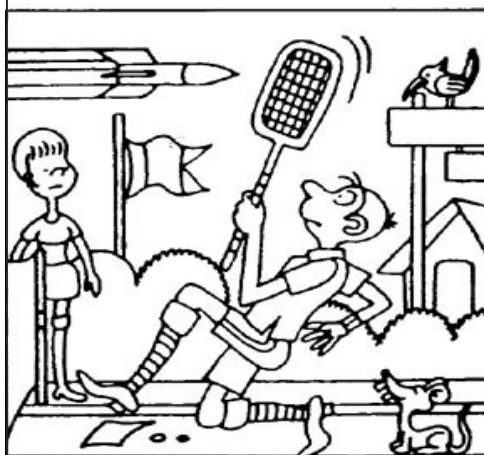
☎ 219 232 084

Modas Vestoelest
Homem - Senhora - Criança
Cidade (geral) 1647 22 5201440
Largo Vitorino Assis, 1 - A Janda + 254970

Soluções do número anterior:



Descubra as 5 diferenças entre estes 2 desenhos:



Deus - Único Absoluto

Parte I/II



Adelaide Almeida

A MEN! Uma palavra que basta para selar a noite da *Quinta do Senhor* que se realizou em 15 de Dezembro passado, no salão de S. Miguel. O convidado da Unidade Pastoral, foi D. Carlos Azevedo, Bispo Auxiliar do Patriarcado e responsável Pastoral pela Vigararia de Sintra.

Logo à chegada, apercebemo-nos da extrema simplicidade e proximidade que ele próprio imprimiu à sua presença entre nós. O encontro decorreu, pois, num clima de muita familiaridade, iniciado com o cântico de acolhimento "Há uma Vida escondida em ti". Tinha vindo de mais um encontro mensal com os Padres da nossa Vigararia, depois de ter

passado a manhã na Vigararia de Cascais. O cansaço não o ataca com



facilidade, nem as gripes da época o atingem, razões que lhe dão energia suplementar para "noitadas" com os seus rebanhos pastorais.

Sem quaisquer formalidades, o nosso Bispo aceitou passar aquele serão na nossa companhia, estando disponível para nos escutar, responder a questões, partilhar a sua experiência de recém-ordenado Bispo. Recordou, assim, o dia 02 de Abril de 2005, data

marcante na vida da Igreja. Ele a ser ordenado no Porto e João Paulo II a mergulhar nos braços do Pai.

Falou também da sua vida na Cúria Romana durante os anos de estudo em Roma onde chegou em 1978, tendo acompanhado os últimos tempos de Paulo VI na cadeira de Pedro.

Coube a D. Carlos a

"se houver críticas a fazer ao texto, já sabem a quem apontá-las". Quem sabe, acrescento, se este documento pontifício não irá despontar um novo interesse na Unidade Pastoral, abrindo uma nova ligação entre o Mistério da Redenção em Jesus Cristo e a redescoberta da dignidade do Homem, missão profundamente eclesial.

em Deus, por isso se permite ser transparente nas suas relações com as pessoas, inclusive com a comunicação social, a que está tão habituado, sobretudo desde que é Secretário da Conferência Episcopal Portuguesa. Não faltou quem o tenha interrogado acerca da posição da Igreja quanto à notícia de que os crucifixos

social e cristãos, D. Carlos Azevedo fez questão de explicar os termos *laicidade* e *laicismo*, clarificando as ideias. A laicidade do Estado é desejada. O Estado deve ser laico. Já o laicismo, indica uma doutrina que procura banir toda a manifestação do religioso na vida social. Mas sublinhou a importância de distinguirmos o essencial do acessório.

Mais importante que a presença de um símbolo religioso, é o nosso testemunho de autêntico cristianismo, que se mede pela vida concreta no dia-a-dia, nas reuniões de pais, de sindicatos, nas assembleias municipais, nas autarquias, nos serviços públicos, governamentais e instituições cívicas, como também no café, na mercearia ou no campo de futebol. É esta intervenção cristã na sociedade que faz de todos nós membros plenos de um Corpo cuja Cabeça é Cristo. E como temos estado pouco representados na sociedade.

(cont. no próximo núm.)

"D. Carlos Azevedo, esteve em Sintra, entre nós."

tradução para português da primeira encíclica de João Paulo II, "O Redentor do Homem", datada de 04 de Março de 1979, na qual o Santo Padre traçara as linhas mestras inspiradoras para o seu Pontificado. Brincando, o nosso Bispo avançou um comentário:

Quem esteve presente no encontro com o nosso Bispo deu-se conta da alegria, da simplicidade e da liberdade que se espelhavam no seu rosto, e se tocavam nas suas palavras e gestos. Um homem sem medo, que se rege pela Verdade que é Cristo Senhor, que ousa quebrar barreiras de silêncio para denunciar o erro e as constantes tentativas de intromissão na vida da Igreja e do homem concreto, social, político, cultural, por parte de pessoas e organizações movidas pela máquina da Maçonaria e seus tentáculos.

A verdade do seu discurso mostra como está profundamente enraizado

seriam banidos das escolas. Com essa mesma boa disposição, convidou jornalistas e povo anónimo (e os presentes em S. Miguel) a descobrir o lugar de cada coisa na vida, sem atropelos, considerando o contexto histórico em que foram introduzidos. Assim, por que não conservar o crucifixo, colocando a seu lado os símbolos de outras religiões representadas nas escolas? Judeus, muçulmanos, hindus, budistas, todos coabitam no nosso país. Se também eles sentirem esse apelo, por que razão negá-lo? Para os ateus, restaria sempre todo o espaço vazio, em redor.

Para a comunicação

Intenções do Papa para Fevereiro



- Que a comunidade internacional tome medidas para, com urgência, pôr fim ao tráfico de seres humanos.
- Que os cristãos leigos, nas Missões, assumam a responsabilidade de servir o seu País, também através dum maior empenho na vida social e política.

Calendário Litúrgico em Fevereiro - Ano B

Dia 5 - DOMINGO V DO TEMPO COMUM

LEITURA I Job 7, 1-4.6-7
«A via do homem sobre a terra, não é ela uma luta?»

SALMO 146, 1-6
"Louva, ó minh'alma, o Senhor."

LEITURA II 1Cor 9, 16-19.22-23
«ai de mim se eu não evangelizar!»

EVANGELHO Mc 1, 29-39
«a Ti Senhor, todos Te procuram»

Dia 12 - DOMINGO VI DO TEMPO COMUM

LEITURA I Lev 13, 1-2.44-46
«Que fazemos para aliviar o sofrimento?»

SALMO 31, 1-2.5.11
Refrão: Em ti Senhor me refugio.

LEITURA II 1 Cor 10, 31-11, 1
«Fazei tudo para glória de Deus»

EVANGELHO Mc 1, 40-45
«Se quiseres, podes purificar-me»

Dia 19 - DOMINGO VII DO TEMPO COMUM

LEITURA I Is 43, 18-19.21-22.24b-25
«Hei-de fazer brotar água no deserto e rios na terra árida»

SALMO 40, 2-5.13-14
Refrão: Invoquei o Senhor, com toda a confiança.

LEITURA II 2 Cor 1, 18-22
«Todas as promessas de Deus, são um sim em seu Filho»

EVANGELHO Mc 2, 1-12
«Filho, os teus pecados estão perdoados»

Dia 26 - DOMINGO VIII DO TEMPO COMUM

LEITURA I Os 2, 16b.17b.21-22
«ao deserto a conduzirei, para lhe falar ao coração»

SALMO 102, 1-4.8.10-13
Refrão: Aclamai o Senhor terra inteira!

LEITURA II 2 Cor 3, 1b-6
«É de Deus que provém a nossa capacidade»

EVANGELHO Mc 2, 18-22
«a Eucaristia alimentamos, para saciar os que passam fome»



José Pedro Salema



Farmácia Marrazes

Propriedade e Direcção Técnica de
Dra. Célia Maria Simões Casinhas

Já começámos!



Como anunciado, realizou-se no passado dia 14 de Janeiro a primeira reunião para formação da Comissão das Festas de N.ª S.ª do Cabo Espichel na

Paróquia de Santa Maria e São Miguel.

Estiveram presentes neste encontro cerca de trinta pessoas.

Já no próximo dia 17

teremos o 2º encontro, na sede da Comissão - sala por cima das garagens do Centro Paroquial (a entrada faz-se pela rampa de acesso às garagens).

Próximo encontro:

17 de Fevereiro de 2006
21:30H - Sede da Comissão



Em autocarro

Peregrinação a Fátima

À semelhança do que aconteceu no ano passado, também este ano a Unidade Pastoral de Sintra promove uma peregrinação em autocarro ao encontro dos peregrinos a pé e de bicicleta. Este ano o local escolhido foi Fátima.

A viagem tem o programa indicado em baixo e terá um custo de **15€ por pessoa, com almoço incluído**. As inscrições encontram-se abertas até ao dia **15 de Fevereiro** e as fichas de inscrição devem ser entregues no Cartório da Igreja de São Miguel. **Deve levar uma t-shirt da Unidade Pastoral de Sintra**. Se não tiver e pretender adquiri-la acresce 5€ ao valor da inscrição.

Programa:

- 08:00H - Concentração junto ao edifício do Dep. de Urbanismo da CMS, na Portela de Sintra. Acolhimento.
- 08:30H - Início da viagem.
- 10:00H - Chegada a Fátima. Encontro com os peregrinos a pé e de bicicleta.
- 12:30H - Almoço.
- 14:00H - Actividade.
- 17:00H - Eucaristia.
- 19:00H - Início da viagem de regresso.
- 20:30H - Hora prevista de chegada à Portela de Sintra.

Peregrinação a Fátima

Em autocarro

28 de Fevereiro de 2006

Nome: _____

Localidade: _____ Data de nascimento: ____ / ____ / ____

Telefone: _____ Telemóvel: _____

Pretende adquirir t-shirt com o símbolo da Unidade Pastoral de Sintra?

 Sim

 Não

A preencher pela organização:

Valor pago: 15€

Rúbrica de quem aceitou: _____

Inscrição nº: _____

20€

Falando de Cinema

"Karol - O Homem que se tornou Papa"

Realizador: Giacomo Battiato

Intérpretes: Piotr Adamczyk; Malgorzata Bela; Ken Duken; Hristo Shopov; Violante Plácido



Guilherme Duarte

Karol Wojtyla foi seguramente a personalidade mais fascinante do século XX, e foi, reconhecidamente, aquela que mais, e melhor, influenciou a história nos últimos 100 anos. Vindo "de um país longínquo", onde deixou um passado de sofrimento e de resistência, mas também de confiança e de fé, João Paulo II soube conquistar o amor e a admiração do mundo inteiro, (de crentes e não crentes), não caiu na tentação da facilidade, defendeu valores fundamentais como a família e o direito à vida, promoveu a justiça social, pugnou pela liberdade, condenou a libertinagem e combateu todas as formas de tirania. Foi ainda um defensor acérrimo do espírito ecuménico. A determinação e "teimosia" com que João Paulo II lutou pelos seus ideais teriam inevitavelmente de lhe valer algumas críticas, granjear antipatias, promover hostilidades. Foi injuriado, foi temido, chegou mesmo a ser odiado, ao ponto de o terem tentado assassinar. Não teve

medo, não recuou um milímetro que fosse nas suas convicções e continuou a defender o homem incitando-o a ser melhor, mais justo e mais fraterno. Foi indubitavelmente a figura maior do seu tempo. É gratificante, para nós cristãos católicos, que este desiderato tenha sido conquistado por um homem BOM, por um Papa que soube sofrer, que soube amar, que foi capaz de teimar, que foi solidário, resistente, compreensivo, e que foi, sempre, um apóstolo. Em suma: UM VERDADEIRO HOMEM DE DEUS.

Num século que viu nascer, e crescer, alguns monstros repugnantes, responsáveis por milhões de mortes, e que espalharam à sua volta, o terror e o sofrimento, Karol Wojtyla, juntamente com tantos outros, teve a coragem de lhes resistir e de os combater. Muitos pagaram essa ousadia com a própria vida, Wojtyla sobreviveu, e empunhando o facho da chama da FÉ, e iluminado por ela, enfrentou as "bestas", e conseguiu vencê-las.

Este filme

que relata a vida de Karol Wojtyla desde a juventude até à sua eleição como Papa, é um filme lindíssimo. Parece um paradoxo fazer uma afirmação destas em relação a um filme que durante cerca de 2 horas faz desfilarem perante os nossos olhos uma série horrenda de barbaridades, de crimes, de prepotências e de injustiças. Como pode ser considerado bonito um filme que nos confronta com realidades tão horríveis como aquelas que os polacos tiveram de suportar, primeiro às mãos dos nazis, logo de seguida sob o jugo, não menos violento mas mais camuflado, do comunismo. Pode e é! É de facto lindo este filme. Os relatos horríveis da crueldade e bestialidade nazi, e do totalitarismo violento dos comunistas acabam por ser abafados, embora nunca esquecidos, pela coragem, amizade, solidariedade, determinação e pela beleza da alma e do carácter dos resistentes. Não será descabido afirmar que este filme pode ser considerado emblemático. É um filme que pode muito bem

simbolizar a vitória da justiça sobre a tirania e a prepotência. A vitória do Bem sobre o Mal. A vitória do homem sobre a besta. Com todo o significado que o facto de se tratar de uma história verdadeira encerra em si. Tudo aquilo que ali se relata aconteceu de verdade. É fantástico.

Este filme ajuda-nos a compreender melhor todo o pontificado de João Paulo II. Um homem que desde a sua juventude conviveu dramaticamente com a violência, o ódio, a injustiça, a crueldade e a morte, só podia tornar-se num homem forte e determinado. Um homem caldeado pelo sofrimento ganha força para enfrentar todos os perigos e todas as dificuldades. Um homem iluminado pela Fé, e confiante no amor de Deus, não teme caminhos, nem se deixa intimidar pelos escolhos que neles possam estar escondidos. Com palavras de amor, com sentimento de confiança, e com o conforto da FÉ, este homem que escalava montanhas e descia rios, cavalcando correntes

LUZ...CÂMARA...ACÇÃO.

No próximo dia 11 de Fevereiro realizar-se-á mais uma NOITE DE CINEMA no salão da igreja de S. Miguel. Iremos assistir ao filme "KAROL - O Homem que se Tornou Papa" que, curiosamente, foi

comentado neste número do nosso jornal na rubrica "Falando de Cinema".

A projecção do filme começa às 21, 30 h, e será comentado no final. Esperamos por si.

embravecidas, soube também enfrentar os perigos dos homens que em vez de privilegiarem o respeito e o amor pela vida, preferiram cultivar o culto da violência e da morte. Soube enfrentá-los e foi capaz de vencer.

Este filme presta-nos a todos um serviço inestimável: dá-nos a conhecer em pormenor quem foi Karol Wojtyla. Sabendo quem foi este homem, não ficamos a conhecer melhor o Papa, porque isso todos conhecemos perfeitamente, mas ficamos certamente a compreendê-lo melhor. Ficamos a saber porque e como chegou onde chegou. Ficamos a saber como conseguiu ser aquilo que foi: UM SANTO.

Mais do que contar a

história de um homem santo, Giacomo Battiato ensina-nos como se atinge a santidade. Estou tentado a socorrer-me do velho ditado chinês para dizer que o cineasta não nos oferece um peixe, mas ensina-nos a pescar.

Não perca este filme.



Livro do mês



Procissão dos Passos de Abel Varzim

E quem não leu a obra extraordinária do P. Abel Varzim, A Procissão dos Passos no Bairro Alto, que não se tenha sentido tocado pelas suas observações, quando triste e sentidamente reconhece que o verdadeiro Senhor dos Passos não seguia na procissão, mas se encontrava

perdido pelo bairro, aí fazendo-se corpo vivo nas chagas físicas e morais da sociedade corrupta do seu tempo? Era então o P. Abel Varzim contra a procissão dos Passos? Ou não reclamava ele que se passasse do rito para a vida?

José Jacinto Ferreira de Faria, scj - Ecclesia

Internet

<http://www.acidigital.com>

A maioria dos analistas sócio-políticos, que fazem uma retrospectiva do que foi o ano de 2005 são unânimes em considerar que a morte do Papa João Paulo II foi um dos momentos marcantes

do ano.

O seu legado junto da Humanidade é enorme e isso não será esquecido.

O site deste mês é, então, dedicado ao Papa peregrino que levou a

elementos importantes da vida de *Karol Wojtyla* que vale a pena explorar.

Recomendo que visitem também o [site acidigital](http://www.acidigital.com), pois trata-se de um portal com informações Católicas de todo o mundo.



español

english

quem somos

todo o material



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

Sugestões do Mês



Vera Jesus
Hugo Ferreira

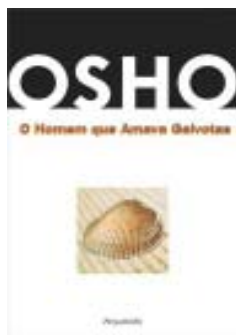
Literatura



A Semente de Deus de César Romão

Renan é um empresário de sucesso que sente, apesar da sua grande fortuna, um profundo vazio na sua vida. Desanimado, resolve reviver o seu passado difícil mas muito feliz, e parte em busca das pessoas que fizeram parte do seu percurso de vida. Ao longo dessa busca, é surpreendido por uma misteriosa mulher, que virá mudar a sua vida. A partir desse encontro, Renan começa a tomar consciência do amor que as pessoas que o cercam sentem por ele e resolve mudar o seu comportamento, até então muitas vezes ingrato e hostil. Com a ajuda da misteriosa mulher, vai purificando os seus caminhos e a sua alma, preparando-se para receber uma grande missão: tornar-se uma semente de Deus...

Valor Aprox: 10,00€
Editora: Pergaminho
Ano: 2000
Nº de Páginas: 144



O Homem que Amava Gaivotas de Osho

«Era uma vez...» Estas três palavras são, muitas vezes, os primeiros passos de uma profunda caminhada espiritual. Todas as filosofias, ciências e religiões não passam de histórias que o homem conta a si próprio para explicar a sua existência. São estas histórias que dão sentido à vida e a tornam mais bela; as histórias transformam a vida numa caminhada, numa viagem mágica. Este livro reúne 12 destas histórias, contadas e comentadas por Osho, com o humor e a perspicácia que o caracterizam. São histórias surpreendentes, comoventes e divertidas, oriundas de diversas tradições espirituais e destinadas a ajudar cada leitor a abrir as portas do seu próprio espírito.

Valor Aprox.: 14,00€
Editora: Oficina do Livro
Ano: 2005
Nº de Páginas: 232

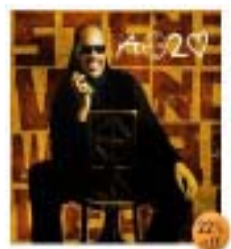
Música



As super novas de Ivete Sangalo

Ivete Sangalo vive para o povo e é para o povo que ela faz a sua música. O sentimento de partilhar a sua alegria e a sua garra é o que leva a artista a fazer música. Com doze anos de carreira, Ivete Sangalo chega agora com um novo disco de inéditos, "As Super Novas", que marca uma nova década de sucesso e leva para junto de si novos ouvintes e novos fãs.

Valor Aprox: 17,00€
Editora: Universal
Estilo: M.P.B.
Ano: 2005



A Time to Love de Stevie Wonder

Stevie Wonder é um músico prodigioso. Aos sete anos já tocava piano e harmónica. Aos nove seguiu-se a bateria. Depois de deixar a alcunha "little" que a Motown lhe atribuiu, Stevie Wonder encetou uma das carreiras musicais mais influentes de sempre, editando álbuns tão emblemáticos como *Songs In The Key Of Life* (1976), que marcariam para sempre um enorme número de artistas. Stevie Wonder regressa agora aos discos como *A Time To Love*. Aqui, Stevie faz uma ronda pela sua carreira, mostrando novos temas que tanto passam pelo funk mais gingão e festivo como abordam a soul de forma leve, sentida e emocional. *A Time To Love* marca o regresso de Stevie Wonder, depois de um último disco, *Conversation Peace*, editado há precisamente dez anos.

Valor Aprox: 16,00€
Editora: Universal
Estilo: Funk/Soul
Ano: 2005

Cinema em casa

Misteriosa Obsessão um filme de Joseph Ruben

Telly Paretta (Julianne Moore) vive atormentada pela memória do acidente que matou o seu filho de 8 anos. Enquanto tenta recuperar do desgosto, o marido e o seu psiquiatra insistem em dizer-lhe que ela está a delirar e o que o filho nunca existiu. Desorientada, tenta encontrar provas da sua existência, mas tudo desapareceu. Obsessão ou realidade, um assunto que nos faz pensar.
Género: Thriller
Ano: 2004
Duração: 91 minutos
Maiores de 12 anos



Ficha Técnica

Publicação mensal da



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

Jornal Cruz Alta

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

Direcção:

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

Jornalista:

Paula Penaforte.

Correspondentes:

IMC - Moçambique: Elizabeth; Raquel; Diogo; Ricardo.
IMC - Moçambique: Tina Leal; Filipe Leal.
China - Macau: Elias Colaço.

Colaboração:

Adelaide Almeida; Ana Maria Fernandes; António Luís Baptista; Cristina Vitória; Diácono António Costa; Fernando Marques; Hugo Ferreira; Isabel Afonso; Manuela Alvelos; Miguel Forjaz; Paulo Francisquinho; Rotary Club de Sintra; Rui Antunes; Vera Jesus.

Fotografia:

António Luís Leitão; Arquivo Cruz Alta/Internet; Guilherme Duarte; Mafalda Pedro; Maria João Afonso; Rui Antunes.
:: fotos@paroquias-sintra.net ::

Edição gráfica e paginação:

António Louro; José Pedro Salema.
António Luís Leitão;

Revisão de textos:

Ana Paula Ramos; Ana Rita Brandão; Isabel Afonso.

Área financeira:

Mafalda Pedro.

Distribuição e assinaturas:

Almério Alvelos; Fernando Monteiro; Guilherme Duarte; João Valbordo; Manuel Sequeira; Manuela Alvelos; Pedro Inácio.

Publicidade:

Elsa Tristão.
:: 965 693 238 // 919 632 829 ::
:: cruzalta-publicidade@paroquias-sintra.net ::

Impressão:

Jornal Reconquista
:: Zona Industrial - 6000 CASTELO BRANCO ::
:: 272 340 890 ::

Tiragem deste número:
2500 exemplares

Foto-comentário

Curiosidades de Sintra

Os sintrenses têm, todos eles, um enorme orgulho na sua terra, mau grado as malfetorias a que ela tem vindo a ser sujeita de há muitos anos a esta parte. Apesar de muito maltratada, Sintra continua a justificar inteiramente esse orgulho. A beleza natural que se mantém intacta, apesar de alguns atentados cometidos contra ela, a riqueza patrimonial que resistiu ao desleixo de muitos anos, mas também o esplendor e a riqueza da sua história são motivos mais do que suficientes para nos sentirmos orgulhosos da nossa condição sintrense. Mas será que todos os sintren-

ses conhecem a história da sua terra? Permito-me duvidar. Senão vejamos:

- Quantos de nós sabem que o edifício onde funcionam os serviços florestais, a poucos metros da igreja de Santa Maria na rampa de acesso ao Castelo dos Mouros foi, em tempos idos, a Igreja de S. Miguel?

- E que S. Miguel foi no passado uma das quatro paróquias de Sintra, a par de Santa Maria, S. Pedro de Canaferrim e de S. Martinho?

- E ainda, que o rei D. Afonso V (O Africano), nasceu no Paço de Sintra, em 15 de Janeiro de 1432, e faleceu nesse mesmo

Paço em 28 de Agosto de 1481?

- E que seu filho, D. João II (O Príncipe Perfeito), foi aclamado rei de Portugal, três dias depois, em 31 de Agosto de 1481, também no Paço Real de Sintra, numa cerimónia faustosa, celebrada no terreiro fronteiro ao Palácio, perante toda a corte e a nobreza do país?

- E saberá por acaso que o pelourinho de Sintra que se encontra na Vila Velha, é um réplica do pelourinho original,

mandado destruir no final do século XIX, na sequência de uma proposta do vereador José Joaquim Roquette, por atentar contra a "decência e asseio público"?

O amigo leitor não sabia? Pois bem... agora já sabe! É uma das vantagens de ler o "Cruz Alta"!



Passatempo

Olho.indiscreto

Para participar neste passatempo e habilitar-se a ganhar um exemplar do "Livro do Mês - Fevereiro", faça o seguinte:

1. Identifique esta fotografia.
2. Envie-nos a sua resposta com nome completo e telefone de contacto de um dos seguintes modos:

- » Por e-mail: olho.indiscreto@paroquias-sintra.net
- » Por correio: Passatempo "Olho.indiscreto" - Jornal Cruz Alta - Av.ª Adriano Júlio Coelho, Estefânia, 2710-518 SINTRA
- » Em mão: no Cartório da Igreja de São Miguel - Sintra

De entre as respostas correctas e recepcionadas até ao dia 10 de Fevereiro de 2006, será sorteado o prémio acima referido no dia 11 de Fevereiro de 2006, no início da projecção do filme "Karol, o homem que se tornou Papa", pelas 21:30, no salão da Igreja de São Miguel.

Solução do número anterior:
Igreja de Lourel [em construção].

Entrevista com a vencedora: Teresa Rosa

No decorrer da primeira reunião para formação da Comissão das Festas de N.ª S.ª do Cabo Espichel na Paróquia de Santa Maria e São Miguel, no passado dia 14 de Janeiro, teve lugar o sorteio do passatempo "olho.indiscreto" e dos quatro participantes que acertaram, saiu vencedora a Teresa Rosa, 48 anos, residente em Mem Martins, funcionária do Cartório da Igreja de S. Miguel.

CA - Como descobriu o que estava na foto?

TR - Foi fácil. Como sou escalada para fazer a Festa da Palavra e desta vez calhou na Igreja de Lourel, onde tinha estado na semana anterior, descobri logo.

CA - Vai continuar a participar neste passatempo?

TR - Sim, vou. Acho é que devia de haver mais participantes.

CA - O que acha do jornal Cruz Alta?

TR - É interessante. Dá-nos a conhecer duma forma geral tudo o que se passa nas nossas comunidades e é uma forma de unir mais as pessoas.

CA - Gostou do prémio? E o que foi?

TR - Gostei. Foi uma oferta da Comissão de Festas da Vila Velha. Três livros sobre Sintra, de Francisco Costa. Obrigada.