



Cruz Alta

Director: P. Carlos Jorge Henriques Vicente

Ano IV ~ Março 2006 ~ Nº 30

Distribuição gratuita



Aconteceu!!!

Meio século depois a neve voltou a Sintra. Foram precisas cinco décadas para que a nossa bonita serra voltasse a vestir-se de branco.

No início da tarde, particularmente fria, do dia 29 do passado mês de Janeiro foi possível observar em Sintra alguns pequenos "farrapos" brancos e leves, esvoaçando no ar e derretendo-se mal tocavam o solo. Progressivamente os pequenos flocos iam-se multiplicando e começaram a cair com maior intensidade. Já não havia qualquer dúvida, a neve voltara a Sintra 52 anos depois.

Em pouco tempo, nos pontos mais elevados da serra, as árvores começaram a ficar cobertas por um finíssimo manto branco, que lhes emprestava uma beleza até aí então insuspeitável para a maioria dos sintrenses. Sem a exuberância e o esplendor do nevão de 2 de Fevereiro de 1954, o manto branco que agora cobriu parcialmente a serra foi suficiente para oferecer às muitas centenas de pessoas que rapidamente ali afluíram um cenário raro e muito belo.

Que Sintra, vestida de verde, era maravilhosa já todos o sabíamos. Que Sintra engalanada de branco é fascinante e esplendorosa, só alguns o sabiam, muitos outros ficaram agora a sabê-lo.

De verde ou de branco, Sintra é sempre deslumbrante.



Vai acontecer!!!

Dia da Unidade Pastoral de Sintra. 26 de Março. Pavilhão da União Desportiva e Cultural de Nafarros. Mais uma vez, vamos encontrar-nos todos em volta da mesma Mesa, unidos na mesma Fé. Será o encontro anual de todas as Comunidades destas três Paróquias. Das gentes que constroem, dia-a-dia, a Unidade Pastoral de Sintra, conduzida pelos nossos Padres, o P. Carlos Jorge e o P. Rui Gomes. Não falte! Vamos fazer Festa!

Programa:

10H00: Acolhimento.

11H00: Início da festa e Eucaristia.

13H00: Almoço.



«Todos estão rodeados de oportunidades. Mas estas apenas existem quando são vistas. E apenas serão vistas se as procuramos.»

Edward de Bono

Editorial

Caminhada

Elsa triston



Caros leitores: perante tantos momentos únicos que experimentamos nesta vida, como nos mostra a nossa primeira página, lembrei-me de vos falar de uma caminhada de transformação pessoal que me propus fazer.

Até há umas semanas atrás, a minha vida não passava de uma longa corrida. Tal como eu, meio mundo anda assim. O mais curioso é que até hoje não sei onde é a meta. No meu dia a dia, o que mais vejo são pessoas a lutar, a empurrar, a tentar. *Fazem demais e são de menos.*

"Tentar puxar a flor para que ela cresça equivale a matá-la. E, no entanto, é o que estamos dispostos a fazer com as nossas vidas."

Se a vida não passa de uma série de momentos, se os deixarmos escapar, deixaremos escapar a vida. É isso que realmente me importa. Ainda não aprendemos que o caminho é bem melhor do que a meta. Vivemos numa corrida em direcção à terra da fantasia. Dizemos para nós próprios: "Assim que

eu alcançar isto, ou aquilo, serei feliz!". Eu, já cheguei à conclusão que a felicidade não é um lugar para onde se vai, é um estado interior que se cria. Descobri mais um dos paradoxos do mundo: se correr para as coisas, elas afastar-se-ão de mim. Quero deixar de viver a vida de uma forma frenética e limitar-me, simplesmente, a abraçá-la, confiando. É o que eu chamo Fé: ter a capacidade de viver a vida baseada no amor pela viagem e pelo presente.

"Ó dia normal, permite-me ter consciência do tesouro que és. Não me deixes passar por ti, na demanda de um qualquer raro e perfeito amanhã, e ignorar-te. Um dia, enterrarei as unhas na terra, ou o rosto na almofada; espreguiçar-me-ei, ou levantarei as mãos para o Céu, desejando, mais do que tudo no mundo, o teu regresso."

A melhor parte

Servir os irmãos é servir a Deus



Diác. Valinho

Falta-nos aprofundar a palavra "serviço". O homem foi criado para a Aliança – não esqueçamos esta perspectiva essencial. Foi criado para a salvação que é a nossa divinização. Deus criou a humanidade para a desposar, muito mais intimamente do que sucede nos desposórios humanos; nestes, o amor do homem não transforma a mulher nele mesmo, e o amor da mulher não transforma o homem nela mesma. O homem e a mulher unem-se, mas nunca se tornam "um". É por isso que, no amor humano, há sempre a busca de um mais além; o homem e a mulher sofrem sempre por nunca chegarem a ser um, mesmo que sejam muito unidos. Por isso aqui na terra, entrar no amor é sempre entrar no sofrimento. Mesmo nos casais mais unidos há sempre um mais além, uma insatisfação fundamental. Com Deus é diferente: desposa totalmente a humanidade. Foi para isso que a criou. Este é o **fundamento da nossa fé, o fundamento sem o**

qual tudo o mais se torna ininteligível. As condições destes desposórios são o **louvor, o respeito e o serviço.**

O amor vive-se no presente. Trata-se de fazer o que Deus quer **agora**: "seja feita a vossa vontade". É preciso fazê-la. É isso o serviço: **FAZER.** O serviço é a **forma histórica do louvor.** Nós estamos na história; cada um de nós faz a sua história e a história humana é feita de histórias de cada um. Deus criou-nos **criadores de nós mesmos.** Temos, portanto, que se nos criamos a nós mesmos, tornarmo-nos livres. **E não o podemos fazer senão trabalhando para libertar os irmãos.** A nossa liberdade passa pela dos outros. Não estamos sozinhos. É por isso que devemos estar ao serviço dos irmãos. **Só assim estamos ao serviço de Deus,** e o nosso louvor e respeito não são ilusões.

Cristo diz-nos: "vim para servir". Esta é a maior afirmação do Evangelho. Lembremo-nos dos cânticos do Servo de Javé relatados no "segundo Isaías". Neste número anónimo do segundo Isaías encontramos os célebres quatro cânticos do Servo. São, em relação a Cristo e aos Evangelhos, um anúncio da figura do Messias. Ao longo do Evangelho vemos que Jesus lembra-nos que foi anunciado pelos profetas com este nome: **Jesus é o Servo.** A cena do lava-pés mostra-nos, em plena luz, que Cristo é o Servo, (Jo 13, 1-20). A Virgem Maria escolheu a mesma palavra para se definir: "sou a Serva do Senhor", (Lc 1,38); é sinónima de "fiat": "sou a serva do senhor, seja feita..." o importante é fazer. No martirológico romano e na liturgia, chama-se aos

santos os servos de Deus. Os consagrados pelo sacramento da ordem são chamados ministros do Senhor, portanto "servos". Todo o ministério é serviço. No entanto, Cristo diz-nos também: "não vos chamo servos, **chamo-vos amigos, porque o servo não sabe o que faz o seu senhor. E eu dei-vos a conhecer tudo o que o Pai me ensinou,** (Jo 15,15.16). Afirmação espantosa. É como se nos dissesse: **sabeis tanto como Eu.** É preciso ser-se tanto mais servo quanto menos se é tratado como servo. Fazer a vontade de Deus é, necessariamente, entrar na sua intimidade; já não quer ser pura e simplesmente servo, mas sim **amigo, amigo íntimo;** sem que isso nos impeça de continuarmos ao seu serviço, pois deixá-riamos automaticamente de ser amigos. "Quem faz a vontade de meu Pai que está nos céus, **esse é meu irmão, minha irmã e minha mãe**" (Mt 12, 50); ou seja é meu íntimo: **serviço de amigo.** O amigo não presta serviço como aquele que é apenas servo; é uma tonalidade completamente diferente. Todo o Evangelho está repassado de importantíssimos ensinamentos sobre este tema fundamental da nossa fé. Mas o serviço tem de ser **sincero:** "uma caridade não fingida" (2Cor 6,6); para que possamos dizer como Cristo: "o meu alimento é **fazer** a vontade de meu Pai", (Jo 4,34). Tem de ser **real;** não podemos ficar em palavras: "não são os que dizem Senhor, Senhor...mas aqueles que **fazem** a vontade do Pai, (Mt 7,21); "meus filhinhos, não amemos em palavras e com a língua, mas em actos e em verdade" (1Jo 3,18). Tem de ser perfeito, porque se

trata da vontade de Deus e o amor fraterno é uma virtude teológica; as virtudes teológicas, (fé, esperança e caridade), são as que nos ligam directamente a Deus; "tudo o que fizeste ao mais pequenino...**foi a mim**". Tem que ser **desinteressado;** quando Jesus diz: "a vossa recompensa será grande nos céus" (Mt 5,12), isto significa **amar como Deus ama;** não há outra recompensa; entendamos bem as palavras do nosso Mestre: "quando tiverdes cumprido tudo o que vos mandarem fazer dizei: somos simples empregados, não fizemos mais que a nossa obrigação". (Lc 17, 10). É evidente que **servir a Deus** não é prestar-lhe um serviço. Que serviço poderíamos prestar a Deus? **Servir a Deus é asseme-lharmo-nos a Ele.** É ser verdadeira e plenamente **homem.** É sermos filhos dignos do nosso Pai. O serviço tem de ser **fiel,** ou seja, sem desistências nem desânimos. Não há nada como os pequenos trabalhos humildes e monótonos para revelarem a verdadeira fidelidade do coração. É preciso muito mais amor para **dar a vida gota a gota, de manhã à noite,** dia após dia sem desanimar, numa vida difícil de comunidade, do que para dar a vida toda numa só vez. **Não há nada mais difícil do que uma comunidade humana.** Não pode deixar de ser um dom de Deus. Uma comunidade sem o Espírito de Amor – o Espírito Santo – é pura ilusão. Que o Espírito Santo nos faça compreender que cada cristão da nossa Unidade Pastoral tem uma tríplice missão – unido intimamente a Cristo – de ser sacerdote, profeta e rei, ou seja – em síntese – **SERVIR A DEUS, SERVINDO OS IRMÃOS.**

Os nossos Padres

"A Quaresma"



P. Rui Gomes

Estamos a iniciar o Tempo da Quaresma, aqui vos deixo algumas palavras para ao longo deste tempo, descobrirmos o seu significado:

QUARENTA
CRUZ
PARTILHA
RENÚNCIA
CONVERSÃO
SINAL
MUDANÇA
CAMINHO

Postais da Vila Velha

Os nossos Bombeiros



Fernando Marques

Quem não chama os Bombeiros? Todos, sem excepção! Eles, a quem tantas vezes não se dá o devido valor estão sempre lá: nos incêndios, nas inundações, nas faltas de água; para desenterrar a porta que ficou com a chave do lado de dentro; alguém que caiu a um poço; no transportes de doentes aos Hospitais e Centros de Saúde; num acidente; para lavar a estrada; nas procissões; nos desfiles nacionais; nas guardas de honra; nas salas de espectáculos; nos jogos de futebol, enfim, existem um sem número de ocasiões, em que perante a situação de facto, instintivamente, chamamos os bombeiros, porque os consideramos, como

os agentes mais prontos e preparados para nos resolver as nossas aflições do momento. As situações em causa podem ser críticas, urgentes, ou normais, e lá vêm os "soldados da paz"! Prontos a servir! De quem nos lembramos, no imediato, de chamar, pois achamos sempre que a nossa situação naquele momento específico, é a mais importante de todas, e é a nós em primeiro lugar que eles têm de socorrer. É a nossa aflição, pode ser a nossa vida ou de algum parente próximo que está em jogo e achamos sempre imperdoável que eles não venham logo acudir a nossa crise, de dia ou noite. O que importa, é sentirmos a agradável sensação, de que existe sempre alguém que

não conhecemos e respondemos prontamente à nossa chamada, sem pensar na sua própria vida, tendo como objectivo principal servir o próximo, e salvar uma vida.

É certo que alguns dos serviços prestados são cobrados, mas existe um pequeno detalhe, que gostaria de lembrar a todos, e que me parece ser da máxima relevância: para se tornar sócio dos bombeiros, actualmente, o preço das quotas a pagar é de um euro por mês, ou seja doze euros por ano, valor este praticamente simbólico, mas o bastante para fazer com que as pessoas se sintam seguras e possam, no mínimo, exigir a sua presença, em qualquer situação, mais ou menos

urgente. Parece-me que todos deveríamos reflectir sobre o valor desta participação, francamente irrisória, se compararmos com o valor inestimável e impagável da segurança e da vida de todos. Afinal, bem vistas as coisas, o que é um euro bem gasto e por uma boa causa, comparado com quase três euros que tanto gastam por dia num maço de tabaco que

só prejudica a saúde e lhes pode tirar a vida, aos poucos?

Se todos os munícipes pagassem uma quota para os bombeiros, certamente que estes poderiam adquirir mais e melhor material e ter pessoal mais qualificado, respondendo com mais eficácia e prontidão a todas as chamadas que, diariamente, chegam à central do quartel.

Todos estaríamos, pessoas e bens, seguramente mais e melhor protegidos.

Amigos, não se limitem a concordar. Reajam a ajam. Ajudem quem nos ajuda durante todo o ano, a qualquer hora e em qualquer situação!

Apoiem e façam-se sócios das Associações dos Bombeiros Voluntários de Sintra e de S. Pedro de Sintra.



Boletim

MARÇO 2006

UNIDADE PASTORAL DE SINTRA

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

1	Quarta	21H30: Terço meditado: Igreja de S. Pedro.
4	Sábado	9H30: "Butep'a.rua". Será na Abrunheira. Local de concentração: terreno onde se vai construir a Igreja. Levar uma T-shirt da UPS. 17H30: Concerto do Coro "United World College of the Atlantic". Igreja de S. Martinho. Entrada gratuita.
5	Domingo	15H30: tarde de convívio/lanche para os mais idosos. Casa Paroquial de S. Martinho. Venha e traga um amigo.
6 a 10	Segunda a Sexta	Nestes dias, os Padres Carlos Jorge e Rui Gomes participam no retiro anual do Patriarcado. Por este motivo, será celebrada a Eucaristia, diariamente, às 19H00, apenas numa das Igrejas Paroquiais. Horário / 3ª feira: Igreja de S. Martinho; 4ª feira: Igreja de S. Miguel; 5ª feira: Igreja de S. Pedro; 6ª feira: Igreja de S. Miguel.
8	Quarta	21H30: "Uma hora com Jesus". Um tempo de oração. Igreja de S. Pedro.
11	Sábado	• VENDA DO LIVRO DO MÊS: "YNARI, a menina das cinco tranças", de Ondjaki. Um livro para crianças... e adultos. 21H30: "Silêncio... câmara... acção". Exibição da 2ª parte do filme: "KAROL, O HOMEM QUE SE TORNOU PAPA". Salão de S. Miguel.
12	Domingo	• VENDA DO LIVRO DO MÊS: "YNARI, a menina das cinco tranças", de Ondjaki. Um livro para crianças... e adultos. 12H00: Missa da Família da Catequese: "Festa da Aliança". Igreja de S. Miguel.
15	Quarta	21H30: Terço meditado: Igreja de S. Pedro.
17	Sexta	21H30: Terceira reunião da Comissão das Festas de N.ª S.ª do Cabo Espichel, da Paróquia de Santa Maria e São Miguel. Sede da Comissão (entrada pela rampa das garagens da Igreja de S. Miguel).
18	Sábado	17H00: Concerto do Coro "Leal da Câmara". Igreja de S. Martinho. Entrada gratuita. 21H30: Noite de Teatro: "Gatos, Gaivota&Companhia, Lda.", pelo Grupo de Teatro de S. Miguel. Salão de S. Miguel, 21H30.
22	Quarta	21H30: "Viagem à Bíblia". Um tempo de estudo da Bíblia e apresentação de um tema relacionado com a fé. Levar uma Bíblia.
25	Sábado	16H00: Concerto dos Coros "Renascer Chiado" e "Sol Nascente". Igreja de S. Miguel. Entrada gratuita. 21H30: Festival Juvenil da Canção da Vigararia de Sintra. Anfiteatro da Igreja Paroquial de Rio de Mouro. Entrada paga. NOTA: porque amanhã se celebra o DIA DA UNIDADE PASTORAL DE SINTRA, e como tem acontecido nos anos anteriores, neste dia suprimem-se as Eucaristias vespertinas das 19H00 nas Igrejas de S. Miguel e de S. Pedro, e das 17H00, na Escola da Abrunheira.
26	Domingo	DIA DA UNIDADE PASTORAL DE SINTRA: PAVILHÃO DESPORTIVO DE NAFARROS. ■ 10H00: acolhimento. ■ 11H00: início da festa e Eucaristia. ■ 13H00: almoço. NOTA: como tem acontecido nos outros anos, a Eucaristia em Nafarros será a ÚNICA do dia em toda a zona da UNIDADE PASTORAL DE SINTRA. Veja na página nº 9 desta edição informações mais detalhadas acerca dos transportes e do almoço. Para mais informações, contactar o cartório da Igreja de S. Miguel ou de S. Martinho.

Sopram ventos a Oriente

N.^a S.^a das Candeias



Elias Colaço

No dia 2 de Fevereiro, comemora-se o Dia da N.^a S.^a das Candeias. Para as gentes de Damão, é dia de festa, pois a S.^a das Candeias é Padroeira de Damão, pelo simples facto de que em 1559, mais coisa menos coisa, nesse dia e sob o comando de D. Constantino de Bragança, as forças portuguesas reconquistaram Damão aos mouros. Desde então passou a celebrar-se nesta data esta festa. Até a entrada de Damão, que é composta de uma muralha com um arco, tem no seu cimo uma imagem da referida N.^a S.^a.

A comunidade Damaneense, aqui em Macau, embora pequena, procura manter a tradição dos usos e costumes da terra e organizou no dia 2 de Fevereiro a festa da N.^a S.^a das

Candeias com procissão de velas, depositando a Imagem da Virgem junto do altar, seguindo-se a celebração eucarística presidida pelo P. Lancelote (português nascido na Malásia) e coadjuvado pelo P. Urbano (natural de Goa). Após a celebração eucarística houve um jantar-convívio no salão paroquial onde cada qual levou o seu contributo para a festa.

Normalmente, a organização deste tipo de festas tem uma pessoa que coordena tudo, o chamado Mordomo. A comunidade de Damão em Macau aproveita esta ocasião para convidar membros de outras comunidades a participarem nesta festa e assim estiveram presentes membros das comunidades de Goa, Diu, Macau, Timor Leste e Portugal. O

jantar festivo foi bem servido, pois os convivas esmeraram-se nos seus dotes culinários. A seguir, chegou a hora da pô as guitarras afinadas bem como as gargantas, cantando-se várias canções e levando o resto da noite em agradável animação. Aliás, devo dizer que todas as festas que se fazem nestas comunidades terminam com música. Outra particularidade, tem a ver com o facto de as velas utilizadas na procissão terem a sua base de cor avermelhada, não tendo conseguido encontrar quem me conseguisse explicar o porquê da mesma. Resta dizer, que tudo isto foi feito na Igreja de St.^o António, situada perto do Jardim de Luís de Camões, onde fica a célebre Gruta em que Camões se refugiava para

escrever os seus poemas.

A Igreja de St.^o António está construída no mesmo local onde foi construída a primeira capela de Macau, por volta de 1558. Construída em 1638, foi reconstruída várias vezes, pois também várias vezes se incendiou. 1930 e 1940 são as datas dos últimos restauros. Sendo militar e capitão do Exército Português, Santo António é homenageado no dia 13 de Junho numa cerimónia em que o Presidente do Leal Senado (equivalente ao Presidente da Câmara) lhe entrega um soldo, e a sua imagem é levada em procissão ao redor da Igreja, até ao Largo de Camões.

Para os mais novos que desconheçam o que foi Damão, Diu e Goa prometo que numa das próximas

crónicas falarei um pouco sobre esses antigos territórios da Índia Portuguesa onde, ainda hoje, apesar de passados mais de 40 anos desde a saída dos Portugueses, se continua a falar e a interessar pela língua portuguesa, apesar do total alheamento das autoridades de Portugal.

Meus amigos um grande abraço. Para aqueles que foram na Peregrinação um abraço muito especial. Tenho muita pena de não ter ido convosco mas estive presente de outra forma.



E o futuro dos nossos filhos?

Miguel Forjaz

Caros leitores: quero partilhar convosco uma carta minha, publicada na Notícias Magazine do Diário de Notícias, em 15 de Janeiro do corrente ano.

Estou decepcionado com este país, que é o meu. Tenho um filho que fez agora 18 anos, e que tem a vontade férrea de tirar Medicina. Talvez tenha herdado alguns genes do seu pai, médico, e constatado que ser médico é uma profissão em que se pode ser útil aos outros e cuja disponibilidade e dedicação devem ser totais. Dispõe, potencialmente, de todas as capacidades humanas e intelectuais para poder vir a ser um bom médico. Acabou o 12.^o ano com média final de 17 valores, média insuficiente para ingressar numa Faculdade de Medicina no território nacional (Continente e Ilhas). Aqui, em Portugal, só se entra

com médias superiores a 18,25 valores!!!

Assim sendo, existem várias hipóteses se esta média não for atingida:

1-Os candidatos recorrem a outros cursos da área da Saúde menos abrangentes, ou cursos de outras áreas. É possível que, nalguns casos, estes exemplos tenham tido êxito, mas o sonho de ser médico, esse, nunca se realizará e a frustração é um dado adquirido e permanente.

2-Optam por repetir o ano para levantar a média, que tem que chegar de forma inexorável aos tais 18,2... e qualquer coisa. "Este qualquer coisa" é muito, porque se o candidato obtiver 18,20, por exemplo, não consegue entrar, obviamente. Um ano na vida, perdido? Sim! Se não se conseguir esse difícil objectivo.

3-Se os pais tiverem possibilidades económi-

cas, mandam o filho para Espanha, ou outro país da Europa, ou até para os E. U. A. Ou seja, emigram, como fazem os oriundos do terceiro Mundo... Mas o processo de entrada também não é fácil. Para além do problema da língua, as matérias que constam dos exames de admissão nestas faculdades estrangeiras não são coincidentes com as matérias dadas no programa de ensino nacional.

Nós, pais responsáveis, temos como prioridade máxima proporcionarmos a melhor educação aos nossos filhos, desde o 1.^o ano, abdicando de tudo, para que eles, no futuro, tenham a "enxada" para a sua carreira, que livremente escolheram e os tornará independentes para a vida e, se possível, ajudá-los a realizarem-se profissionalmente. Neste caso concreto, a impossibilidade da entrada na Faculdade cria

também em nós, pais, um sentimento de impotência, frustração, e revolta.

Parece que há excesso de médicos em Portugal, dado o apertado "número clausus" que se constata, desde há mais de vinte anos na admissão de candidatos às Faculdades de Medicina. Mas o que nós vemos e sentimos é precisamente o contrário!

Assim, o senhor Ministro da Saúde anuncia que, para contrariar as listas de espera nas consultas nos Centros de Saúde disseminadas pelo território nacional, o governo vai contratar médicos estrangeiros que irão ser preparados (sabe-se lá quanto é que isto vai custar) para preencher os lugares em causa, no sentido de dar resposta às solicitações dos doentes que, neste caso particular, são mesmo "pacientes". E já agora, no critério de admissão desses médi-

cos estrangeiros é exigida a média superior a 18 valores? Ou não são estes médicos estrangeiros aqueles que não têm emprego nos seus países e, portanto, os menos capazes? Já notamos a presença de muitos médicos e outros profissionais de saúde estrangeiros em vários hospitais. Estas medidas poderão resolver, aparentemente, o problema a curto prazo, e poderão dar uns votos nas eleições próximas, mas resolvem a sério esta questão de fundo?

Quem são os responsáveis, os causadores desta

tão injusta situação? Fale-se em *lobbies*. Os nossos não entram e abrem as portas aos de fora? E porque não, por ex. criarem mais uma ou duas Faculdades? Sai caro? Ao menos, é dinheiro bem gasto, porque se está a pensar na formação dos nossos jovens, futuros Homens de Amanhã.

Não me venham, senhores políticos dizer, que a educação é uma prioridade nacional, pode ser?

Com situações destas, qual é o futuro do nosso país?



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

Consultório médico

A HEPATITE C



Miguel Forjaz, médico

Em geral silenciosa, a hepatite C é a mais frequente das hepatites virais crónicas do Ocidente. É um problema de saúde pública, cujos números falam por si:

Calcula-se que existam cerca de 170 milhões de portadores crónicos no mundo; em Portugal, há cerca de 150.000 doentes, mas a grande maioria das pessoas contaminadas não o sabe. Estima-se que, apenas 20 a 30 % dos doentes infectados tenham sido identificados.

Em França, 500.000 pessoas sofrem de hepatite C crónica. Metade delas foram contaminadas durante uma transfusão de sangue, entre 1970 e

1990. Destas, cerca de 100.000 estão ameaçadas por uma cirrose e 30.000 por um cancro primitivo do fígado. Mas muitas vezes não o sabem. Em termos estatísticos, julgo que

"No último artigo falei sobre a hepatite em geral. Hoje o tema é a hepatite C"

estes dados são proporcionais a todos os países. Face a uma tal ameaça, o público oscila entre uma enorme indiferença, por desconhecimento e por aqueles que não são afectados directamente, e a inquietação, por vezes exagerada, daqueles que um teste identifica como positivo.

O vírus da hepatite C foi identificado em 1989, mas o desenvolvimento da hepatite C no Ocidente, remonta, essencialmente

ao princípio dos anos 70. Está ligada à generalização das transfusões de sangue, especialmente realizadas no período acima descrito, e ao aumento da toxicodepen-

dência. É de notar, que, actualmente, graças ao rastreio sistemático do vírus nos dadores de sangue, o risco de transmissão da hepatite C por transfusão é nulo.

Ora, se não for tratada, a hepatite C crónica pode, nalguns casos (20%), dar origem a uma cirrose, com 20 ou 30 anos de evolução silenciosa, em geral. Algumas dezenas de milhar de portugueses (20.000-30.000?) estão ameaçados de cirrose,

sem saberem! Para eles, os riscos são tanto maiores, quanto mais tarde for diagnosticada a hepatite. Se a hepatite C for tratada a tempo e curada, não deixará qualquer sequela.

Quem deve fazer o rastreio do vírus da hepatite C?

Recomenda-se o rastreio a quem possa ter uma suspeita de hepatite; e, depois, a todos aqueles que tenham feito uma transfusão de sangue antes de 1992; aos consumidores e ex consumidores de drogas por via intra-venosa; por fim, a todos aqueles que vivem intimamente com pessoas infectadas com vírus da hepatite C.

Quais são os principais sintomas?

Na maioria dos casos a infecção passa despercebida. A tonalidade amarela da pele (icterícia) só aparece num caso em cada dez.

Não existe ainda uma vacina para esta doença.

O principal factor para o agravamento da hepatite C é o álcool.

Os riscos da hepatite C crónica são a cirrose e o cancro do fígado. Três em cada dez vezes, a cirrose resultante de uma hepatite C pode conduzir ao

desenvolvimento do cancro primitivo do fígado.

O tratamento é eficaz em cerca de 60% dos casos e dura de 24 a 48 semanas. É muito caro, mas é participado a 100% pelo Estado e o doente deverá ser acompanhado por um especialista em gastroenterologia e hepatologia.



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

Dieta Dash

A elevada ingestão de sal está

fortemente relacionada com o risco do desenvolvimento da hipertensão. Segundo a Organização Mundial de Saúde, a recomendação diária de sal para um adulto é de 6 gramas.

Infelizmente consumimos muitas vezes sal sem nos apercebermos. Quase todos os produtos industrializados apresentam uma elevada concentração de sal, principalmente os enlatados, as conservas e os enchidos, como o atum, as ervilhas, o grão, o feijão, o salame, o presunto, a mortadela, o chouriço, entre outros.

Durante anos, os especialistas aconselharam a redução de sódio para ajudar a diminuir a pressão arterial.

Recentemente, através de um estudo realizado, intitulado DASH

(Dietary Approaches to Stop Hypertension), comprovou-se que a redução do consumo de sal para 3 gramas diários, acompanhado de uma dieta rica em frutas, legumes,

lactínios ma-gros, carnes magras, nozes, sementes oleagi-nosas, azeite e legumino-sas, diminui o risco de desenvolvimento de hipertensão.

Em português, a sigla DASH significa "abordagem dietética para deter a hipertensão arterial", e a dieta está orientada no sentido de fornecer um conjunto de alimentos saudáveis que consigam melhorar a hipertensão arterial através dessa intervenção nutricional. Este regime assenta numa diminuição da ingestão de gordura saturada, substituindo-a por uma elevada ingestão de fibras, cálcio,

potássio e magnésio, e moderado em proteínas. A DIETA DASH (DIETARY APPROACHES TO STOP HYPERTENSION) sugere:

- Uma **elevada ingestão de fruta e legumes**: pelo

menos 3 peças de fruta diariamente e 4 doses de vegetais (na forma de sopa e/ou como acompanhamento no prato);

- Um **baixo consumo de gorduras saturadas** (e colesterol: isto significa um consumo preferencial de peixe e aves sem pele, consumo moderado de partes magras de carne bovina e suína; leite e derivados (queijo e iogurtes), magros ou meio gordos; sem esquecer, que deverá ser evitada toda a gama de produtos industrializados (bolos, bolachas, aperitivos, refeições preparadas), bem

como alimentos fritos e óleos que contêm grandes quantidades de gorduras. Sendo a hipertensão arterial um grande factor de risco para o desenvolvimento de compli-

cações cardiovasculares, é urgente que os milhões de pessoas que dela padecem, sejam informados

sobre o que podem fazer a nível alimentar para minorar este factor.

No entanto, devo alertar que para casos mais graves de hipertensão, embora a dieta DASH possa diminuir a pressão arterial (sistólica e diastólica), a medicação não pode ser interrompida ou ter a sua dosagem alterada sem a avaliação e a prescrição de um médico. Além disso, a dieta DASH, não pode



Elsa Tristão, nutricionista

constituir o único factor de mudança no tratamento da hipertensão. É igualmente importante tomar outras medidas de controlo, como o aumento da actividade física diária, a eliminação de hábitos tabágicos e alcoólicos e o controlo do peso.

"O elevado consumo de sal, está fortemente relacionado com o risco do desenvolvimento da hipertensão"

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

PAINÉIS PLASTIFICADOS

MELORES VEDAÇÕES UM INVESTIMENTO COM TODA A SEGURANÇA

VEDAÇÕES • REDES • ARAMES • POSTES

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

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

Recantos da nossa terra

O Santuário da Peninha



Mafalda Pedro



Paulo Francisquinho

O Santuário da Peninha, mais conhecido por Ermida da Peninha, situa-se num dos pontos mais altos da Serra de Sintra, entre o Convento dos Capuchos e o Cabo da Roca, oferecendo uma das mais belas vistas panorâmicas sobre toda a nossa costa e parque natural.

A Ermida da Peninha foi mandada construir por Frei Pedro da Conceição nos finais do séc. XVII. De estilo barroco, destaca-se o seu interior riquíssimo com mármore embutidos e revestido por painéis de azulejos brancos e azuis, onde predominam cenas da vida da Virgem Maria. Na abóbada e rodapés, os painéis aproximam-se de uma concepção monogramista.

"Esta ermida de dimensões reduzidas, escondida

em plena serra de Sintra representa uma importante igreja de peregrinação, envolta numa atmosfera religiosa mágica, estando-lhe associada a existência de uma imagem milagrosa de Nossa Senhora."

Conta a lenda que "no reinado de D. João II, na terra de Almoinhos-Velhos, havia uma pastora muda, que tinha o costume de levar as suas ovelhas a pastar ao cimo da serra.

Certo dia, uma das suas ovelhas fugiu, deixando a jovem pastorinha desesperada. Após longas buscas, observou, ao longe, uma senhora que trazia consigo a sua ovelha. A pastorinha agradeceu muito, da maneira que pode, visto que não conseguia falar. A senhora, aproveitando a ocasião, pediu à pastorinha que lhe desse um pouco de

pão. A pastora explicou-lhe, gestualmente, que o ano tinha sido mau e que havia muita fome. A senhora deu-lhe então um conselho:

- Quando chegares a casa chama pela tua mãe e procura pão. A pastorinha tentou explicar-lhe que isso era impossível pois, para além de ter a certeza de não haver pão em sua casa, ela não podia chamar pela sua mãe, pois era muda. Mas a senhora tanto insistiu que a pastora decidiu fazer o que esta lhe dizia. Ao chegar a casa, chamou por sua mãe e a sua voz fez-se ouvir em toda a sua casa. Contou a história à sua mãe e apressou-se em procurar o pão. E qual não foi o espanto das duas, quando dentro de uma arca encontraram pão que chegou para a aldeia

inteira.

No dia seguinte, como prova de agradecimento, toda a aldeia subiu à serra, e precisamente no sítio onde a pastorinha tinha encontrado a senhora, estava agora uma gruta com a imagem de Nossa Senhora. Esse local passou a ser sagrado, e mais tarde foi aí construída uma capela, conhecida por capela de Nossa Senhora da Peninha."




Docaria Regional e Caseira

Av. D. Francisco de Almeida, 333-35
2710-562 SINTRA

Telef. 21 923 27 33

FERNANDO & SANTOS, Lda.
Papelaria, Livraria e Tabacaria

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



Mini-Mercado
Loja Nova

de
Maria Fernanda do Corro

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

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



PANISINTRA
PÃO E BOLOS NO SABOR DA TRADIÇÃO

PANISINTRA PADARIAS REGIONAIS DE SINTRA SA.
Sede: Av. D. FRANCISCO D'ALMEIDA, 12 2710-562 SINTRA
TEL: 21 923 24 30 FAX: 21 923 02 92 panisineria@diu.pt

A escuridão faz-se luz

Paula Penaforte

Que se pode dizer de um grupo de invisuais, que se propõe fazer teatro? À primeira vista, pode haver muitas interpretações, até chamar-lhes loucos! Cegos em palco? O facto é que estiveram em palco e brindaram-nos com uma revista à portuguesa, de uma qualidade excelente. Proporcionaram-nos duas horas de alegria dando-nos uma lição de vida.

Quem acolheu o "Grupo Cénico de Maria Luzia Esteves e Paulo Jorge Santos" foi a Associação de Reformados e Pensionistas de Lourel. Este grupo tem cerca de 15 anos de actividade e veio de Lisboa. Dele fazem parte licenciados nas mais diversas áreas, como o Direito, a Psicologia, o Piano e o Braille, e claro, os telefonistas, função onde os encontramos com frequência. Todos os

textos que nos foram apresentados são da autoria dos dois fundadores do grupo, Maria Luzia e Paulo Jorge, o que torna ainda mais valoroso e digno de apoio, carinho e incentivo, este grupo. Da gargalhada espontânea e franca à lágrima furtiva e sentida, tudo nos foi dado. O à vontade com que pisam o palco, a facilidade de movimentação em cena, a alegria na voz, as entoa-

ções, a cadência na representação, a interajuda de todos, foram uma lição de TEATRO, e VIDA, de aceitar a escuridão, que é o seu mundo e transmitir a luz.

Possamos todos os que estivemos presentes ter aprendido esta lição e fazer dela *Luz nas nossas Vidas, porque tantas e tantas vezes os verdadeiros cegos somos nós próprios e não eles.*




AROMA da terra

Efeito rejuvenescedor e reparador com
Reivissoma AROMA DA TERRA
O Elixir Supremo para as peles maduras!



REVISSOMA
Soro concentrado de liposomas e vitamina C

Soro inovador pela fórmula ultra estável da vitamina C em sinergia com os liposomas e a vitamina E. Contém ainda agentes hidratantes intensivos, óleo de abacate e de jojoba. Os seus componentes protectores combatem e retardam os efeitos do stress oxidativo, da poluição e do envelhecimento. O REVISSOMA é o elixir supremo para todas as peles maduras.

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
2726-902 MEM MARTINS - PORTUGAL
Tel. 21 926 44 30 - Fax: 21 926 44 31
www.aromadaterra.com - sede@aroma-terra.pt

O Direito nas Paróquias: Observatório Jurídico

Nota prévia

Os temas que nos propomos tratar serão apresentados essencialmente na perspectiva do Ordenamento Jurídico Português.

Pretende ser um espaço de informação, reflexão e partilha, razão pela qual não lhe quisemos chamar

consultório jurídico. Em todo o caso, estamos à disposição dos leitores para nos sugerirem temas ou colocarem questões que gostassem de ver tratadas.

O tema de hoje é vasto e controverso...



Francisco Gomes, Advogado

Unões de Facto

Do ponto de vista histórico é quase tão antigo como a espécie humana.

Reportando-nos aos primeiros tempos da Igreja e sob a influência do Direito Romano, existiam três formas de união - o *Concubinatio*, quando duas pessoas de sexo diferente contraíam matrimónio com uma pessoa de condição inferior sem o cumprimento de formalidades legais. As uniões entre plebeus. *Conferratio*, quando se uniam pessoas do Estado.

O Casamento

Matrimónio era a forma "legal" de homem e mulher

se apresentarem à sociedade, (sobre o Casamento teremos oportunidade de aludir ao mesmo noutros números deste jornal).

Em torno do actual conceito

É comum o entendimento que, está na situação de *União de Facto* ou *Vive em União de Facto* quem coabita com outra pessoa em "condições" que se pressupõem análogas à do casamento. Com efeito, não existe no ordenamento jurídico nenhum preceito que nos defina o que é a *União de facto* como acontece com a definição de *casamento* no art.º

1577º do Código Civil e, quanto a nós, aqui reside a *vexata quaestio*, (que é o mesmo que dizer - a questão controvertida). Na realidade, a união de facto corresponde a isso mesmo - uma situação de facto, visível aos olhos da sociedade; pressupõe condições de vida análogas à do casamento mas não pode considerar-se como tal porque se trata de uma relação que não reúne os pressupostos legais que estão na base do casamento tal como é entendido no art. 1577º do Código Civil.

Em todo o caso, parece-nos não deixar de ser curioso que, apesar do

legislador ter entendido não dar uma noção de união de facto, a propósito do Título dos Alimentos, (vulgarmente chamadas pensões), no nº 1 do art.º 2020º do Código Civil, com a epígrafe **União de facto**, venha dispor e pareça proteger aquele que no momento da morte de pessoa não casada ou separada judicialmente de pessoas e bens, vivia com ela há mais de dois anos em condições análogas às dos cônjuges, tem direito a exigir alimentos da herança do falecido, (e agora atenção aos que vivem em união de facto...), se os não puder obter nos

termos da alínea a) a d) do art. 2009º. (Sublinhado por nós).

Conclusão

Parece-nos que o legislador, não definindo o conceito, quis dar a entender que, do ponto de vista jurídico, vivem em união de facto as pessoas não casadas ou separadas judicialmente de pessoas e bens, que vivam com outra há mais de dois anos em condições análogas às dos cônjuges, (não se refere ao sexo - falaremos disto adiante).

O estado civil

O estado de cada cidadão

é de casado/a, solteiro/a, divorciado/a viúvo/a. A união de facto não confere estado civil aos sujeitos, (pelo menos, por enquanto, porque hoje discute-se um projecto de *Lei da Nacionalidade* em que se propõe a equiparação da união de facto ao casamento para efeitos de atribuição de nacionalidade). Os sujeitos da união de facto "vivem juntos", (como se diz), "estão juntos", mas o seu estado civil, enquanto tal é o de solteiro/a, viúvo/a, divorciado/a ou, em última análise, casado/a (com o outro/a!...).

Moçambique

Será que há Quadra Natalícia?

Ricardo e Elizabeth

Na nossa missão de Mecanhelas, no sul da província do Niassa, onde trabalhamos e reside o povo macua, é mais um dos imensos locais pobres do planeta, onde a quadra de Natal e o dia de Ano Novo, é igual a qualquer outro dos 365 dias do ano.

Para os nossos cristãos, a celebração da noite de Natal e do dia de Natal, é o único sinal da quadra. Nada existe nas ruas no que se refere a enfeites natalícios ou lojas que aludam ao nascimento do Salvador. Isso, são coisas de outro mundo, do chamado primeiro mundo.

O único sítio onde existe um presépio é apenas na nossa Igreja. Falar-se aqui de um pai natal ou de prendas para as crianças é o mesmo que falar-se de Eduardo Mondlane a um português que aqui nunca viveu. Quem é? O que faz? De onde vem?... As pessoas, sobretudo os católicos, são muitos nesta vila. Para esses, juntamente com outros cristãos de outras igrejas, o Natal tem verdadeiramente o sentido do nascimento do Menino Jesus. E só isso. Até porque em Moçambique, pela herança do marxismo, o dia 25 de Dezembro, é o feriado em que se celebra o dia da Famí-

lia. Não é o feriado do dia de Natal.

Para a maioria das pessoas, o dia de Natal é dia de sachar ervas daninhas que cobrem o milho da machamba; é dia de colocar as redes de pesca na Lago para tentar matar a fome na família; é dia, como em tantos outros, de percorrer meia dúzia de kms para ir buscar num "jerrican" 20 litros de água para cozinhar, beber ou lavar. Neste dia, cada família janta na sua casinha com os seus 5 a 8 filhos, prepara um pouco de xima (papas de farinha de milho) com algum feijão, mandioca seca ou peixe miúdo do Lago, para comer pelas 18 h, enquanto ainda não escureceu. E pouco depois do sol se pôr no horizonte, é hora de deitar na esteira, como qualquer dia. Não existe sequer a possibilidade de comprarem meia dúzia de velas de esperar para esperar pela meia noite.

Nesta quadra natalícia, no

nosso distrito de Mecanhelas, com cerca de 120.000 habitantes, apenas uma minoria, como os professores, os polícias e os técnicos de enfermagem, têm hipótese de comprar alguns alimentos para celebrar o Natal. Geralmente, nesta altura, estas famílias "menos pobres" e outras, tentam ter um pouco de arroz (em vez de xima) e uma galinha ou um pedaço de cabrito para fazerem festa. A festa do Natal ganha o sentido de uma refeição melhorada, se possível com um pedaço de carne de algum animal. De facto, aqui não existe consumismo, até porque não existem bens de consumo supérfluos à venda na cerca de meia dúzia de bancas, do mercado local. Nenhuma criança espera obter uma roupa nova, para substituir a roupa esfarrapada e rota. Nem vale a pena imaginar brinquedos. Qualquer peça de roupa que possam receber, significa que a família já está acima da classe predominan-

te de camponeses, que apenas produzem para seu próprio sustento. Convém referir, no entanto, é que entre o povo macua da nossa missão, neste dia, ninguém passa fome e ninguém fica sozinho na sua casa a celebrar o Natal, pois existe um enorme sentido de família. Nem que seja para beber, apenas, um copo de cabanga (bebida de farinha de milho cozido com açúcar amarelo fermentada), em casa do seu familiar.

Escrevemos estas linhas no primeiro dia do Ano Novo. Ontem, para nós missioná-

rios, véspera do primeiro dia do Ano Novo, não foi diferente do dia 30 ou de 29 de Dezembro. Na nossa comunidade somos oito e de três continentes, prova de uma grande riqueza internacional: um padre português, um padre tanzaniano, dois padres coreanos e nós os quatro, a família dos leigos.

Um grande abraço dos vossos amigos, Ricardo, Elizabeth, Raquel e Diogo.

Leigos Missionários Consolata - Missão de Macanhelas - Niassa - Moçambique.





COZINHA TRADICIONAL PORTUGUESA

Restaurante - Cervejaria - Churrasqueira

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

Peregrinação a Fátima

A caminho, com os Santos!



Lourinhã

Mais uma aventura! De 24 a 28 de Fevereiro! De Sintra até Fátima! A pé e de bicicleta! Tornámos a bater à porta dos nossos amigos da Enxara do Bispo, da Lourinhã e de Nadadouro. Voltámos a receber um grande sorriso e um “venham” e “estamos à vossa

espera”. Mais uma vez vamos “invadir” povoações, com a bandeira de Jesus a conduzir-nos! Ao acolherem-nos em suas casas, acolhem Aquele que transportamos nos nossos corações!

Pedimos a alguns amigos de Nadadouro que nos dissessem o que sentiam.

Mais do que qualquer palavra, guardamos no coração o gesto. Abrir a porta a “desconhecidos” não é fácil! E fazemos novos amigos! Deixamos aqui algumas palavras de quem nos acolhe. Deixamos fotos de momentos vividos. Mais do que a palavra, o gesto!

Obrigado, amigos!



Nadadouro

“Gostei do convívio e de conhecer outras pessoas”

Lúcia

“Boa oportunidade de partilha, enriquecedor, as pessoas eram simpáticas e amigas. Gostei muito”

Nazaré

“Gostei muito das pessoas de Sintra, convivemos. Achei importante, crescemos juntos”

Maria Antónia



Lourinhã



Enxara

“Acolher é qualquer coisa que cresce dentro de nós e que nos engrandece. Aquela casa sempre recebeu gente assim... É pena não termos assim uma iniciativa e passarmos à terra deles também (risos)”

Maria do Carmo



Lourinhã



Enxara

“É sempre um teste à capacidade de abrirmos a nossa porta não sabendo bem a quem, à partida já calculando que é gente de bem, a avaliar pela organização.

Também faz falta ter razões para arejar o quarto que já não é usado há algum tempo...

A partilha e o encontro com outras pessoas que vêm de longe e também têm esperança, ou falta dela e vivem com mais ou menos dificuldades que nós, é sempre motivo de alegria.

Há pessoas que não tendo possibilidade de acolher em casa, oferecem

se para qualquer outro serviço.

Depois fica a amizade e a saudade, há alguns que trocam correspondência ou telefonam, às vezes em ocasiões muito importantes, nalguns casos as pessoas até vivem sózinhas... e chegar um telefonema de longe é muito bom ou melhor, graças a Deus!

Também entre nós, na nossa própria comunidade, é nestas ocasiões que se percebe com quem se pode contar, obrigada.

Venham, gostámos e queremos vê-los de novo, já temos saudades!”

Noélia Dimas
Marta Gesteiro



Enxara

“Foi uma experiência bonita aquela que vivi com os Peregrinos de Sintra. Na minha casa ficaram duas raparigas, e foi muito bom conhecê-las e partilhar com elas alguns momentos das nossas vidas.

Penso que é muito interessante para quem acolhe e para quem é acolhido.

Este acolher deve ser o máximo da nossa vida, é importante que estejamos abertos para acolher aqueles que de qualquer modo precisam de nós”

Noémia



Nadadouro



Nadadouro

“Das outras vezes ganhei umas t-shirts, já tenho várias de cores diferentes, todas têm a palavra Sintra, no Verão até me perguntam se eu sou de Sintra. E desta vez não me importo de ganhar outra... e pronto cá vos espero.

Sejam felizes e façam outros felizes”

Noélia

Dia da Unidade Pastoral de Sintra Nafarros, 26 de Março



PARÓQUIA DE S.ª MARIÁ E S. MIGUEL . PARÓQUIA DE S. MARTINHO . PARÓQUIA DE S. PEDRO DE PENAFERRIM



Informações:

* Se pretender almoço e/ou transporte, preencha a ficha de inscrição com letras legíveis e entregue até ao dia 19 de Março numa das Igrejas Paroquiais.

* O transporte não tem custos. Os pontos de encontro estão indicados entre parêntesis e a concentração faz-se às 9:30H nesses locais. O regresso está previsto para as 15:00H.

* O almoço tem um custo de 10 euros, a pagar aquando da entrega da ficha. Ao chegar ao Pavilhão deve levantar a sua senha.

* O coro litúrgico será constituído pelos elementos de todos os coros da Unidade Pastoral que desejem participar. O ensaio realiza-se no dia 21 de Março, às 21:30H, no salão da Igreja de S. Miguel.

* Os acólitos da Unidade Pastoral que queiram acolitar na Eucaristia têm de participar no ensaio no dia anterior, pelas 18:00H, no Pavilhão. Cada acólito leva a sua alva.

Ficha de inscrição

Nome: _____ Telef.: _____

Transporte:

Se precisa de transporte, faça uma **X** no local de entrada:

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Vila Velha (Paragem) | <input type="checkbox"/> Galamares (Duartes) |
| <input type="checkbox"/> Estefânia (CGD) | <input type="checkbox"/> Janas (Lg. Rossio) |
| <input type="checkbox"/> Lourel (BES) | <input type="checkbox"/> S. Pedro (Junta Freguesia) |
| <input type="checkbox"/> Campo Raso (Semáforos) | <input type="checkbox"/> Abrunheira (Futura Igreja) |
| <input type="checkbox"/> Ral (Escola) | <input type="checkbox"/> Chão-de-Meninos (Rotunda) |
| <input type="checkbox"/> Cabriz (Nicho) | <input type="checkbox"/> Linhó/Beloura (Doroteias) |
| <input type="checkbox"/> Várzea (Sociedade) | <input type="checkbox"/> Manique de Cima (Capela) |
| <input type="checkbox"/> Carrascal (Nicho) | <input type="checkbox"/> Vale Flores/Ranholas/
Ramalhão (Rotunda BP) |
| <input type="checkbox"/> Ribeira (Lg. Poço) | |

Ementa:

Se pretende almoçar, faça uma **X** na ementa:

Ementa

- * Sopa de legumes *
- * Vitela estufada c/ batatas e arroz *
- * Bebida (vinho, sumo, água) *
- * Arroz doce ou pudim flan *
- * Café *

Recebido por: _____

Poesia

Primeira Cidade

Estas muralhas
conhecem-me
Nestas ruas me perdi.
Se algo de mim
permanece,
Quem sou eu? Quem fui
aqui?

Estas casas construídas
Com o suor dos meus
avós.

Estas pedras corroídas
Pejadas de areia e pó,
São os destroços do
sonho,
São os remorsos de
mim.

Se só me lembro dos
ossos,
Quem sou eu? Que faço
aqui?

António Monginho



«E nas serras da Lua conhecidas
Subjuga a fria Sintra, o duro braço.
Sintra onde as Náiades escondidas
Nas fontes, vão fugindo ao doce laço:
Onde Amor as enreda brandamente,
Nas águas acendendo fogo ardente»

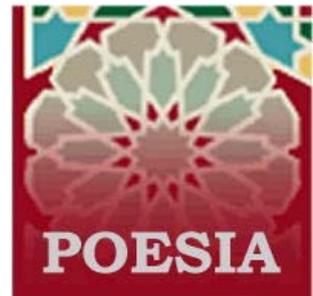
Luis de Camões - Os Lusíadas

Por Ti, Jesus

Por ti, Jesus

Por Ti
Amo sem nada esperar
Por Ti
Sou o silêncio
Sou uma noite sem fim
Por Ti
Sou uma data sem tempo
Sou imagem de um pincel
suspenso
Por Ti,
Fui e Sou
Tela preenchida de Vida e
Cor.

Elsa Tristão



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.
- Desconto de campanha: -10% no valor de aquisição.

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
info@sintra2001.pt • www.sintra2001.pt

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**

L. I. A. M. e "Café de S. Miguel" mais pobres

Partiu para a casa do Pai na tarde do passado dia 23 de Janeiro a nossa irmã Isabel Costa (Belinha), deixando mais pobres o Núcleo de Sintra da L. I. A. M. e o "Café de São Miguel", aos quais dedicou muito do seu tempo e amor.

No próximo dia 5 de Março será lembrada de um modo especial na Eucaristia, às 12H00.

Que a Belinha, onde estiver, interceda por nós junto do Senhor!



Cruz Alta
Novos assinantes

PARÓQUIA DE SÃO MIGUEL - PARÓQUIA DE S. MIGUEL - PARÓQUIA DE S. MARTINHO - PARÓQUIA DE S. PEDRO DE PENAFIEL

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.

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 Março:

- 1 – Joana Ribeiro e Castro; Brasilino Pereira; Pedro Miguel Inácio
- 4 – M^a Alice Ventura da Silva; Maria Montenegro Chaves;
- 5 – Ana Márcia Ferreira; Gracinda Roque Domingos;
- 8 – António Appleton;
- 9 – Idália Silva Madeira;
- 11 – Ludovina Silva Santos; Francisco Manuel Moreira;
- 12 – M^a da Conceição Vaz Pinto; Elizabeth Santos;
- 13 – Adalberto M. Homem; Fátima Canoa; Joana Forjaz;
- 14 – Duarte da Cruz Gonçalves; António Vicente Costa;
- 16 – Miguel B. Reis; Filipe Vieira; Tiago Salema ; Lídia Pedroso Duarte;
- 18 - Cristina Victória;
- 20 – M^a de Jesus Reis Silva;
- 22 – António de Oliveira Pena; Sandra Silva Gomes;
- 21 - Hugo Ratão; Helena Filipe; Catarina Rodrigues;
- 23 – M^a Manuela Afonso Ferreira; Maria Margarida Pinto;
- 24 – P. Rui Gomes; António Henrique Rodrigues; Ana Ventura;
- 25 – M^a Paula Sousa; Nuno Campos; Domingos Costa;
- 27 – Carlos Guerreiro Vicente;
- 28 – Luisa Pito;
- 29 – Eurico Soares Vasco;
- 30 – Hugo Filipe Martins; Maria Louro;
- 31 – Alexandre Gomes de Almeida.

Receita

Bolo de Palhaço



Manuela Alvelos

Ingredientes:

- 6 ovos
- 150 g de açúcar
- 80 g de manteiga
- 40 g de chocolate culinário
- 1 colher, (sopa) de cacau
- 1 limão
- 130 g de farinha com fermento
- banha e pão ralado para

untar a forma

Modo de preparar:

Bata as gemas com 2 claras e o açúcar até a gemada ficar cremosa e esbranquiçada.

Amoleça a manteiga e junte numa tigela com o chocolate ralado o cacau e a raspa de limão.

Misture os dois preparados. Adicione aos poucos a farinha alternando com as restantes claras batidas em castelo.

Deite a massa numa forma untada com banha e polvilhada com pão ralado, leve ao forno pré-aquecido. Passados 40 minutos verifique se o bolo está

cozido e dourado. Desenforme e deixe arrefecer. Quando estiver frio enfeite com massa de amêndoa em forma de palhaçinho, fazendo as orelhas com fios de ovos. Fica apetitoso para o seu camaval!!!!

Ria-se, por favor!

- Tenho um cão que me conhece pelo cheiro a mais de 100 metros de distância. Que te parece?
- Que devias tomar banho mais vezes...

Ela : Ah! Como o tempo muda as pessoas! Quando éramos noivos até lias nos meus olhos os meus desejos!

Ele : Mas tu não sabes que o médico me proibiu a leitura?...

O médico batendo no peito do doente:

- Pode ficar tranquilo, vou--lhe tirar esse inchaço numa semana...

-- Mas isso é a minha carteira, doutor...
-- Exactamente...

Num exame final de cirurgia, o professor pergunta ao aluno:
- Porque é que os cirurgiões usam máscaras durante as operações?
- Porque se a operação correr mal podem manter o anonimato.

Três em um

Manuela Alvelos

Pensamento Dica

As boas acções ocultas são as mais dignas de estima.

Descascar alhos

Dez minutos antes de efectuar esta operação, mergulhe os alhos em água fria. As cascas soltam-se mais facilmente e não fica com o cheiro desagradável nas mãos.

Provérbio

Não julgues mal de ninguém, nem para mal, nem para bem.

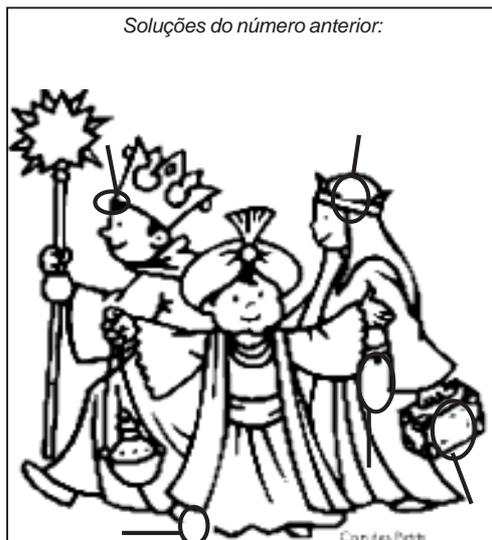
Mini-Mercado Baptista & Costa, Lda.

Rua Arco do Teixeira, 11 ~ Vila de Sintra

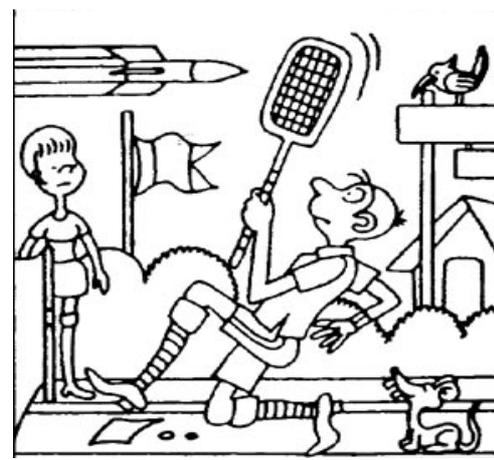
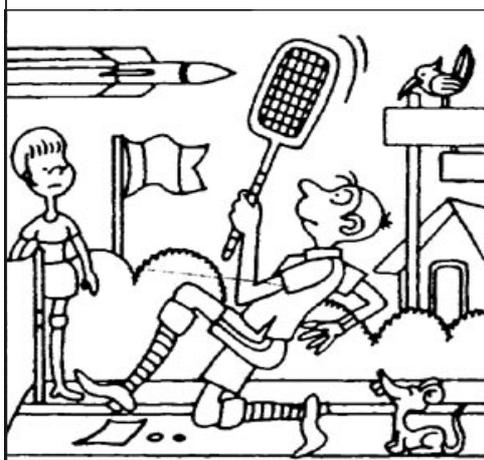
☎ 219 232 084

Modas Vestoelest
Homem - Senhora - Criança
Cidade (geral) 1647 22 5201440
Largo Vitorino Assis, 1 - A Janda + 50000

Soluções do número anterior:



Descubra as 5 diferenças entre estes 2 desenhos:



Deus - Único Absoluto

O nosso Bispo com a sua natural simplicidade apontou o caminho para não nos deixarmos levar por um século XXI que traz consigo as tecnologias, mas nos fecha cada vez mais ao diálogo, às relações sociais saudáveis. Somos quase autónomos, independentes, vivemos sozinhos. No elevador desviamos o olhar, temos um relógio demasiado "acertado ao segundo". E se permitirmos um pouco de desalinho na nossa vida, para que o outro se possa aproximar, para que o outro se torne irmão?

Este é também um convite explícito à escuta do outro. Falamos demais. Escutamos muito pouco, ou nada. A Sociedade da Palavra, precisa com ur-

gência da Harmonia do Silêncio, se quiser compor uma Sinfonia de Vida. Mesmo fracos, como somos, Deus faz maravilhas connosco sublinhou! Que gostarmos de nós mesmos (com rugas, cabelos brancos, gorduras a mais ou desproporcionados frente ao espelho) é o princípio de um crescimento harmonioso, não só a nível psicológico, mas também de fé. Se a nossa oração fosse mais simples e profunda, se lhe dedicássemos mais e melhor do "nosso" tempo, também as nossas celebrações litúrgicas seriam mais belas e teriam mais vida.

Não foi à toa que surgiu o título deste artigo. O Deus que é Único Absoluto vem tocar-nos numa

criança, e fá-lo na pobreza de um presépio, mas na riqueza de uma família que O acolhe no Amor. Quem se deixa conduzir por Deus, Único Absoluto, relativiza tudo o que não é Deus. As procuras efémeras de fama, de protagonismo, as obras pseudo-literárias que tentam denegrir a imagem da Igreja junto de mentes pouco esclarecidas, tudo isso é lixo, se Deus for o único a Quem seguimos.

Abriu o leque de publicações de que foi responsável, enquanto professor e reitor na Universidade Católica. Obras simples, acessíveis, versando temas básicos, ou obras de cariz histórico e teológico. Obras todas elas de um valor inestimável, mas tão pouco

procuradas. Infelizmente, nas nossas livrarias. A "santa ignorância" que grassa entre cristãos é muito grave, demonstra como andamos entretidos com os acessórios e deixamos o Deus, Único Absoluto, a falar para... os peixes (!). Os livros existem, as oportunidades de estudo multiplicam-se, mas continuamos demasiado ocupados com telenovelas, folhetins, revistas de fama, futebol, estádios e coscuvilhices.

Nesta linha de pensamento, D. Carlos Azevedo não se furtou a apontar como vai o nosso caminho de vivência cristã, que a par com as manifestações de culto, procissões, não dispensa uma ida à bruxa; pomos uma vela ao santo da devoção, vamos a Fátima, rezamos uns terços e ficamos muito felizes com a esmola que damos, sem pensarmos em nos pormos, nós próprios, ao serviço daqueles que precisam do coberto ou do alimento, dos cuidados médicos ou da habitação. Assistimos à missa pela TV, o que nos dá outra liberdade de mudar de canal, se não gostarmos, e voltamos à novela com a

Parte II / II

mesma desfaçatez.

Não, este Bispo não se acaanha e continua a propor caminhos de encontro com o Deus que apresentou como o Único Absoluto. Olhos nos olhos, lembrou o apelo do Santo Padre Bento XVI, em Colónia, no Verão passado, aos jovens reunidos na XX Jornada Mundial da Juventude. Apelo de um enraizamento mais profundo na espiritualidade, para que se faça caminho rumo à moralidade. Que todos, jovens e menos jovens se sintam chamados a seguir o Cristo Vivo, numa experiência de verdadeiro encontro com Ele na espiritualidade, para depois o encontrarem na vida diária, e O seguirem com comportamento, atitudes e gestos mais condizentes com o "ser cristão".

Uma verdadeira Revolução Cristã é a promessa da Igreja, no sentido de alterar o panorama desértico que nos envolve cada vez mais, também a nós em Sintra. Rever a forma e o conteúdo da Catequese, a preparação do Baptismo e Matrimónio, o que fazer para que a Primeira Comunhão não seja, para a grande maioria das



Adelaide Almeida

crianças, a única ou a última... Olhar para a família como o alvo catequético mais necessitado de evangelização. Sem fazer a experiência da Comunidade, os Sacramentos não têm sentido, ficam desenraizados e, como tal, morrem. O que fazemos do Sacramento da Reconciliação/Penitência? Como nos deixamos tocar pelo Deus que nos perdoa no Amor? O que significa o Sacramento do Crisma actualmente? A reflectir com tempo, a médio prazo.

Ficou claro para os participantes deste Encontro em Dezembro na Quinta do Senhor, em S. Miguel, que o Bispo que nos visitou está de tal forma seduzido pelo Cristo Vivo que "a morte vai encontrar uma carcaça tão mirradinha, porque tudo já foi entregue", conforme ele mesmo comentou.

Encontro com D. Carlos, um momento único para tocar a Encarnação de Deus na Igreja Diocesana! Felizes os que a viram e agora a espalham na Unidade Pastoral! AMEN!

Intenções do Papa para Março



- Que os jovens à procura do sentido da vida sejam compreendidos, respeitados e acompanhados com paciência e amor.
- Que em toda a Igreja cresça a consciência missionária, que favoreça a colaboração entre os vários promotores da evangelização.

Calendário Litúrgico em Março

- Ano B

Dia 5 - DOMINGO I DA QUARESMA

LEITURA I Gn 9, 8-15
«Porei o meu arco iris no céu, como sinal da minha aliança com a terra»

SALMO 24, 4-9
"Mostra-me Senhor, os teus caminhos".

LEITURA II 1 Pedro 3, 18-22
«A água do dilúvio é um símbolo do baptismo que nos salva»

EVANGELHO Mc 1, 12-15
«Foi tentado por Satanás durante quarenta dias e os anjos serviam-no»

Dia 12 - DOMINGO II DA QUARESMA

LEITURA I Gn 22, 1-2.9-13.15-18
«O sacrifício do nosso patriarca Abraão»

SALMO 115, 10.15-19
Refrão: Em ti Senhor me refugio.

LEITURA II Rom 8, 31-34
«Deus entregou-nos ao seu próprio Filho»

EVANGELHO Mc 9, 2-10
"Este é o meu Filho muito amado»

Dia 19 - DOMINGO III DA QUARESMA

LEITURA I Ex 20, 1-17
«A lei foi entregue por Deus a Moisés - Eu sou o Senhor, teu Deus, que te libertou da escravidão do Egipto»

SALMO 18, 8-11
Refrão: Tu tens, Senhor, palavras de vida eterna.

LEITURA II 1 Cor 1, 22-25
«Nós pregamos um Messias crucificado, sabedoria de Deus»

EVANGELHO Jo 2, 13-25
«O templo do meu corpo é uma nova maneira amar»

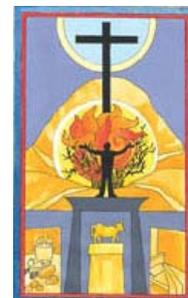
Dia 26 - DOMINGO IV DA QUARESMA

LEITURA I 2 Cr 36, 14-16.19-23
«A ira do Senhor desterrou o seu povo; a sua misericórdia o libertou»

SALMO 136, 1-6
Refrão: Lembrar-me de ti, Senhor, é a minha alegria.

LEITURA II Ef 2, 4-10
«Morremos pelos nossos pecados e Deus ressuscitou-nos para a vida junto de Cristo»

EVANGELHO Jo 3, 14-21
«Deus amou tanto o mundo que entregou o seu Filho para o salvar»



«QUARESMA - Tempo de recomençar»



José Pedro Salema



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

Igrejas hoje. Como?

Erich Corsépius

Para nos situarmos bem no nosso tempo, convém olharmos um pouco para trás, sob pena de não nos apercebemos das enormes modificações que se operaram nos últimos 150/200 anos.

Com efeito, com as atitudes assumidas pelo homem a partir da Renascença, em que progressivamente ele foi tentando, em vão substituir-se a Deus, julgando-se suficiente ou até superior, fez com que passasse a ter uma vida cada vez mais materialista e desprovida de sentido. Com o espírito racionalista e especulativo que tomou, orgulhoso de si próprio e sem outro vínculo a não ser a sua própria cabeça, concluiu que Deus não existia. Ele não era registado nos aparelhos dos laboratórios... a ordem das coisas era invertida. Na sua ce-

gueira não se apercebeu que "Deus resiste aos soberbos e mostra-se aos que O procuram".

No entanto, uma das reacções a essa atitude tão limitada, veio, justamente, do lado dos que procuravam a verdade baseada na sinceridade, pois até consideravam esta atitude tão fechada um método anti científico. Porém, a sua inteligência dizia que queriam ir mais longe e com mais vontade de conhecer a verdade. A sua curiosidade era, todavia, mais ampla porque isenta de ideias preconcebidas. Começava-se a entender que para ser mais livre, também teria que se ser

mais responsável.

Muitas das grandes descobertas científicas, quicá as mais importantes, as do domínio da constituição da matéria, tanto no infinitamente pequeno (átomo) como infinitamente grande

(cosmos) abalaram muito os espíritos de ideias feitas. O homem na realidade só "pode ficar de cócoras" perante a maravilha que constitui a Criação. Confirma-se o ditado: "Muita ciência aproxima

ferro, aviação, rodoviários, entre outros; das comunicações: telefones, rádio, TV; as aplicações das várias energias: electricidade, gás, petróleo, água, sol, por exemplo. Paralelamente a essa re-

volução, foi notável o contributo para o bem-estar da saúde do homem no domínio do combate às doenças, quer ao nível da farmacologia, quer da medicina e da cirurgia.

Não nos vamos referir a mais exemplos porque são demais evidentes as enormes modificações havidas nos últimos 150 anos, neste domínio. Todavia, é bom lembrá-las, porque, de outra forma, não se entende muito bem a nossa época. As coisas não são tão óbvias como podem parecer.

Um dos fenómenos paralelos e sem o qual não seria possível a realização dessas modificações, foi a progressiva transformação da sociedade, afinal a grande beneficiária desses progressos.

.../...



Sinais de Jesus Cristo Peixe

P. Carlos Jorge

Naturalmente associado com as misteriosas profundidades dos oceanos e dos rios, o peixe simboliza a origem da vida nas antigas religiões não bíblicas. Muitos anos antes do Cristianismo, o peixe foi venerado ao longo da área do Mediterrâneo, como símbolo da abundância, fertilidade e do renascimento da vida.

Entre os hebreus, o peixe simbolizava a fé de Israel, nadando no seu verdadeiro elemento as águas da Torah (Lei, Ensino).

A simbologia do peixe estendeu-se ao cristianismo, com um certo número de aplicações que lhe são próprias, ao passo que outras foram excluídas. Os primeiros cristãos adoptaram este sinal para signifi-

ficar o Baptismo, o início da nova vida espiritual em Cristo. O recém baptizado era chamado "peixinho" de Cristo, enquanto Cristo é muitas vezes representado como o um pescador (os apóstolos são também "pescadores de homens"). A palavra grega Ichthys (= peixe) foi, com efeito, tomada pelos cristãos como um ideograma, em que cada uma das cinco

letras gregas era vista como a inicial de outras tantas palavras que se traduziam por: Jesus Cristo, Filho de Deus, Salvador (Iesus Christós, Theou Uíós, Soter).

Dado que o peixe é um alimento, e até Jesus ressuscitado o comeu (Lc 24, 42), toma-se símbolo do alimento eucarístico, onde figura frequentemente ao lado do pão.



Conferência de S. Vicente de Paulo de S. Pedro de Penaferrim

Fundada em 23 de Abril de 1899 por Frederico Ozanam e seis companheiros estudantes franceses da Universidade de Sorbonne, Paris, a Sociedade de S. Vicente de Paulo, é uma organização católica formada por leigos, em trabalho voluntário.

Esta Sociedade surgiu como resposta às críticas que vários ateus faziam aos estudantes católicos desse tempo, e que permanentemente indagavam se os cristãos não praticavam o que pregavam e questionavam onde estavam as suas obras de caridade. Frederico Ozanam (1813-1853), acompanhado por um grupo de colegas, começou, então, a procurar os mais pobres, visitando-os nas suas

casas, levando-lhes alimentos, roupas, amor e compreensão. Aquele pequeno grupo elegeu como seu patrono "S. Vicente de Paulo" (1581-1660) que, na sua altura, também se dedicou aos pobres, aos infelizes e aos que não tinham fé.

Grupos similares começaram a surgir em Paris e expandiram-se pelo mundo fora, aliviando as misérias espirituais e corporais dos mais necessitados.

Os membros da S. S. V. P. - Vicentinos - estão organizados em conferências que promovem reuniões em paróquias. No nosso caso, funciona em S. Pedro de Penaferrim, tendo como objectivo dar assistência aos mais necessitados da respectiva área.

De futuro, aproveitando e agradecendo o convite do nosso Pároco, P. Carlos Jorge, dar-nos-emos a conhecer um pouco melhor, através do Cruz Alta, e pedindo a ajuda dos leitores para que colaborem no sentido de minorar um pouco as carências dos que mais sofrem, sempre por amor a Deus.



Propostas d' CA

Vera Jesus
Hugo Ferreira

Guilherme Duarte



Rui Antunes

Música

Caught In The Act
de Michael Bublé

"O disco ao vivo de Michael Bublé, "Caught In The Act" foi gravado no Wiltern Theater em Los Angeles e inclui as melhores canções da sua discografia. Michael Bublé foi uma das maiores revelações de 2004 e os seus dois primeiros discos venderam em todo o mundo mais de 7 milhões de exemplares. Chamamos a atenção para a canção "I'll Never Find Another Love Like Mine" em dueto com Laura Pausini. O DVD inclui ainda uma viagem aos bastidores deste concerto."

Valor Aprox: 24.00€ **Editora:** Warner Music **Estilo:** POP/ROCK **Ano:** 2006



Febre de Sábado de Manhã

"A Febre de Sábado de Manhã, de Júlio Isidro, foi um dos mais marcantes programas da história da rádio em Portugal. Três horas, sempre ao vivo, por onde passaram alguns dos mais importantes nomes nacionais e internacionais. Duran Duran, Rui Veloso, Yazoo, GNR, Simone, Talk Talk, Heróis do Mar, Kajagoogoo, Xutos & Pontapés, António Variações, Kim Carnes e Cliff Richard, são disso bons exemplos, a que se juntaram tantos outros em eventos que levaram multidões ao rubro. Foi o caso da célebre lotação esgotada do Estádio de Alvalade com 40 mil pessoas a assistir ao espectáculo onde os Fischer Z foram cabeças de cartaz. O primeiro programa foi para o ar há 25 anos. Uma data que se assinala com a edição deste álbum tripla (um disco por cada hora de programa) onde se reúnem quase 60 temas de artistas que actuaram na Febre, bem como fotos da época, num *booklet* repleto de boas memórias.

A Febre está de volta e, como diz Júlio Isidro, "é para gente jovem de todas as idades".

Valor Aprox: 22.00€ **Editora:** EMI **Estilo:** POP/ROCK **Ano:** 2005



Livro do mês

Ynari

A menina das cinco tranças

Ynari é uma menina com cinco tranças e muita vontade de conhecer aldeias.

Perto do rio, Ynari encontra um homem pequenino e descobre que a guerra também faz parte do mundo.

Com a juba das suas cinco tranças, a menina vai mostrar que as crianças, com magia e temura, podem mudar todas as aldeias e acabar com todas as guerras.

Numa viagem de sensibilidade e sabedoria,

com estrelas e cores, é possível inventar ou destruir palavras. Brincando com os sentidos da vida e da paz, Ynari redescobre uma palavra antiga cheia de uma magia nova: "amizade".



Literatura

Agressividade

de Edwige Antier

"A série «Vida em Família» apresenta diversos títulos que ajudam os pais a acompanhar plenamente o crescimento dos filhos, num contexto de amor, confiança e liberdade. **Agressividade** oferece conselhos práticos para lidar com questões como:

Que comportamentos se deve proibir?

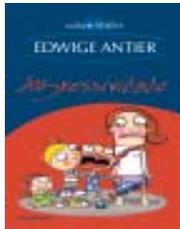
Como lidar com as «birras» mais violentas?

Quais são as principais influências no comportamento agressivo?

Quais os aspectos «normais» da agressividade?

Como interferir em discussões entre irmãos? A agressividade estará ligada à separação dos pais? "

Valor Aprox: 10,00€ **Editora:** Pergaminho **Ano:** 2006 **Nº de Páginas:** 126



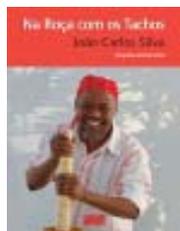
Na Roça com os Tachos

de João Carlos Silva

"Em 160 páginas de um colorido imenso e um apetite intenso, este livro apresenta uma selecção das melhores receitas do programa de televisão homónimo, Na Roça com os Tachos. São receitas simples, baseadas na gastronomia popular e com um cheirinho a referências culturais, quer de S. Tomé e Príncipe, quer de outras antigas colónias portuguesas. Dividido em 4 capítulos (entradas, carnes, peixes e sobremesas), **Na Roça com os Tachos** é uma viagem ao interior de uma cozinha ancestral, despertando no leitor o desejo de redescobrir o mundo exótico deixado pelos portugueses.

A capacidade comunicativa de João Carlos Silva (apresentador/cozinheiro/escritor) e a qualidade das fotografias da Adriana Freire apuram o apetite pelo faro."

Valor Aprox.: 16,00€ **Editora:** Oficina do Livro **Ano:** 2005 **Nº de Páginas:** 168

Internet - www.pjm2006.pt.to

Os Missionários da Consolata, através de um postal e de um site da internet, propõem-nos uma sugestão para o site deste mês.

O peixe tornou-se o símbolo dos primeiros

cristãos pois, em grego, a palavra "ichthus" é a sigla para Jesus Cristo, Filho do Deus Salvador.

Na óptica do mundo cristão é diferente, mas é preciso que este se deixe apanhar todos os dias por Ele,

onde quer que esteja. Na cidade, no campo, no trabalho, na escola ...

Este site convida os jovens a deixarem-se apanhar pela Sua rede e a ver o mundo com olhos de cristão = FishEYE.

A proposta, é viver de uma

maneira especial esta Quaresma, através de temas propostos para cada semana e para jovens dos 17 aos 25, vivendo em grupo o Tríduo Pascal numa aldeia, Verdelhos (Covilhã), e celebrando a paixão, morte e

ressurreição de Cristo com os Missionários/as e Leigos da Consolata.

A preparação para esta actividade missionária consta da reflexão de 5 temas que serão propostos em cada semana da Quaresma, no

site. Os jovens interessados em fazer o Tríduo Pascal juntamente com os Missionários da Consolata deverão inscrever-se no formulário disponível no site www.pjm2006.pt.to



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

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

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



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

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

Propostas d' CA

Falando de cinema

Realizador: Joe Wright

Intérpretes: Keira Knightley; Matthew Mac Fadyen; Donal Suthherland; Brenda Blethyn; Simon Woods.

Nacionalidade: Grã-Bretanha - 2005. - **Idade:** Maiores de 12 anos.



Não será este filme, "Orgulho e Preconceito", apenas mais um entre os muitos que já foram realizados, com base no conhecido romance de Jane Austen? A esta interrogação, que certamente terá passado pela mente de muitos espectadores antes de verem o filme, eu respondo: Não... não é.

O cineasta *Joe Wright*, que elegeu esta obra da escritora inglesa para realizar a sua primeira longa-metragem, fez questão que ela se revestisse de alguma originalidade, diferenciando-a de todas as outras adaptações desse mesmo romance, filmadas anteriormente. Diga-se desde já que o realizador conseguiu fazer algo que, à partida, se afigurava quase como uma missão impossível. Poucos acreditariam que esta história, já filmada tantas vezes, ainda nos pudesse oferecer alguma coisa de novo. *Joe Wright* acreditou que sim, e conseguiu surpreender-nos. Remetendo para segundo plano a sumptuosidade e a ostentação habituais nos filmes de época, o realizador optou pelo cenário rural, privilegiando a simplicidade do campo em detrimento da

sofisticação da cidade, e exalta a franqueza, a frontalidade e autenticidade, em detrimento da hipocrisia, da lisonja e da dissimulação.

Nesta nova adaptação do romance de *Jane Austen* enaltece-se o amor, não aquele amor demasiado colorido, suspirante, piegas e imensamente aborrecido, mas o amor pujante, que cresce e se fortifica na superação das divergências, que consolida as raízes regando-as com lágrimas, mas que, adubado pela compreensão, pela tolerância e pela honestidade acaba por frutificar e amadurecer. *Joe Wright* confronta-nos com o amor que só abre as portas à felicidade depois de superadas todas as dificuldades: a incerteza, a angústia, a desilusão, a descrença, a ira e até mesmo a revolta. É esta mistura de afectos e desafectos que, estranhamente, vai fazendo germinar um sentimento que perturba duas pessoas que não encontram afinidades entre si, mas que estão muito mais próximas do que aquilo que podem pensar. Duas pessoas diferentes, mas duas almas iguais. Diferentes na sua condição social, mas iguais na autenticidade, na

fortaleza das suas personalidades e na honestidade das suas convicções. São estas duas pessoas que se chocam e se hostilizam, que este filme une sem pieguice, com razoabilidade e sem permitir que nenhuma delas domine ou se sobreponha à outra. Estamos, pois, na presença do amor autêntico, que se fortifica com o sofrimento, que luta e que não admite cedências. O amor que só aproxima os corpos depois de unir os corações e compatibilizar as almas.

Para além da originalidade com que *Joe Wright* abordou o romance de *Austen*, este filme oferece-nos ainda muitos outros motivos de agrado: os cenários naturais em que decorre a acção, alguns deles muito bonitos; o "cheiro" a ruralidade que invade o filme do princípio ao fim; a excelência das interpretações e uma banda sonora ajustada contribuem decisivamente para tornar este trabalho *Joe Wright* numa obra cinematográfica de qualidade.

Dos actores há a destacar *Keira Knightley*, uma jovem bonita, com carradas de talento, que interpreta uma *Elizabeth Bennet* de forma simplesmente soberba

conquistando o espectador com a sua beleza e com a garra com que defende a sua personagem. Trata-se de uma artista muito jovem, 20 anos, que é já uma das actrizes mais interessantes do cinema actual e com um futuro auspicioso à sua frente.

Os restantes intérpretes estão também em muito bom plano, enriquecendo o filme com desempenhos de grande qualidade, com especial destaque para o veterano *Donald Sutherland*, soberbo no seu papel de patriarca da família que ele compõe com segurança, salpicando-o com alguns pingos de excentricidade, e que proporcionam alguns dos momentos de humor mais conseguidos deste filme.

Em suma, este é um filme tipicamente britânico que evidencia todas as qualidades que nos habituámos a admirar no cinema oriundo do lado de lá da Mancha: sobriedade de processos, acentuado rigor histórico, personagens bem desenhados, humor inteligente, diálogos bem construídos e como sempre, um inglês perfeito. Com todos estes ingredientes é quase impossível realizar maus filmes.

Luz..Câmara..Acção!

No próximo dia 11 de Março pelas 21, 30 horas realizar-se-á, no salão da igreja de S. Miguel, mais uma Noite de Cinema. Será projectada a segunda parte

do filme "Karol - O Homem que se tornou Papa" que emocionou todos os que assistiram à projecção da primeira parte deste longo filme. E foram bastantes. De salientar o êxito que

as nossas Noites de Cinema estão já a alcançar. Para que esse êxito seja total só falta a sua presença, amigo leitor. Esperamos por si.



Cinema em casa

Casei com uma Feiticeira um filme de *Nora Ephron*

Sinopse

Em *San Fernando Valley*, na Califórnia, Isabel tenta reinventar-se a si própria. Sendo uma feiticeira ingénua e com bom feitio ela está determinada a desistir dos seus poderes sobrenaturais para levar uma vida normal. Ao mesmo tempo, no outro lado da cidade, o actor *Jack Wyatt* está a tentar dar uma volta na sua carreira que atingiu o ponto mais baixo de sempre. *Jack* aponta a mira a uma nova versão da série televisiva 'Casei Com Uma Feiticeira'. Mas o destino faz das suas quando por mero acaso, *Jack* encontra Isabel numa livraria... Um *remake* de luxo, para quem quer relembrar a velha série de televisão.

Género: Comédia **Ano:** 2005 **Duração:** 102 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

Av.º 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; Tina Leal;
Raquel; Filipe Leal.
Diogo; **China - Macau:**
Ricardo; Elias Colaço.

Colaboração:

Adelaide Almeida; Isabel Afonso;
Conf. S. Vicente de Paulo; L. I. A. M. - Sintra;
Diácono Manuel Valinho; Manuela Alvelos;
Erich Corsépius; Miguel Forjaz;
Fernando Marques; Paulo Francisquinho;
Francisco Gomes; Rui Antunes;
Hugo Ferreira; Vera Jesus.

Fotografia:

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

Edição gráfica e paginação:

António Louro; José Pedro Salema.
António Luís Leitão;

Revisão de textos:

Ana Paula Ramos; Isabel Afonso.
Ana Rita Brandão;

Área financeira:

Mafalda Pedro.

Distribuição e assinaturas:

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

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:
3000 exemplares

Foto-comentário

Curiosidades de Sintra

Guilherme Duarte

No cenário luxuriante do Parque da Liberdade existiu, até há poucos anos, o único "court" de ténis disponível, na vila de Sintra, para a prática desta modalidade desportiva, que cada vez atrai mais praticantes, quer entre os jovens, quer mesmo entre os veteranos.

Instalado num local aprazível onde era possível aliar o gosto pelo ténis com a paixão pela natureza, aquele recinto desportivo fez as delícias dos tenistas sintrenses ao longo de muitas décadas, até ao dia em que a oferta do "Teatro Virtual" que o Japão fez a Sintra, depois de terminada a Expo'98, obrigou a que se

encontrasse um espaço para o instalar. Lamentável e inexplicavelmente a solução encontrada, vá lá saber-se por quem, e por quê, levou à destruição do "court" de ténis para aí se construir um pavilhão "abarracado" onde passou a ser exibido aquele pequeno espectáculo, que, ao que consegui apurar, tem a fantástica afluência de cerca de meia dúzia de pessoas por semana.

Apesar de insignificante, ainda considero que essa estimativa peca por exagero, porque sendo eu frequentador assíduo daquele parque, nunca vi ali entrar ninguém, e não me recordo de alguma vez ter visto

sequer o pavilhão aberto. Felizmente que é possível reverter esta situação, bastando, para isso, que haja vontade de o fazer. Não será difícil nem muito dispen-

dioso, destruir o "barraco" e reconstruir-se o "court". Para o Teatro Virtual existem por aí vários espaços adequados para o receber. Se quiserem... eu sugiro!



Projecto

Desafio para Moçambique

As pessoas que apoiaram os alunos das escolas de Mecanheles e Mapinhane, onde trabalham o Ricardo e a Elizabeth e o Filipe e a Tina, devem dirigir-se ao Cartório da Igreja de S. Miguel para receberem a carta do seu afilhado.

Quem tenha e-mail deverá enviar o seu nome e endereço electrónico para os seguintes e-mails:

Ricardo e Elizabeth:

IMCCUAMBA@TELEDATA.MZ

Filipe e Tina:

FILIPELEAL@NETC.PT

OU

MISVILA@TELEDATA.MZ

Passatempo

Olho.indiscreto

Para participar neste passatempo e habilitar-se a ganhar um exemplar do "Livro do Mês - Março", 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 Março de 2006, será sorteado o prémio acima referido no dia 11 de Março de 2006, no início da projecção da 2ª parte do filme "Karol, o homem que se tornou Papa", pelas 21:30, no salão da Igreja de São Miguel.

Solução do número anterior:
Lar de Galamares.

Entrevista com a vencedora: Luísa Rodrigues

No passado dia 11 de Novembro, durante a noite de cinema que se realizou no salão da Igreja de S. Miguel, decorreu mais um sorteio do passatempo olho.indiscreto, tendo saído vencedora, Luísa Rodrigues, de 43 anos de idade, doméstica e residente em Galamares.

Em entrevista concedida ao Cruz Alta, revelou-nos que concorreu à "última da hora" e por intermédio da sua filha de 8 anos, que, entusiasmada, enviou a

resposta por computador. Conforme nos disse, reconheceu facilmente o Lar de Idosos, em Galamares, dado que ali reside e passa diariamente. Acrescentou que, noutros tempos, se chegaram a realizar nesse local algumas Eucaristias, bem como o Terço e a Festa da Palavra.

A Luísa pertence à comunidade de S. Martinho e colabora em tarefas várias que se realizam dentro da mesma, designadamente, como referiu, a sua

prestação como catequista. Acrescentou ainda, que gosta muito do jornal na sua globalidade, com um destaque especial para as rubricas relacionadas com as receitas, dicas e provérbios e da utilidade dos conselhos acerca do nutricionismo, que considera de extrema importância.

O prémio que merecidamente ganhou foi o "Livro do Mês" a que alude a nossa edição do mês passado, Procição dos Passos, do P. Abel Varzim.