

Unidade Pastoral de Sintra acolheu

## IV Jornada Diocesana da Juventude



Igreja de S. Miguel, 18h. Uma igreja repleta de jovens, e não só, para participarem na missa de encerramento da *IV Jornada Diocesana da Juventude*, presidida pelo Senhor Cardeal Patriarca D. José Policarpo.

Sua Eminência fez ressaltar a necessidade imperiosa de cada vez mais nos deixarmos tocar pelo **AMOR**, pela **CARIDADE**, mas não essa caridadezinha, mesquinha e falsa que tantas vezes vemos à nossa volta, não, o que nos deve guiar é “aspirarmos às coisas do alto”, é não nos esquecermos que Jesus morreu para que tivéssemos a **VIDA**. É sermos arrojados e pararmos de falar, arregaçarmos as

mangas e passarmos aos actos. Este mundo está repleto de “boas intenções” – Lá diz o velhinho ditado; De boas intenções está o inferno cheio. Este mundo precisa da força e pujança, da coragem e da vontade dos jovens, eles que serão o futuro, têm que ter a noção que é metendo mãos à obra que as coisas mudam. E não só os jovens, todos temos obrigação de não ficarmos mais parados à espera do que há-de vir... Se vier.

Se temos conhecimento de alguém que sofre, que passa necessidades, está verdadeiramente na altura de parar e pensar: Posso fazer algo? Então vou fazer, e se não posso há com certeza alguém que pode, é

meu dever levar ao conhecimento de outros que tenham os meios que eu não possuo. Há que agir, chega de marasmo e deixa andar. Enquanto houver um cristão tem que haver fôlego de Deus a agir, ora sabemos que o Pai está lá sempre, então, se as coisas não mudam quem está a falhar somos nós! Ele deu-nos inteligência, olhos, mãos, pés, coração, e vida para servirmos e agirmos, ainda estamos à espera... de quê?

Tudo nos aponta um caminho único a seguir, ninguém nos diz que é fácil, mas o nosso Mestre nos precede, nos guia, nos dá o exemplo; Ele que amou até à morte e por amor se entregou. Como podemos

ter medo? Como podemos dizer-Lhe – “espera”? Como podemos esquecer, não querer ver? Sem amor nada faz sentido. Um casal não sobrevive, uma criança não é feliz nem se desenvolve plenamente, uma comunidade não cresce, um idoso não tem apoio, uma freira, um sacerdote, um diácono, um acólito, não serve verdadeiramente, cada um de nós se não ama não “vive”.

O mundo esqueceu-se que o seu motor é o amor, os homens esqueceram-se que o seu coração foi feito por amor e para amar. Conturbados tempos estes que nos fazem esquecer que “Pelo amor conhecido é o Cristo!”

Paula Penaforte

## Editorial

Elsa Tristão

## O Pretérito Perfeito do Verbo Amar



chegar a uma meta, mas como vagabundos errantes, ignorando as indicações do roteiro.

Resta-nos não termos medo de abrir o coração ao Amor de Deus através da procura da nossa conversão interior e da conversão dos outros.

Basta confiarmos e procurarmos imitar Maria, "faça-se em mim segundo tua palavra" (Lc 1, 38).

As simples palavras "Deus é Amor" tem realmente implicações profundas em nós a partir do momento em que começamos a viver a nossa vida baseados nesta afirmação. É a expressão que traduz a opção fundamental de vida de um cristão. É viver num processo contínuo de busca do nosso ser mais íntimo, dos nossos congéneres e de um Deus que nos ama.

Os piores pecados da nossa vida são as faltas de amor. As faltas de amor por nós e ao próximo – esta ideia martela – me na

cabeça depois de ter lido a fascinante Carta Encíclica do nosso Papa Bento XVI sobre o amor cristão.

Após o período Pascal que acabamos de viver, venho-vos convidar a reflectir sobre este Amor. A Igreja é antes de mais uma comunidade de pessoas que nos convida a beber e a comer na mesma mesa. Se caminhamos para a santidade importa não esquecer que, Não é Santo aquele que Reza e sim Aquele que Ama.

*"Ainda que eu tenha o dom da profecia  
E conheça todos os mistérios e toda a ciência,*

*Ainda que eu tenha tão grande fé,*

*Que transporte montanhas,*

*Se não tiver amor, nada sou." (1 Cor 13, 2)*

De facto, só descobrimos "o nosso presente" nos olhos de quem o recebe. Ofereçam-no sem medo.

## A melhor parte

Paula Penaforte

## 19 Anos de dávida

Como é do conhecimento geral o nosso Diác. Manuel Valinho foi submetido a uma intervenção cirúrgica melindrosa no passado dia 14 de Março, que lhe deixou no coração três by-pass, após três longas horas de esforços da equipa médica do Hospital Pulido Valente, onde decorreu a cirurgia.

Sempre se disse que se Maomé não vai à montanha vai a montanha a Maomé, e foi isso que fizemos ao pedir uma singela e breve entrevista ao nosso querido e ainda debilitado Diácono, e antes de mais **AMIGO**.

Eis aqui a alma de um homem, que não **TEME**, que **ACREDITA, SERVE, CAMINHA E AMA**, sempre tentando que seja "à maneira de Jesus" e Nele buscando a sua força:

**CA** – "Diác. Valinho, há quantos anos foi ordenado?"

**DMV** – "Há 19 anos. Tive 12 de seminário, como missionário, mas acabei por ser afastado, por ser "rebelde", em 1953, sem concretizar a ordenação. Não havia a abertura que há hoje. Estive em Angola com os colegas seminaristas e foi pelas mãos do

falecido D. Alves Ribeiro que, posteriormente, foi proposto para o diaconato, que acabou por ter lugar em 18/07/1987."

**CA** – "Como descreveria estes 19 anos, uma vez que já trabalhou com vários Párcos, nomeadamente com o falecido, Pe. João e, mais recentemente, com o actual, Pe Carlos Jorge?"

**DMV** – "Em quatro palavras apenas; Uma **GRANDE GRAÇA DO ESPIRITO SANTO**.

Entre mim e o Pe. João havia uma amizade de irmãos. Gostávamos de trabalhar em conjunto, não havia atritos graves, e algumas arestas que sempre existem nas relações humanas, foram sendo limadas e ajustadas. Com o Pe. Carlos Jorge a relação é de uma amizade profunda e grande. Ele é um homem de espírito aberto, esclarecido e conhecedor, a escola é outra, e sinto-me muito à vontade.

Todos sabemos, que o Pe. Carlos é uma pessoa compreensiva e isso ajuda a quantos atendemos aos seus apelos. A confiança que deposita em quem com ele trabalha é ilimitada. Entrega nas nossas mãos e pronto! Por exemplo, eu tenho a meu cargo os matrimónios, 2 centros de dia, grupos corais, e os funerais, além das celebrações litúrgicas. É assim que eu entendo o significado de "Serviço", todos nós pertencemos a uma igreja seguidora de Cristo; ora Ele veio Servir."

**CA** – "Como reagiu à descoberta do problema cardíaco, e posterior operação. Como encarou e viveu esses momentos?"

**DMV** – "Não estava preparado, foi duro e complicado. Dia 4 de Março tive pelas 22.30h uma forte dor no peito, que abrandou cerca das 24h. Como passou não avisei ninguém. Os dias 5 e 6 passaram-se a desempenhar as minhas tarefas

normais. Os matrimónios, a missa em S. Pedro, a visita ao Centro de Dia. Mas pelas 19h, já em S. Miguel, chamaram-me a atenção para o meu aspecto que já não aparentava nada de bom. Nessa noite fui visto pelo meu cardiologista, Dr. Parente Martins, que pediu análises e fez um electrocardiograma, ambos dando positivo. No dia 7, 20h surgem os resultados e vou de urgência para o Hospital Pulido Valente. Aí sou submetido a um cateterismo, e viria a ser operado dia 14 de Março, pelo Prof. Fragata, operador no Hospital da Cuf, para onde fui transferido e operado.

Como me senti? Um pouco como Jesus no Jardim das Oliveiras; Pai, afasta de mim esse cálice, mas faça-se a Tua vontade e não a minha". Mas confiei, e ...estou cá, graças a Deus"

**CA** – "Como vai ser vivida esta Páscoa, Diácono?"

**DMV** – "Entre a tristeza de não estar na minha comunidade, e não poder participar activamente, e a certeza que seguindo os conselhos médicos, poderei dentro de três meses estar de novo no meio dos "meus". Sofro moral e fisicamente, mas este tempo é de interiorização e aprendizagem. Estarei presente nas celebrações a que puder assistir aqui no Algueirão."

**CA** – "Peço-lhe uma mensagem para todos"

**DMV** – "Unamo-nos à volta de Cristo. Porque Ele é o nosso Chefe, Guia, e Mestre, sigamos os seus passos, e deixemo-nos TOCAR.

Agradeço as orações todas que por mim foram rezadas, tenho-vos no coração. Obrigada à equipa excepcional do CA pelo empenho, pelo trabalho e pelo muito que me têm dado. Feliz e Santa Páscoa para todos."

## Os nossos Padres

## "Viu e acreditou"



P. Rui Gomes

Foi a reacção do discípulo diante de tão grande acontecimento. Estamos a viver o tempo pascal, tempo especial de testemunho do anúncio da nossa fé, de ver e acreditar.

Estas duas palavras expressam muito a vivência humana de cada um. Na verdade, são o espelho das relações humanas, pois é-nos muito fácil ver de uma forma muito ligeira, mas o acreditar nem por isso. O ver permite-nos ficar à

distância, prontos a mudar de rumo se algo não for do nosso agrado. Por sua vez, o acreditar leva mais longe, não nos deixa ficar numa mera fachada, mas pelo contrário compromete-nos com aquilo que é importante.

Deste modo, o discípulo acreditou na ressurreição de Jesus, comprometendo-se com Ele, com todas as implicações. Não foi a meio gás, mas totalmente! E convida-nos a fazer o mesmo.

Acreditar na ressurreição

é testemunhar o conteúdo e o motivo da nossa fé!

No mundo de hoje é tão necessário acreditar em vez de se ficar a ver como espectador.

Que a vivência deste tempo pascal seja para toda a nossa unidade pastoral ocasião para arregaçarmos as mangas, à procura de formas de testemunhar Aquele em quem acreditamos, vencendo a barreira da redoma de vidro que muitas vezes nos envolve e nos fecha para os outros.

# I Encontro da «Família» do Hockey Club de Sintra

No próximo dia 6 de Maio realiza-se o I Encontro da «Família» do H.C.S., que, entre outras acções, inclui um festival desportivo para «Recordar o Passado», a inauguração, nos cemitérios de Sintra, de obeliscos em memória dos sócios falecidos, um almoço de confraternização, duas exposições, uma alusiva à actividade do H.C.S. desde 1940 e outra de artes plásticas denominada «Solidariedade e Amizade», e uma sessão solene para entrega de galardões, recepção do espólio do inter-

nacional Cipriano dos Santos e lançamento do livro «Hockey Club de Sintra – Sessenta Anos ao Serviço do Desporto do Concelho de Sintra – 1940-2000», de Francisco Hermínio Santos. O I Encontro da «Família» do H.C.S. termina com a celebração, às 19,00 horas, na Igreja de S. Miguel, de uma Eucaristia em acção de graças e por intenção dos sócios falecidos.



## PROGRAMA DO ENCONTRO

08,45 h. – Concentração de sócios e amigos do Clube na esplanada do Palácio Valenças;  
09,00 h. – Pequeno-almoço na Vila Velha;  
09,30 h. – «Recordar o Passado», no ringue do Parque da Liberdade:

- Evocação dos momentos vividos pelo HCS no ringue do Parque da Liberdade;
- Descerramento de um memorial à realização do Encontro;
- Apresentação das equipas de hóquei em patins, da classe de patinagem artística e da escola de patinagem;
- Jogo de hóquei em patins entre veteranos do H.C.S., com mais de 50 anos de idade;
- Encontros entre infantis C do H.C.S.;
- Patinagem artística;

11,30 h. – Inauguração de obeliscos em memória dos sócios falecidos (cemitérios: S. Marçal-11,30 h., Alto do Chão Frio-12,00 h. e Alto da Bonita-12,30 h);

13,30 h. – Almoço de confraternização, no pavilhão gimnodesportivo;

16,00 h. – Inauguração da exposição «H.C.S. – ao serviço do desporto e do concelho de Sintra» e da exposição de artes plásticas «Solidariedade e Amizade»;

16,30 h. – Sessão solene:

- Entrega de emblemas a sócios com 25 e 50 anos de filiação;
- Entrega de «Emblemas de Dedicção»;
- Entrega simbólica de diplomas de participação no I Encontro da «Família» do H.C.S.;
- Entrega, pela família, do espólio desportivo de Cipriano dos Santos;
- Apresentação do livro «HOCKEY CLUB DE SINTRA – SESENTA ANOS AO SERVIÇO DO DESPORTO E DO CONCELHO DE SINTRA – 1940-2000»;

19,00 h. – Eucaristia por acção de graças e em memória dos sócios falecidos, na Igreja de S. Miguel.

## Boletim Maio 2006

UNIDADE PASTORAL DE SINTRA

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

1	segunda	<b>11H00:</b> celebração da Eucaristia na Capela de Stª Eufémia. <b>21H30:</b> mais uma sessão de CATEQUESE DE ADULTOS, em Janas, Lourel e Ral. Todos são bem-vindos.
2	terça	<b>21H30:</b> mais uma sessão de CATEQUESE DE ADULTOS, em Manique de Cima, Várzea e Abrunheira. Todos são bem-vindos.
3	quarta	<b>21H30:</b> Terço meditado. Igreja de S. Pedro.
4	quinta	<b>21H30:</b> Sessão de esclarecimento e debate: <b>“Embrião humano. Quem és tu?”</b> . Conferência sobre a procriação medicamente assistida - O que está em causa? Local: salão da Igreja de S. Miguel.
5	sexta	<b>21H30:</b> oração do <b>“Terço na rua”</b> em todas as localidades da Unidade Pastoral de Sintra, como testemunho de fé, nos locais que cada comunidade escolher. Assim, neste dia, todos os Centros Comunitários da UPS, estarão unidos na oração.
6	sábado	Neste sábado, por razões que têm a ver com a acção de recolha para o Banco Alimentar, não se realizará o <b>“Butep’a.rua”</b> .
7	Domingo <small>IV DA PASCOA</small>	<b>12H00:</b> Primeiras Comunhões na Igreja de S. Martinho. Neste dia, a celebração da Eucaristia a esta hora é de carácter excepcional. <b>15H30:</b> tarde de convívio/lanche para os mais idosos. Casa Paroquial de S. Martinho. Venha e traga mais alguém.
10	quarta	<b>21H30:</b> “Uma hora com Jesus”. Um tempo de oração. Igreja de S. Pedro.
12	sexta	<b>21H30:</b> oração do <b>“Terço na rua”</b> em todas as localidades da Unidade Pastoral de Sintra, como testemunho de fé, nos locais que cada comunidade escolher. Assim, neste dia, todos os Centros Comunitários da UPS, estarão unidos na oração.
13	sábado	<b>21H30: PROCISSÃO</b> com a Imagem de Nª Sª de Fátima. Este ano será na <b>Abrunheira</b> . Início: terreno da construção da futura Igreja. Por este motivo não se realizará a habitual noite de cinema: “Luzes... câmara... acção”.
14	Domingo <small>V DA PASCOA</small>	• <b>VENDA DO LIVRO DO MÊS:</b> “Como se faz um Santo”, do Cardeal Saraiva Martins. <b>12H00:</b> Primeiras Comunhões na Igreja de S. Miguel.
15	segunda	<b>21H30:</b> mais uma sessão de CATEQUESE DE ADULTOS, em Janas, Lourel e Ral. Todos são bem-vindos.
16	terça	<b>21H30:</b> mais uma sessão de CATEQUESE DE ADULTOS, em Manique de Cima, Várzea e Abrunheira. Todos são bem-vindos.
17	quarta	<b>21H30:</b> Terço meditado. Igreja de S. Pedro.
19	sexta	<b>21H30:</b> oração do <b>“Terço na rua”</b> em todas as localidades da Unidade Pastoral de Sintra, como testemunho de fé, nos locais que cada comunidade escolher. Assim, neste dia, todos os Centros Comunitários da UPS, estarão unidos na oração.
21	Domingo <small>VI DA PASCOA</small>	<b>10H00:</b> Primeiras Comunhões na Igreja de S. Pedro. <b>13H00:</b> depois de uma paragem temporária, o grupo <b>“JANELA”</b> retoma os seus <b>almoços</b> . Local: salão da Igreja de S. Miguel.
24	quarta	<b>21H30:</b> <b>“VIAGEM À BÍBLIA”</b> . Um tempo de estudo da Bíblia e apresentação de um tema relacionado com a fé. Levar uma Bíblia.
26	sexta	<b>21H30:</b> oração do <b>“Terço na rua”</b> em todas as localidades da Unidade Pastoral de Sintra, como testemunho de fé, nos locais que cada comunidade escolher. Assim, neste dia, todos os Centros Comunitários da UPS, estarão unidos na oração.
28	Domingo <small>ASCENÇÃO DO SENHOR</small>	<b>PEREGRINAÇÃO VICARIAL A FÁTIMA</b> . A seu tempo serão fornecidas mais informações. <b>12H00:</b> Primeiras Comunhões na Igreja das Irmãs Doroteias do Linho.
29	segunda	<b>21H30:</b> mais uma sessão de CATEQUESE DE ADULTOS, em Janas, Lourel e Ral. Todos são bem-vindos.
30	terça	<b>21H30:</b> mais uma sessão de CATEQUESE DE ADULTOS, em Manique de Cima, Várzea e Abrunheira. Todos são bem-vindos.

## Sopram ventos a Oriente

### O "G. D. C. M."



Elias Colaço\*

Esta vez vou dedicar este espaço para vos falar sobre um Grupo que me acolheu de braços abertos no seu seio e onde toco cordas (violas beiroa e braguesa). O Grupo de Danças e Cantares de Macau (G. D. C. M.), foi fundado em Abril de 1991 por um grupo de pessoas da Comunidade Portuguesa de Macau, tendo como grande objectivo a divulgação do folclore tradicional português, através da dança, música e cantares típicos das várias regiões de Portugal não esquecendo Macau.

Ao longo dos seus dez anos de existência, tem apresentado e promovido Portugal e Macau em diversos eventos locais e internacionais, tendo sido distinguido

com a Medalha de Mérito Turístico em 1998.

Mais de 200 elementos de diferentes nacionalidades, extractos sociais e profissionais, já se associaram, conviveram e contribuíram para que até ao presente momento, o G. D. C. M. participasse em 350 acções e espectáculos em Macau, Portugal (Lisboa), República Popular da China (Pequim, Xangai, Cantão, Zhuai, Wuxi e Xinhui), Hong Kong, Singapura, Malásia (Kuala Lumpur e Malaca), Tailândia (Banguecoque, Ratchaburi), Filipinas (Manila), Coreia do Sul (Taejon e Seul), Japão (Osaka e Kagoshima) e Taiwan (Taipé e Kaohsiung).

O G. D. C. M. conta já com grandes iniciativas das quais destacamos, a produção de

um Cancioneiro com letras e músicas do repertório do grupo, lançamento de um Laser e um CD com músicas tradicionais portuguesas e uma Brochura relativa a uma Exposição de Trajes Regionais Portugueses, doação de Trajes Tradicionais Portugueses a diversos grupos da Tailândia, Malásia e Singapura, ao Museu de Macau e Museu "Casa das Regiões", situado numa das moradias da Zona do Carmo na Taipa, cuja concepção e organização é da responsabilidade do G. D. C. M.

O G. D. C. M. mantém um conjunto de objectivos e tarefas a desenvolver e a concretizar, que pretendem preservar a sua própria iden-

tidade em Macau, dado que a originalidade, rigor e a qualidade são as suas grandes preocupações no passado, no presente e no futuro.

O G. D. C. M. tem mantido o grupo aberto a toda a comunidade residente na Região Administrativa Especial de Macau, que queira partilhar e viver a cultura tradicional portuguesa, procurando produzir a encenação dos diversos e diferentes rituais da cultura tradicional portuguesa: Danças, Música e Cantares Tradicionais; Jogos Tradicionais; Serração da Velha; Engodos; Aneodotas; Advinhas; Ramo; Desfolhada; Provérbios; Gigantones e Cabeçudos; Lendas e Contos; Romarias; Santos Populares; Teatro Popular Tradicional; Desgarradas;

Queima do Judas; Esconjuradas; etc..., organizando e participando ainda, em comemorações de datas e de momentos festivos, relacionados com o Dia dos Reis; Janeiras; Entrudo; Festas e Romarias; Dia de Portugal de Camões e das Comunidades Portuguesas; Santos Populares; o magusto de S. Martinho; Festa do Natal e finalmente contribuindo para divulgação da Cultura Portuguesa, organizando "Workshops" de Música, Dança e Cantares Tradicionais Portugueses, dirigidos a outros grupos e comunidades da Região Ásia-Pacífico.

Em Maio de 1996, participou na gravação de um CD Laser promocional de Macau.

Em Junho, com o objectivo

de divulgar o folclore português junto das comunidades de luso-descendentes, o grupo realizou por sua iniciativa, uma digressão com vários espectáculos e "workshops" sobre música e dança portuguesas em Singapura, Kuala Lumpur e Malaca, tendo participado nesta última cidade na "Festa San Pedro".

Em Julho de 1997, realizou uma série de actuações em Manila tendo participado, ainda, num espectáculo gravado pela Televisão das Filipinas. Esta deslocação esteve inserida numa promoção turística do Território, aquando do seu inaugural da Air Macau.

## Postais da Vila Velha

### O "cancro" do lixo



Fernando Marques

Nos meus tempos de criança, habituei-me a ver os varredores de rua, mais conhecidos por "Almeidas", limpavam as ruas com os seus vasculhos. Empurravam carrinhos de chapa. Usavam umas enormes alcofas de ráfia e serapilheira, onde colocavam objectos dispersos que apanhavam e a seguir descarregavam nesses carrinhos ou nas camionetas que os levavam dependurados em estribos colocados nas traseiras. Depois, com uma perícia invejável, saltavam em andamento para recolher o lixo e de novo um salto fantástico os fazia voltar às camionetas. Contudo, os tempos mudaram. O crescimento demográfico aumentou, dando origem a um aumento do volume de lixo produzido.

Os métodos de recolha do lixo público alteraram-se, com a introdução dos eco-pontos. É possível agora, cada um deixar o lixo separado por espécie, para posterior reciclagem, contribuindo para um reaproveitamento dos materiais e uma melhoria do meio ambiente. Nos locais em que a quantidade de lixo é em maior, foram implantados "big-bags" subterrâneos, isto é, sacos de dimensões enormes. Estes, são removidos e substituídos por braços articulados, tipo grua, montados nos enormes camiões de recolha da H. P. E. M. (Higiene Pública - Empresa Municipal), empresa entretanto criada pela autarquia para o efeito.

Infelizmente, muito boa gente não liga rigorosamente nada ao facto de existirem estes eco-pontos e

continua a descarregar no contentor do lixo geral, todo o lixo doméstico que produzem, manifestando o maior desprezo pelo esforço realizado pela autarquia ao colocar os referidos eco-pontos nos mais variados locais das freguesias do município.

Um dos exemplos mais flagrantes desta situação, está mesmo no coração do centro histórico. No passeio junto da Igreja de S. Martinho, onde param os autocarros que fazem o circuito dos palácios e do Castelo dos Mouros e em frente do Posto de Turismo de Sintra, encontra-se um dos contentores subterrâneos. Esta situação causa um enorme desconforto a todos os que por ali circulam, bem como àqueles que aguardam pelo respectivo auto-

carro. Até à meia-noite, hora em que geralmente é feita a recolha do lixo, este contentor está atulhado e rodeado de sacos de lixo, grande parte deles resultantes dos restaurantes da zona. Esta imagem não só é extremamente negativa para a nossa terra, como também origina uma profunda promiscuidade com o ambiente.

Será que um pouco mais de esforço por parte de quem controla estes serviços, colocando mais eco-pontos ou obrigando a população e as pessoas ligadas à restauração a terem uma hora determinada para se descarregar o lixo naquele local, pouco tempo antes da passagem do carro de recolha do lixo, não era uma boa alternativa para pôr termo a este verdadeiro cancro local?

Não era má ideia sugerir a quem de direito um aperfeiçoamento e melhor eficácia nos contentores. Com efeito, a maior parte dos existentes têm bocas de acesso à entrada do lixo de dimensões pequenas, o que obriga os utentes muitas vezes a depositar os volumes de lixo no pavimento, o que, para além de haver um acréscimo constante do aumento do lixo ao ar livre, ainda dá

origem a que cães e gatos destruam os sacos em busca de alimentos.

É fácil e triste concluir que esta imagem é extremamente negativa, já para não falar do perigo eminente no que toca à saúde.

Deixo aqui uma pergunta!

Que pensarão disto os nossos visitantes? Que não merecemos o bem que herdámos ou que não somos capazes de o preservar?



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.datterra@sapo.pt

Consultório médico

# Cancro do intestino

O cancro do intestino (cólon e recto) é essencialmente uma doença do mundo ocidental. A incidência é baixa nos indivíduos menores de 45 anos, subindo de forma marcada a partir dos 50 anos. A O.M.S. estima que, até 2010, 600.000 pessoas morrerão por cancro do intestino. Cerca de 4% dos europeus do sexo masculino e 3% do sexo feminino desenvolverão cancro colorectal até aos 75 anos. Em Portugal, os dados da mortalidade de 2003 apontam para uma média de nove mortes por dia (cerca de 3300 óbitos por ano). Esta doença representa actualmente a primeira causa de morte por cancro, sendo Portugal o único País do Mundo Ocidental em que tal facto se verifica. É na

verdade assustadora a evolução da mortalidade por cancro do intestino no nosso país nos últimos anos, evidenciando um aumento de cerca de 80% nos últimos 20 anos. Espera-se para 2005 cerca de 6000 novos casos!

O cancro do cólon e recto tem origem, em mais de 90% dos casos, numa lesão precursora, o adenoma (pólipo)-lesão benigna, na maioria dos casos tratada por via endoscópica (retirada na altura do próprio exame colonoscópico), sem ser necessário recurso à cirurgia convencional.

Estão hoje identificados 2 grandes factores de risco: 1º. -a idade (acima dos 50 anos) 2º. -história familiar de polipose ou cancro do intestino

Os sintomas de alerta são a presença de sangue nas fezes ou as alterações

dos hábitos intestinais. É de notar, por outro lado, que estes sintomas podem não ter nada a ver com esta doença.

É no grande grupo de pessoas saudáveis sem sintomas, que atitudes de rastreio deverão ser propostas. As três mais adequadas são: a pesquisa de sangue oculto nas fezes, a fibroscopia/ colonoscopia esquerda e a colonoscopia total. Este último exame é seguramente o método mais sensível na detecção desta doença e deve ser realizado de cinco em cinco anos. No entanto, há quem aconselhe a realização da colonoscopia esquerda, dado que 75% destas lesões se localizam no cólon esquerdo, complementada com colonoscopia total nos casos de lesões detectadas à esquerda, por ser mais cómodo para o doente.

O rastreio do cancro do intestino visa não só, a identificação precoce do cancro mas, sobretudo, a identificação das suas lesões antecessoras -os adenomas- que, num acto terapêutico simples, (polipectomia endoscópica) económico e com baixíssimas complicações, podem ser removidos, interrompendo a progressão destas lesões para o cancro, promovendo-se uma verdadeira prevenção do cancro do intestino, doença cujo tratamento será sempre penalizante para quem a sofre e que, antes de tudo, deseja não a ter.

Na generalidade dos países da comunidade europeia é fácil o acesso e a disponibilidade do rastreio para a prevenção do cancro do intestino. Em raros países como o nosso, este acesso persiste limitado, razão da

nossa situação negativa apontada acima, discriminando muitos cidadãos. A grande maioria dos nossos hospitais tem a sua capacidade esgotada para os exames diagnósticos, tornando-se impossível a resposta à realização de exames de rastreio.

Um rastreio eficaz permitiria uma redução de cerca de 90% na taxa de mortalidade desta doença, o que significa salvar vidas e, por outro lado, levaria a uma redução substancial da despesa gasta em internamentos e



Miguel Forjaz, médico

tratamentos que se tornam caríssimos para o Estado.

Termo, aconselhando: Privilegie a dieta mediterrânica (rica em azeite, legumes e fruta, lacticínios e peixe). Mantenha actividade física regular.

Evite a obesidade e o tabaco.

Faça o rastreio do cancro do intestino a partir dos 50 anos.



**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

# Alimentos Funcionais

Dentro da Ciência da Nutrição, há sempre novidades sobre a alimentação. Felizmente, cada vez mais se descobrem alimentos que desempenham funções benéficas ao organismo humano, como prevenção de doenças, protecção de órgãos e tecidos, entre outros. Esses alimentos são chamados alimentos funcionais. Entre estes, falarei dos alimentos pré e probióticos.

**Prebióticos** são alguns tipos de fibras alimentares, i.e., hidratos de carbono que não são digeríveis pelo nosso corpo. Este tipo de fibra tem as seguintes funções: 1. Ajuda na manutenção da flora intestinal; 2. Estimula o trânsito intestinal; 3. Contribui com a consistência normal das fezes, prevenindo a diarreia e a obstipação; 4. Ajuda a que o intestino

só absorva as substâncias necessárias, eliminando o excesso de glicose (açúcar) e colesterol, favorecendo a diminuição do colesterol e triglicéridos totais no sangue;

5. Possui efeito bifidogénico, isto é, estimula o crescimento das bifidobactérias. E estas suprimem a actividade de outras bactérias que são putrefactivas e que podem formar substâncias tóxicas.

São prebióticos os frutooligosacarídeos e a inulina. Aqueles estão presentes em alimentos de origem vegetal (cebola, alho, tomate, banana, cevada, mel). A inulina, extraída da chicória, é boa para diabéticos em substituição do açúcar. Encontra-se no alho, cebola, espargos e alcachofra.

**Probióticos** são microorganismos vivos e ao mesmo tempo ingrediente de um alimento que, quando ingeridos em

quantidades suficientes e de forma regular, são benéficos à saúde. Esses organismos são adicionados aos alimentos, p.e. a leites fermentados. As mais conhecidas bactérias que exercem essa função são as Bifidobacterium e Lactobacillus. Já ouviram falar do L. casei imunitass? Estas bactérias favorecem a presença de outras benéficas ao organismo e diminuem a concentração de bactérias e microorganismos indesejáveis.

Outra maneira de proteger a mucosa intestinal é metabolizar as fibras presentes e transformá-las em ácidos. Dessa forma, há uma diminuição na concentração de bactérias patogénicas e putrefactivas, que provocam doenças e gases. Além disso: -Aumentam o valor nutritivo e terapêutico dos alimentos porque há um aumento dos níveis de vitaminas do complexo B e aminoácidos. Absorção acrescida

de cálcio e ferro; - Fortalecem o sistema imunológico, através de uma maior produção de células protectoras. - Têm particular importância em pessoas com intolerância à lactose, devido ao aumento de uma enzima que facilita a digestão da lactose.

A manutenção do equilíbrio da flora intestinal é muito importante para o nosso organismo. Dessa maneira, a alimentação

assume papel influente através da ingestão de alimentos que proporcionem o desenvolvimento no intestino de bactérias saudáveis.

O consumo de prebióticos e probióticos deve ser estimulado. No entanto, é importante saber que uma vida saudável está relacionada não somente com os alimentos que são ingeridos, mas também com o estilo de vida, a hereditariedade, a



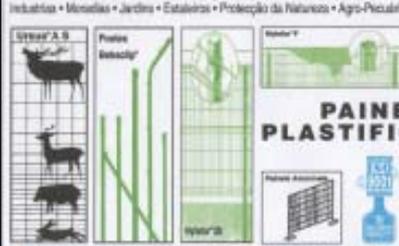
Elsa Tristão, nutricionista

influência do meio ambiente e actividade física. Assim, é fundamental perceber que uma boa saúde não depende somente de alimentos funcionais e sim de vários factores que juntos proporcionam uma vida saudável.

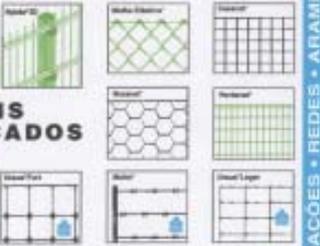
**VEDICERCA**

Produtos com Qualidade para Vedações de: Escolas • Politécnicos  
Indústrias • Moinhas • Jardins • Estaleiros • Protecção da Natureza • Agro-Pecuária

**PAINÉIS PLASTIFICADOS**



MELHORES VEDAÇÕES UM INVESTIMENTO COM TODA A SEGURANÇA



POENTE 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

## Convento da SS. Trindade



Maílda Pedro



Paulo Francisquinho

O Convento da Santíssima Trindade situa-se na zona histórica de Sintra, na rua da Trindade, Arrabalde, perto da Igreja de Santa Maria, na freguesia de Santa Maria e São Miguel. Foi fundado nos finais do Séc. XIV tendo sofrido ao longo do tempo, diversas obras de beneficiação, o que faz com que não haja vestígios da sua construção primitiva.

O pequeno claustro ajardinado, datado de 1570, apresenta-se como resultado de uma renascença já abastardada. A arcaria do claustro é composta por quatro arcos dóricos, repartidos em dois tramos por alçado. Sobre um dos lados do claustro encontra-se uma galeria aberta, com colunas do mesmo estilo. Porém, no refeitório e na



dependência que eventualmente terá sido a sacristia, podem observar-se ainda alguns antigos azulejos de inícios do Séc. XVI. Após o terramoto de 1755, a igreja foi parcialmente recons-

truida e a sua proeminente fachada setecentista domina hoje o conjunto.

A cerca do Convento escala e aninha-se no flanco da montanha; todavia apesar de se encontrar hoje um

pouco adulterada, não perdeu completamente o ar de recolhimento e de meditação. Assim, encontram-se ainda dispersas ao longo da cerca inúmeros nichos, cruzeiros, antigas fontes, inscrições e esculturas, que embelezam todo o terreno circundante.

Procurando levar uma vida espiritual, na maior pureza e recolhimento, no ano de 1374 alguns anacoretas oriundos do

Convento da Trindade de Lisboa instalaram-se num frondoso e pictórico vale da Serra de Sintra. Entre outros, destacamos Frei Álvaro de Castro, filho do 1º Conde de Arraiolos, e

Condestável do Reino; Frei João de Évora, confessor do Rei D. João I e futuro Bispo de Viseu; e Frei João de Lisboa, director espiritual da Rainha D. Leonor.

O primeiro domicílio destes anacoretas foi a Ermida de Santo Amaro, sita dentro da actual cerca do Convento e, ainda algumas grutas que se espalhavam pela Serra.

Em 1400, D. João I mandou erigir o primitivo convento, sob a protecção de seu confessor, na altura Frei Sebastião de Menezes. Dado este ter sido edificado na antiga Ermida de

Santo Amaro, a construção padeceu de inúmeros feitos na sua arquitectura e, em poucos anos, começou a ameaçar ruína, o que levou os religiosos a abandoná-lo progressivamente. Por volta de 1500, D. Manuel reconstruiu-o.

Durante a Contra-Reforma, Frei Baptista de Jesus edificou-o novamente, mas já no local onde hoje o podemos ver. Em 1755 ruiu parcialmente, datando grande parte da actual construção da segunda metade de setecentos."

in "Sintra Património da Humanidade"



Delegacia Regional  
e Caserta

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

Telef. 21 923 27 33

Unidade Pastoral de Sintra promove

## Peregrinação a Roma



Estão abertas as pré-inscrições para uma peregrinação a Roma, de autocarro, com saída de Sintra no dia 14 de Julho (6ª Feira) e chegada no dia 18 de Julho (3ª Feira).

Para efectuar a **pré-inscrição** e/ou saber mais pormenores e informações contacte o Cartório da Igreja de S. Miguel, pelo telefone 21 924 47 44 ou pelo e-mail [sao.miguel@paroquias-sintra.net](mailto:sao.miguel@paroquias-sintra.net).

## Abrunheira acolhe Procissão a 13 de Maio

Este ano, a habitual Procissão da Unidade Pastoral de Sintra com a Imagem de N.ª S.ª de Fátima realiza-se na Abrunheira, com início no terreno da futura Igreja pelas 21:30H.

Trajecto da Procissão com a Imagem de N.ª S.ª de Fátima:



**SISTEMAS DE SEGURANÇA**  
Sinalização de Emergência  
Projectos de Segurança  
Deteção de Incêndio  
**EXTINTORES**

**MAFEP**

Abrunheira - Sintra  
Tel.: 219 152 251 Fax.: 219 152 253 Mail: [mafep@clx.pt](mailto:mafep@clx.pt)

# O Direito nas Paróquias: Observatório Jurídico

## Unões de Facto



Francisco Gomes,  
Advogado

### Objecto da Lei nº 7/2001, de 11 de Maio.

Publicada no Diário da República nº 109, série I-A, de 11 de Maio de 2001, a referida lei, visa estabelecer as **Medidas de protecção das Unões de Facto**.

Desde logo, no nº 1 do art. 1º verifica-se o seguinte - *a presente lei regula a situação jurídica de duas pessoas, independentemente do sexo, vivam em união de facto há mais de dois anos.*

Conforme já foi dito, pode realizar-se entre pessoas do mesmo sexo e são iguais os efeitos jurídicos quer se trate de heterossexuais ou de homossexuais. Interessante notar que a

**união de facto limita o número dos sujeitos a dois** enquanto que, em **Economia Comum, podem viver dois ou mais sujeitos**, decorrendo daí que os fins de uma e de outra são diferentes e, pela circunstância de se viver em União de facto, não existe impedimento a que se apliquem a estes as *Medidas de protecção das pessoas que vivam em Economia Comum*, (Lei nº 6/2001, 11 de Maio).

### Impedimentos

A lei prevê que em determinadas condições, sejam impeditivas da produção dos efeitos jurídicos, (Lei nº 7/2001, de 11 de Maio - *Medidas de protecção das Unões de Facto*)

ou seja, não podem viver em união de facto os sujeitos que apresentem alguma das seguintes condições:

- Art. 2º
- a) *Idade inferior a 16 anos*
- b) *Demência notória, mesmo nos intervalos lúcidos, e interdição ou inabilitação por anomalia psíquica;*
- c) *Casamento anterior não dissolvido, salvo se tiver sido decretada a separação judicial de pessoas e bens;*
- d) *Parentesco na linha recta do 2º Grau da linha colateral ou afinidade na linha recta;*
- e) *Condenação anterior de uma das pessoas como autor ou cúmplice por homicídio doloso ainda que*

não consumado contra o cônjuge do outro.

Assim sendo, quem estiver nas condições descritas anteriormente não pode viver em União de Facto.

Seria interessante e curioso neste trabalho comparar os impedimentos apontados com os do casamento e da das pessoas que vivem em economia comum.

Devido à limitação de espaço serão destacados alguns aspectos quando se compararem os três regimes - Casamento, União de Facto e Economia Comum.

Antes do mais, para **quem tenha curiosidade**, os impedimentos para o Casamento (sobre os quais

falaremos noutra capítulo), estão previstos nos artigos 1600º a 1609º do Código Civil e os relativos à Lei nº 6/2001, 11 de Maio - à qual o legislador designou por - *Medidas de protecção das pessoas que vivam em Economia Comum, estão previstos no art. 3º deste diploma.*

Algumas questões interessantes acerca da comparação dos três regimes, serão abordadas no próximo número.

Entretanto faço um apelo aos que gostam de desta matéria para lerem os citados artigos do Código Civil e o art. 3º acerca da economia comum.



### Mini-Mercado Loja Nova

de Maria Fernanda do Corro

- Mercearia • Rações para Gados • Gás BP e Móbil •
- Papeleria e Tabacaria •

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

## Poesia

### Virgem Mãe

"Consagramos-te as famílias cristãs.  
Tu que és Virgem, Esposa e Mãe,  
revela-lhes o verdadeiro segredo do amor,  
que na sua pureza e generosidade é sempre virginal,  
torna-as fortes na fidelidade,  
generosas na fecundidade,  
revela-lhes a beleza da comunidade.  
Protege-as dos ataques de que são  
tantas vezes o alvo pela cultura permissiva,  
por leis desajustadas  
e pelo cultivo desmesurado  
da liberdade individual."

D. José Policarpo

### Paz

Paz é a asa branca da pomba  
que suavemente se eleva nos céus,  
é o silêncio após o troar da bomba  
que foi julgada no banco dos réus.  
Paz é a luz clara da manhã  
em que o sol se eleva radiante,  
é a brisa fresca e louça  
beijando a terra faiscante.  
Paz é o beijo dado com amor,  
o primeiro, o mais singelo,  
do qual se relembra o sabor  
por sabê-lo, o mais belo.

Paula Penaforte

### Rezar à noitinha

A Deus me entrego,  
À Virgem Maria,  
À Hóstia Consagrada,  
Ao santo do dia.  
Me guardem de noite,  
E amanhã de dia,  
Na doce presença  
Da Virgem Maria.

Pires de Lima



### FERNANDO & SANTOS, Lda.

Papeleria, Livraria e Tabacaria

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

**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

**PANISINTRA**  
PÃO E BOLOS DO SABOR DA TRADIÇÃO  
PANISINTRA PADARIAS REUNIDAS DE SINTRA SA.  
Sede: Av. D. FRANCISCO D'ÁZULHA, 13 2710-561 SINTRA  
TEL: 21 923 32 38 FAX: 21 923 01 92 panisintira@clix.pt

**COZINHA TRADICIONAL PORTUGUESA**  
Restaurante - Cervejaria - Churrasqueira  
R. João de Deus, 62 (traseiras da estação da C. P.)  
2710 SINTRA  
Telf.: 21 923 42 78

## Dia da Unidade Pastoral de Sintra

Isabel Afonso

# Foi assim... 26 de Março

Mais do que as palavras, as imagens falam por si. Eis alguns dos momentos marcantes que se viveram no passado dia 26 de Março, dia em que se celebrou o encontro anual da Unidade Pastoral de Sintra, no Pavilhão da União Desportiva e Cultural de Nafarros. Unidos pelo acreditar único da mesma Fé, a Festa decorreu num clima de comunhão, alegria e partilha, conduzida pelos nossos Padres, o P. Carlos Jorge e o P. Rui Gomes e todos os que fazem, passo a passo,

dia-a-dia, as Comunidades das três Paróquias, podendo assim comungar e partilhar a oportunidade de dar as mãos à volta desta Mesa de Festa, com a serenidade, a confiança e a garantia de que, ligados nesta união vital de Deus, estaremos sempre todos juntos e cada vez mais, a comemorar os acontecimentos que dão sentido à vida. Recordemos, então, esse dia, como mais um dia grato na nossa memória que Ele nos deu a oportunidade de viver.



## 5.000€ para os nossos bombeiros!

Para ajudar a minimizar os danos causados em viaturas que os incêndios do Verão passado fizeram, a

Unidade Pastoral de Sintra entregou à Associação dos Bombeiros Voluntários de Sintra e à Associação do

Corpo de Salvação Pública de São Pedro de Sintra a quantia de 5.000€, que foi distribuída em partes iguais

às referidas Associações. O nosso bem-hajam pelo vosso serviço com o lema: "Vida por Vida"!



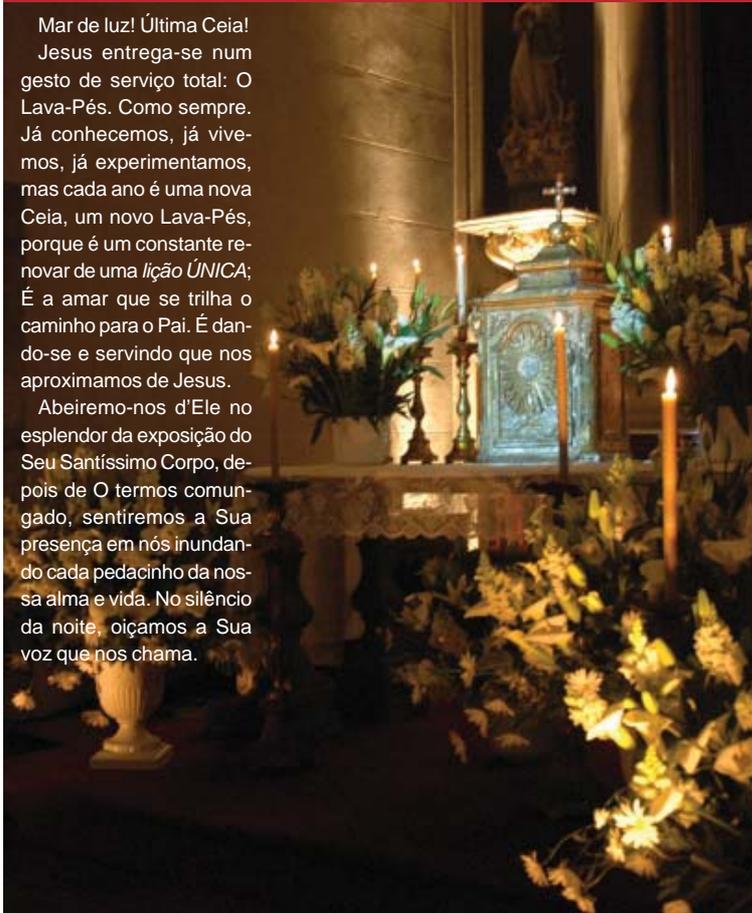
Paula Penaforte

# Páscoa em Sintra

## Quinta-feira Santa

Mar de luz! Última Ceia! Jesus entrega-se num gesto de serviço total: O Lava-Pés. Como sempre. Já conhecemos, já vivemos, já experimentamos, mas cada ano é uma nova Ceia, um novo Lava-Pés, porque é um constante renovar de uma *lição ÚNICA*; É a amar que se trilha o caminho para o Pai. É dando-se e servindo que nos aproximamos de Jesus.

Abeiremo-nos d'Ele no esplendor da exposição do Seu Santíssimo Corpo, depois de O termos comungado, sentiremos a Sua presença em nós inundando cada pedacinho da nossa alma e vida. No silêncio da noite, oiçamos a Sua voz que nos chama.



## Sexta-feira Santa

Madeiro Sagrado. De uma igreja vazia de ornamentos, para mais nos unirmos à *CRUZ*, esse madeiro que recebeu o corpo de Jesus crucificado, de uma igreja nua para corações plenos de gratidão e alegria. Sim, alegria, porque suspenso do sagrado madeiro Cristo nos dá a Vida, a mesma que agora nos compete levar aos irmãos. Mostremos a cruz que a fogo trazemos no peito – O *AMOR*.



## Sexta-feira Santa ~ Via Sacra

Uma vez mais S. Pedro não nos quis nas ruas... desígnios de Santo?!!

Mas a VIA-SACRA, essa foi realizada, na igreja, como se pelas ruas se caminhasse. As 15 estações foram lidas e vividas, interpretadas e explicadas para uma assembleia atenta e numerosa. O tremeluzir dos archotes, e as vozes que encheram S. Miguel foram um pequeno testemunho da Fé que nos une. Pena que nem todos entendam os gestos de carinho, atenção e de preservação e, mesmo em tempo de nos deixarmos tocar todos pelo amor do Pai, apenas consigamos ter a intolerância, a crítica e os maus modos a encher-nos os corações. Esperemos que estes passos do Senhor, nos ajudem a fazermos mais, "à maneira de Cristo".



## Sábado Santo

Glorioso luzeiro! Eis a LUZ de Cristo! E nasceu, nesta noite do fogo abençoado, a *LUZ* feita chama nas velas que tremeluzem, nas almas que se elevam, nos corações que reaprendem a amar. A Luz que é Jesus ressuscitado.

Ele que nos incita a sermos pequenas chamas de vida no meio deste mundo escuro e sem rumo. Hoje recebemos o fogo novo, a nova luz, renovamos as promessas do baptismo, elevamos as nossas vozes para cantar, "Vem ó Santo Espírito. Acende em nós o fogo do amor". Esta é em verdade "A Noite", porque da morte passamos à vida pelas mãos de Cristo Ressuscitado.

"*Ele está vivo, ressuscitado, aleluia!* Como nos tinha anunciado, aleluia!"



Cá estou eu, o Gui!

Ando sempre com uma mochila preta, onde levo os livros, a sandocha que a mãe deixa sempre pronta na mesa do *hall* de entrada com um *post-it* colado, amarelo fluorescente a dizer "olha a sandes de fiambre, Gui!", a carteira quase sem guito, o B.I., o passe e mais umas cenas e o telemóvel, claro, normalmente sem saldo e sem bateria.

Ao contrário da Nô, não acho piada nenhuma ao surf. Mas adoro o mar! Gosto de uma boa cacholada e de olhar o mar a direito. Respeito-o imenso, apesar de tudo e acima de tudo. Acho que a maior parte do pessoal das pranchas não tem nada na cabeça e andam todos metidos em fatos só para o cenário e porque é moda.

Odeio aqueles exibicionismos, quando se põem a mudar de roupa nas traseiras dos carros, como se fossem provadores de roupa descapotáveis, com a música em altos berros. Parecem fabricados em série, numa linha de montagem, tipo *Kens*. Quando abrem a boca não dizem uma para a caixa e é quase preciso um tradutor. Que impressão! A Nô, coitada, já passou horas a explicar-me, em vão, que estou completamente equivocado quanto ao pessoal do mar. Já levei N lavagens ao cérebro na carripa que ela conduz, um *Volkswa-*



## O GUI, A NÔ ... e os outros

POR: GUI & JOCA

gen de 1989, cor de papel reciclado, cheio de autocolantes fixes e de pranchas em "pijamas", quando vamos visitar os avós ao Alentejo. Ao som *reggae* do *Rei Bob* (*Bob Marley*), e outros, diz que são uns curtidos, mas cá para mim têm todos mas é uma grande pancada. Como ela, só pode! e a bem dizer, como toda a gente. Quando estou com os amigos da Nô, não percebo népia do que dizem. Até curto os genuínos e tento entendê-

los, quando falam de ondas perfeitas que lhes deu aquele *drop* fantástico. E de ondas brutais e pesadas que quase os engolem. Dizem que é lixado levar mesmo em cheio com algumas, quando o *setco* começa a praguejar. Falam de picos, tubos, paredes e vagalhos. Do vento e do mar desordenado. De espumas efervescentes que lavam a alma, limpam os miolos e lhes aprofundam os sentimentos. E coisas do género.

Como não sou excepção à regra, também tenho as minhas pancadas e uma delas, para além de ir à biblioteca e poder dispor do computador só para mim (outro dos motivos porque eu e a minha irmã passamos a vida a discutir porque ela só quer estar no *Messenger* com os *Kens*), consumir DVD's, ouvir CD's e ler à borla (eheheh), tenho outra "panca" que não falho porque, sei lá, não sei explicar muito bem, mas não passo sem

ir à missa. Às vezes não sei muito bem o que vou lá fazer, estou desatento, bocejo montes de vezes, fico em pé à seca dados os meus atrasos, mas pronto, gosto de ir lá, não sei se rezo bem ou mal, quero lá saber, às vezes engano-me nos cânticos e adianto-me ao coro, mas sinto-me bem, tipo uma paz a invadir-me, vejo algum pessoal fixe a tocar guitarra, outro de alvas brancas ao pé do altar e pelo menos, dou cumprimento ao meu

certificado de Baptismo, que está colocado em cima da minha cama numa moldura gira que passa lindamente por estanho puro, que a mãe comprou nos "trezentos" ao lado do crucifixo que o meu padrinho, o Guilherme Duarte (daí o meu nome), escritor aposentado, me ofereceu nesse dia memorável em que entrei pela primeira vez na vida de Deus.



## 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 ~ Av<sup>o</sup> 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 Maio:

- 1- Diogo Santos;
- 2-António Wemens; João Ventura Silva;
- 4-Maria de Fátima Leitão;
- 6-Miguel Antunes; Hugo Filipe Lemos;
- 8-Graça Rodrigues; Miguel Forjaz; Susana André Vieira;
- 9-Ana Carolina Moreira; Luís Vaz Pinto;
- 11-César Vasquez; Gonçalo Almeida; Inês Sousa Araújo;
- 12-Maria Teresa Vasco;
- 13-Ana Catarina Sardinha; Luís Borges; Esmeralda Oliveira Mendes;
- 14-João Carlos Laborde;
- 15-Inês Vieira; M.ª do Céu Costa; Mariana Ligia Freixo; Pedro Antunes; Benvinda Vicente Costa;
- 16-António José Domingos; Ricardo Santos;
- 17-Maria Gomes de Almeida;
- 18-António Costa; João Chaves; Vítor Manuel Ganhão;
- 20-Carolina Moura Paixão; Fernanda Pereira Lucas;
- 21-Manuela André;
- 22-Helena Brito e Cunha; Luisa Lousado; Teresa Ribeiro;
- 23-Ângelo Pito; Margarida Maria Pinto;
- 24-Fernando Miguel Simões;
- 25-Elsa Maria Freixo;
- 27-M.ª José Almeida; Miguel Laborde; Ivo Manuel Lemos;
- 28-Fábio Sequeira; Hernâni Leitão; Lino Vieira; Helena Ferreira;
- 29-Maria Francisco Ribeiro.

## Receita

# Doce da Mãe

### Ingredientes:

- 400g de açúcar;
- 2 colheres de sopa de pinhões;
- 5 dl de água;
- 2 colheres de sopa de miolo de noz;
- 100g de miolo de pão branco;
- canela em pó;

- 8 gemas de ovos;
- meias nozes;
- 2 claras;

### Modo de preparar:

Leve o açúcar ao lume com água até fazer ponto de pérola.

Junte o miolo de pão esfarelado e deixe ferver

até o desfazer, mexendo sempre.

Tire do calor e bata com a varinha mágica até obter uma pasta homogênea.

Assim que estiver morno, adicione as gemas batidas com as claras, misture bem e leve de novo ao lume.

Vá mexendo, em lume muito brando, sem deixar



Manuela Alvelos

levantar fervura, até o doce engrossar. Incorpore os pinhões e o miolo de noz.

Deite numa taça, polvilhe com canela e decore com meias nozes. Sirva frio, mas não gelado!

## Ria-se, por favor!

Dois amigos conversam e, a certa altura, diz um deles:

- O dia de aniversário da minha mulher é amanhã e comprei um ferro eléctrico para lhe oferecer.
- E achas que essa

prenda será uma surpresa?

- Se é! Ela está à espera de um casaco de peles...

Estava um velhote de gatas a olhar para o chão, chega uma pessoa ao pé dele e pergunta-lhe:

- O senhor perdeu alguma coisa?
- Perdi sim, um

- Então e o senhor está aqui de gatas há tanto tempo por causa de um caramelo, que importância pode ter um caramelo?

- É que este tem os meus dentes agarrados!...

## Três em um

Manuela Alvelos

### Pensamento Dica

A falta do amigo há-de-se conhecer, mas não aborrecer.

# Atacadores em forma!

### Provérbio

A mãe é um pedaço de sol feito de pão. Uma espiga que amadureceu no verão de Deus.

Os atacadores dos ténis novos do seu filho estão desfiados? Para que fiquem novamente em condições, enrole bem as pontas, embeba-as em verniz e deixe secar 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 02 3021440  
Largo Vitorino Assis, 7 - A Janela + 300007

Soluções do número anterior:



Descubra as 5 diferenças entre estes 2 desenhos:



# SENHORA NOSSA

A uma velha capa que S. João deixou  
A Virgem Maria ainda a aproveitou...

Escolhendo a parte menos gasta e puída  
Desfaz-lhe as costuras, tira-lhe a medida,

Talha uma roupinha para uma criança  
Que era a mais rotinha das da vizinhança.

Prestes a alinhava, logo a cose e prova.  
Que linda, que linda! Parecia nova...

Nesse tempo a Virgem quantos anos tinha?  
Não ficou a conta. era já velhinha.

Dava o Sol nas casas: brasas de fogueira...  
...Horas de descanso, horas de quebreira...

- E da idade, e de cansaço, e de calor -  
Lento, a invade toda um dólido torpor...

Fecham-se-lhe os olhos, e descai-lhe a agulha...  
...Passa uma andorinha. Uma rolinha arrulha.

As mãos escorregam, ficam-lhe pendentes...  
As cigarras cantam nos trígais dormentes.

E a pendida fronte - ainda mais pendeu...  
E a sonhar com Deus, com Deus adormeceu...

Põe-lhe o manto um anjo, curva-se a compô-lo.  
E outros anjos descem, pegam nela ao colo...

Com as leves mãos (penugens de andorinhas)  
Vão-na embalando como às criancinhas..

E, embalando-a, voam, lá se vão com ela!...  
Já lá vai mais alta que a mais alta estrela!...

Outros anjos chegam, querem-na cantar.  
Caluda, caluda, que pode acordar...

Que as almas dos justos um hino concertem!  
Silêncio, silêncio. Que não a despertem...

Jesus abre os braços, e já quer beijá-la,  
Mas pára, detém-se, que pode acordá-la!...

E a mãe da Senhora pediu-lhe a sorrir:  
- Mais logo... Mais logo... Deixai-a dormir...



## Intenções do Papa para Maio



- Que os jovens à procura do sentido da vida sejam compreendidos, respeitados e acompanhados com paciência e amor.

- Que nos países de missão os responsáveis pelas instituições públicas promovam e defendam, com leis oportunas, a vida humana desde a sua concepção até ao fim natural.

¡Que dúvida a tua para com o Pai - meu Deus! - Deu-te o ser; a inteligência, a vontade...; deu-te a graça: o Espírito Santo; Jesus, na Hóstia; a filiação divina; a Santíssima Virgem, Mãe de Deus e nossa Mãe; deu-te a possibilidade de participar na Santa Missa e te concede o perdão dos teus pecados, ¡tantas vezes o seu perdão!; deu-te dons que não têm conta, alguns extraordinários...

-Diz-me, filho: ¿como tens correspondido?, ¿como correspondeste?

(S. José Maria Escrivá)

«A Virgem Dolorosa. Quando a contemples, olha para o seu Coração: é uma Mãe com dois filhos, frente a frente: Ele... e tu»

## Calendário Litúrgico em Maio

- Ano B

### Dia 7 - DOMINGO IV DA PÁSCOA

**LEITURA I** Act 4, 8 - 12  
«Nenhum outro pode salvar»

#### SALMO 117

Refrão: A pedra que os arquitectos rejeitaram, é agora a pedra angular.

#### LEITURA II 1 Jo 3, 1 - 2

«Quando se manifestar, veremos a Deus, e seremos semelhantes a Ele»

#### EVANGELHO Jo 10, 11 - 18

«O Bom Pastor dá a vida pelas suas ovelhas»

### Dia 14 - DOMINGO V DA PÁSCOA

**LEITURA I** Act 9, 26 - 31  
«O poder do Espírito Santo foi derramado pelos homens»

#### SALMO 21

Refrão: Elogiarei o Senhor no meio da grande assembleia.

#### LEITURA II 1 Jo 3, 18-24

«Este é o seu mandamento: que acreditemos e que amemos»

#### EVANGELHO Jo 15, 1-8

«O que permanece em mim e eu nele, esse dará fruto em abundância»

### Dia 21 - DOMINGO VI DA PÁSCOA

**LEITURA I** Act 10, 25-26.34-35.44-48  
«O poder do Espírito Santo foi derramado pelos homens»

#### SALMO 97

Refrão: O Senhor revela às nações a sua salvação.

#### LEITURA II 1 Jo 4, 7-10

«Deus é amor»

#### EVANGELHO Jo 15, 9-17

«Ninguém tem maior amor do que o que dá a vida pelos amigos»

### Dia 28 - ASCENSÃO DO SENHOR

**LEITURA I** Act 1, 1-11  
«Viram levantar-se»

#### SALMO 46

Refrão: O Senhor ascende entre aclamações, ao som das trompetas.

#### LEITURA II Ef 1, 17-23

«Sentou-o à sua direita no céu»

#### EVANGELHO Mc 16, 15-20

«Subiu ao céu e sentou-se à direita do Pai»



José Pedro Salema

«MAIO - Mês dedicado à Mãe do Céu»



## Farmácia Marrazes

Propriedade e Direcção Técnica de  
Dra. Célia Maria Simões Casinhas

Erich Corsépius

# Igrejas hoje. Como?

O que se aconteceu na passagem do séc. XIX para o séc. XX, foi decisivo. Os princípios que regiam, até então, as artes plásticas e a música, foram gorados. Aquilo que se considerava harmónico, foi alterado ou dito de outra maneira: o valor da "obra" situava-se noutra esfera, não no que representava, mas o que era em si mesma ou a vivência existencial que a motivava. As dimensões a considerar na composição poderiam não se limitar às tradicionais duas ou três, mas dando preferência à psicológica, bem como a outras. Os "Cânones", ou seja, as regras por que se tinham orientado os artistas plásticos e músicos, não tinham mais sentido.

Assim, apareceram nas artes plásticas várias "escolas" como: o impressionismo, o cubismo, o surrealismo, o futurismo, a arte op e pop e outras. A juntar a essa revolução, no âmbito da pesquisa e linguagem intelectual e artística, teve um grande impacto a construção em geral,

e portanto, a arquitectura. A revolução industrial. Com efeito, o aparecimento e produção de novos materiais, nomeadamente o ferro, alterou por completo a maneira de conceber e encarar a construção de edifícios, principalmente os de maiores dimensões. Até então, os materiais mais utilizados, resumiam-se quase exclusivamente, à pedra, ao tijolo e à madeira. Perante uma tão grande variedade de materiais que foi surgindo, os arquitectos e construtores não ficaram indiferentes. Passou a haver uma maior liberdade de composição e durante algum tempo houve a tentativa de confundir arquitectura com o uso de materiais novos, o que, em grande parte, está ultrapassado.

Reflectamos, então, sobre a arquitectura religiosa cristã contemporânea.

O primeiro factor a considerar e a ter em conta, é a própria Igreja, como instituição. De maior cliente dos artistas durante séculos, a Igreja viu-se marginalizada pelas novas tendências. Perante a

crise atrás descrita, ela ainda não se tinha situado no tempo. Não tendo nunca chamado a si um estilo como expressão sua, o que estava correcto, mas por isso mesmo, também já não se revia no "barroco",



último "estilo" que tinha usado, velho em mais de 200 anos. Houve várias tentativas para encontrar formas de expressão novas, mas que no fundo, as que apareceram, representavam adaptações "esquentadas", sem alma. Temos imensos exemplos dessas formas híbridas entre nós, sendo, talvez, o mais conhecido a Ba-

silica de Fátima, começada no final dos anos vinte e terminada nos anos cinquenta, do passado século. Nessa altura, mesmo em Portugal, já se construíam Igrejas mais consentâneas com o nosso tempo. É o caso da Igreja de N.ª-Sr.ª. de Fátima, edificada em 1938.

Pegando no tema que estávamos a desenvolver, reconheceu-se a necessidade de efectuar um trabalho sério e aprofundado, de dentro para fora, de modo a produzir frutos coerentes com o vento inovador que inquietava as almas mais sensíveis na Igreja. Esse trabalho foi feito na Igreja, ao longo de muitos anos, culminando com o Concílio Vaticano II.

Para se chegar lá ou a este ponto, muitas arestas tiveram que se limar, sobretudo as secundárias, que estavam acumuladas. Pretendia-se chegar às raízes e dar preferência ao

essencial. Essa tarefa foi começada, mas ainda não terminou. Todo esse trabalho preparatório e longo, teve de ser feito a vários níveis e em várias áreas e matérias. Assim, para se chegar a um conceito que se adequasse à Arquitectura Sacra Católica contemporânea, foram-se encontrando e reunindo, em vários países, teólogos, especialistas em liturgias, arquitectos e outros peritos, empenhados em encontrar soluções.

Esses movimentos, apareceram particularmente durante as duas guerras existentes na zona meridional e oeste da Alemanha, na Suíça e na zona francesa vizinha, prolongando-se após a segunda guerra. Tratava-se de alicerçar e conjugar todas as ideias possíveis, a partir de bases sólidas. O ponto-chave estava em traduzir em termos arquitectónicos, a mudança que se impunha necessária dentro da Igreja. Maior unidade entre a hierarquia e os fiéis: um só povo de Deus, unido, uma maior participação e responsabi-

lidade de todos os cristãos. A divisão do "mundo" dos bispos, padres e frades e o "mundo" dos leigos não podia continuar.

Concretamente, para se poder organizar o espaço interior do edifício da Igreja, havia dois obstáculos importantes: a celebração que o sacerdote fazia com as costas voltadas para os fiéis e a ordenação dos bancos em nave longitudinal, aspectos dos quais resultavam um distanciamento progressivo do altar.

Havia também outro factor importantíssimo: o uso do latim na liturgia, o que constituía um fosso entre o celebrante e os fiéis, problema que foi resolvido pela introdução das línguas vernáculas, permanecendo o latim como a língua oficial da Igreja, naturalmente com validade na liturgia. Esta mudança tão significativa em si mesma, não assumiu, porém, um papel particularmente decisivo e que se impunha, de imediato, como a forma de repensar a Igreja, já que estava inserida na resolução da nova imagem nascente.



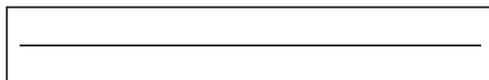
## Sinais de Jesus Cristo Pelicano

P. Carlos Jorge

Antigamente, fazia-se do Pelicano um símbolo do amor paternal. Pássaro aquático, ele regurgita os peixes da bolsa situada sob o seu bico para alimentar as crias. Esta comida sanguinolenta deu origem a uma lenda, retomada nos bestiários gregos e medievais, segundo a qual o pelicano alimenta os seus filhotes com a própria carne. Por esta razão, a iconografia cristã fez dele um símbolo de Jesus Cristo, que dá a sua vida por todos. A imagem também é tomada como símbolo da Eucaristia. O simbolismo ligado a Jesus Cristo funda-

se, também, na chaga do coração, de onde brota sangue e água, bebidas da vida: "Desperta, cristão morto, e vê: o nosso Pelicano

banha-te com o seu sangue e com a água do seu coração. Se a receberes bem... num instante estarás vivo e salvo".



**ALFAMA**

**TECAN Soc. de Utilidades Domésticas, Lda.**

Largo 1º de Dezembro, 10 S. Pedro de Penaferrim - Sintra

Telef.: 21 923 11 31

**Jornal Cruz Alta**

O Jornal da Unidade Pastoral de Sintra!

**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**

## Propostas d' CA

Vera Jesus  
Hugo Ferreira

Guilherme Duarte



Rui Antunes

## Luz... Câmara... Acção!

Neste mês não haverá a noite de cinema por se realizar a habitual procissão do 13 de Maio na Unidade Pastoral de Sintra. Este ano terá lugar na Abrunheira, pelas 21:30H, a iniciar-se no terreno da futura Igreja.

## Literatura

## À Primeira Vista de Nicholas Spark

Em "À Primeira Vista" Sparks recupera uma personagem a que deu vida em "Quem Ama Acredita". Jeremy Marsh tem convicções profundas sobre aquilo que não pretende que lhe aconteça: nunca deixar a cidade de Nova Iorque, nunca se entregar a um grande amor depois de ter vivido um casamento falhado e, acima de tudo, nunca ter filhos. Mas o destino parecia não estar de acordo com os seus planos e neste momento Jeremy vive numa pequena cidade da Carolina do Norte, casou-se com Lexie Darnell e aguarda o nascimento da sua primeira filha. Um estado de graça apenas ensombrado pela recepção de estranhas mensagens sobre a verdadeira identidade da sua esposa. Será ela aquilo que parece à primeira vista? Mais um romance destinado a revelar-se um enorme sucesso de popularidade da autoria do "golden boy" da ficção americana.

**Valor Aprox:** 16,00€

**Editora:** Editorial Presença

**Ano:** 2006

**Nº de Páginas:** 256

## Dizei uma palavra e serei salvo de Niall Williams

"Numa casa rural do condado de Clare, Jim Foley senta-se diante do ecrã branco e começa a escrever uma carta de amor à mulher, na esperança de que as palavras que escreve a tragam de volta. Nos quartos do primeiro andar, os filhos, Jack e Hannah, dormem. Com uma vida marcada pela dor e pela perda, Jim passou a confiar apenas na palavra: imagina que só pela palavra escrita é capaz de expressar tudo o que ao longo da sua vida deixou por dizer reencontrando, e recuperando, assim o amor perdido.

"Dizei uma Palavra e Serei Salvo" é uma história de aceitação do passado e de esperança no futuro. Profundamente sentida, espantosamente bem contada, e escrita na prosa lírica e bem ritmada de Niall Williams.

**Valor Aprox.:** 16,00€

**Editora:** Bizâncio

**Ano:** 2006

**Nº de Páginas:** 324



## Música

## Amore de Andrea Bocelli

"Trata-se do quinto álbum POP daquele que é considerado um dos maiores artistas da actualidade, pela sua maravilhosa voz que comunica directamente com o coração de cada um de nós. Neste disco Andrea Bocelli canta os clássicos mais românticos do Mundo, em italiano, espanhol e francês. "Amore" vem depois dos grandes sucessos de "Romanza", "Sogno", "Ciel Di Toscana" e "Andrea". Com eles Bocelli tomou-se um dos mais bem sucedidos artistas pop de sempre, sem esquecermos porém as suas incursões naturais na clássica, com álbuns como "Viaggio Italiano", "Aria", "Sacred Arias" ou "Sentimento".

**Valor Aprox:** 14,00€

**Editora:** Universal

**Estilo:** POP

**Ano:** 2006

## Sing-a-Longs and Lullabies de Jack Johnson

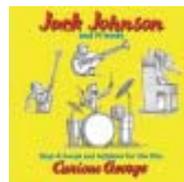
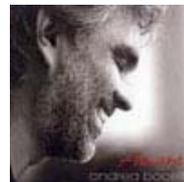
Deparando-se com o facto de ter de dar voz à personagem central do filme, a qual não fala, a Universal Pictures escolheu Jack Johnson para escrever e cantar canções que podiam ser a voz de Curious George. Por outro lado, esta foi uma oportunidade de fazer um álbum para crianças e para os seus pais. A Jack Johnson foram-lhe entregues os primeiros esboços dos desenhos para o filme e, a partir daí ele capturou as emoções de Curious George, desde a altura em que ele vivia na selva até seguir o Homem do Chapéu Amarelo. Pediu também ajuda a amigos como Ben Harper, G. Love e Matt Costa para participarem em algumas canções. A gravação do disco teve ainda a participação da sua banda (Adam Topol, Merlo Podlewski e Zack Gill). "Sing-A-Longs and Lullabies" tem, como já se disse, duetos com Ben Harper, G. Love e Matt Costa e uma cover dos White Stripes, "We're Going to be Friends". Perceba-se que este disco é muito mais que uma banda sonora oficial de um filme. As canções têm um apelo universal e retratam experiências que qualquer criança (neste caso um pequeno macaco curioso) pode ter.

**Valor Aprox:** 17,00€

**Editora:** Universal

**Estilo:** POP/ROCK

**Ano:** 2006



## Livro do mês

José Saraiva Martins

Como se faz um Santo

Cardeal José Saraiva Martins, há sete anos Prefeito da Congregação para as Causas dos Santos, foi a autoridade escolhida pela Igreja para os longos processos que antecedem a proclamação de um beato ou de um santo. Recorrendo a recordações pessoais, episódios e curiosidades, José Saraiva Martins revela como e porquê um cristão é

elevado à honra dos altares, quanto tempo decorre e quais as virtudes e os milagres necessários. E, ao descrever os aspectos mais secretos e desconhecidos dos processos de canonização, mostra por que é que, nas causas, se presta sempre grande atenção aos «aspectos obscuros» dos candidatos, porque motivo até agora poucos leigos foram feitos santos, quais as misteriosas,

e por vezes incríveis, razões que explicam que haja causas paradas há tanto tempo. No seu relato, vivo e cativante, encontramos resposta para as inúmeras perguntas sobre as figuras mais caras à devoção popular, mas também sobre as menos conhecidas dos fiéis e que encontraram também o seu espaço na multidão de santos e beatos que povoam o Paraíso.



## Cinema em casa

## Kosovo – Crimes de Guerra um filme de Charles Binamé

Sinopse

Na Primavera de 1996, Louise Arbour é uma juíza idealista recém-chegada a Haia, para tomar posse do seu lugar de Promotora do Tribunal de Crimes de Guerra. Desde a sua chegada, Arbour tem pela frente a imensa tarefa de fazer a acusação dos crimes cometidos na antiga Jugoslávia. Devido a ódios muito antigos, assassinios em massa, com vítimas a contar-se aos milhares, foram cometidos durante uma década de guerra nos Balcãs e no Kosovo.

Arbour percebe rapidamente os muitos obstáculos que se lhe apresentam. Especialmente pela inação dos generais da NATO, paralisados pela ideia dos seus próprios soldados serem enviados para casa dentro de sacos mortuários, bem como pela burocracia das Nações Unidas. Arbour sente-se isolada, sem uma força policial para levar por diante o seu trabalho. Mas não desiste.

No decorrer dos três anos seguintes, Arbour percorre um intenso percurso emocional, em busca de um objectivo: transformar um tribunal ineficiente, numa força que não possa ser ignorada. Finalmente, em 1999, vê os seus esforços recompensados ao ser emitido um mandato de captura contra um chefe de Estado ainda no activo, o presidente Slobodan Milosevic, que seria levado a tribunal, para responder por crimes contra a humanidade.

**Género:** Drama

**Ano:** 2006

**Duração:** 95 minutos **Maiores de 12 anos**

## Big Fish um filme de Tim Burton

Sinopse

Edward Bloom sempre gostou de contar as suas aventuras de quando era um jovem. As suas histórias, extraordinárias e surreais, sempre seduziram quem o ouvia, excepto o seu filho Will, que nunca havia percebido aquelas histórias. No entanto, quando Edward adocece, Will inicia uma compilação dos seus contos e aí começa a dúvida entre fantasia e realidade. Um filme fantástico, com uma vertente artística surreal, a que Tim Burton já habituou o mundo do cinema.

**Género:** Fantástico/Drama

**Ano:** 2003

**Duração:** 125 minutos **Maiores de 12 anos**



## Propostas d' CA

### Falando de cinema

FILME : " O TIGRE E A NEVE "

Realizador: Roberto Benigni

Intérpretes: Roberto Benigni; Nicoletta Brachi; Jean Reno

Género: Comédia.....Idade: M/12 anos...Duração: 114 m

Um filme poético e delirante convida o comentador à poesia e à divagação.

Após o insucesso do seu último filme, "Pinóquio", Roberto Benigni regressou em grande estilo com um novo trabalho, desta vez intitulado "O Tigre e a Neve". Lançando mão dos mesmos ingredientes com que "cozinhou" o sucesso de "A Vida é Bela", Benigni conseguiu realizar de novo um filme delicioso, muito na linha do anterior, introduzindo-lhe algumas "nuances", num outro cenário, com um argumento menos amargo, mas mantendo o mesmo tema: O AMOR.

Exuberante e optimista, comovente aqui e além, mas sempre divertido e com algumas pinceladas de loucura pelo meio, "O Tigre e a Neve" é um filme bem-humorado, que comove e faz sorrir ao mesmo tempo. Tarefa difícil, e estranha, esta de falar de coisas amargas com um sorriso nos lábios. Um sorriso quase sempre deliciado, muitas vezes enternecido, algumas outras com um leve toque de amargura, mas sempre... sempre um sorriso. Em suma, poderemos dizer que este é um filme que comove divertindo, o que começa já a ser a imagem de marca deste talentoso cineasta. Não está ao alcance de todos fazer-nos humedecer os olhos e sorrir ao mesmo tempo, sem que haja nisso qualquer tipo de perversidade. Roberto Benigni consegue-o.

Sem a força e a intensidade

dramática de "A Vida é Bela", e não beneficiando, desta vez, do efeito surpresa, este novo trabalho de Benigni, perante a inevitabilidade da comparação entre os dois filmes sairá naturalmente a perder, sem que isso ponha minimamente em causa os seus méritos, que são muitos, e são inquestionáveis. Há que ter em consideração que, apesar da similaridade de processos, estamos em presença de dois filmes diferentes, com histórias e intenções distintas, localizadas em lugares distantes no tempo e na geografia. Mudou o cenário, (do campo de concentração nazi para a cidade martirizada de Bagdad), mas manteve o amor, vivido e sentido da mesma forma, com a mesma pureza e com o mesmo optimismo. Volta a estar em destaque o amor exuberante, disponível, com alguns laivos de ingenuidade, e colorido por alguns salpicos de loucura; em suma o amor autêntico, muito difícil de encontrar fora dos ecrãs ou das páginas dos livros, mas que apesar disso é sempre consolador ver, nem que seja apenas em ficção. Já perceberam que estamos de novo em presença de um autêntico hino ao amor, seja ele de pai para filho como anteriormente, ou o de um homem para com uma mulher, como no caso presente. Um hino épico-lírico que mistura harmoniosamente a coragem e a

determinação com a poesia, o sonho e a ternura.

Há neste filme inúmeros momentos sublimes protagonizados pelo personagem principal, um poeta lunático, distraído e um tanto louco, que é simultaneamente um homem sonhador, apaixonado, teimoso e determinado. Para melhor o compreenderem ficam aqui dois esboços do retrato de cada uma das duas facetas deste homem:

... Alípio, poeta conceituado e professor de literatura, responde à questão que lhe foi posta por um dos seus alunos, que pretendia saber como conseguiu ele descobrir o poeta que encerrava dentro de si. A resposta é surpreendente: Alípio conta que um dia, ainda garoto, ficou quase em êxtase quando um passarinho pousou no seu ombro e ali ficou alguns segundos a chilrear. Emocionado correu para casa para contar à mãe o que acabara de acontecer. Como resposta a mãe mandou-o ir jantar. O professor esclareceu depois que a mãe não era uma pessoa insensível e até gostava imenso de pássaros, e que o facto de ela não se ter apercebido do entusiasmo e da exaltação que ele sentira naquele momento era exclusivamente sua, porque não soubera encontrar as palavras certas para os descrever. Daí em diante passou a ter o cuidado de



procurar as palavras e as expressões adequadas para transmitir os seus sentimentos. Foi assim que se tornou poeta. Na sua simplicidade, achei deliciosa esta resposta. Está aqui o lírico.

... Alípio, apaixonado por uma mulher que povoa diariamente os seus sonhos, mas que o rejeita sistematicamente, deixa tudo e corre para Bagdad onde a sua amada, se encontra entre a vida e a morte, depois de ter sido atingida acidentalmente por uma bala perdida. Uma vez aí chegado faz os possíveis e os impossíveis, arriscando a sua vida, para conseguir obter, numa cidade onde tudo falta e onde tudo é pilhado, os medicamentos indispensáveis para salvar a vida da mulher da sua vida. Aqui está o épico.

A sátira política também não podia faltar neste filme, como facilmente se entende, se tivermos em conta o local e as circunstâncias em que a acção se desenrola. Uma sátira discreta, divertida e subtil é certo, mas mordaz e corrosiva. Tem graça, e não ofende.

Se me pedissem para resumir este filme numa simples frase, embora correndo o risco de não ser original diria: Roberto Benigni igual a si próprio. Poeta exuberante, humano, solidário e louco... como sempre. Abençoada loucura a sua.

GD.

## 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

Avº 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.  
**China - Macau:** Ricardo; Bárbara Colaço.

#### Colaboração:

D. José Policarpo; João Amaral;  
Elias Colaço; Manuela Alvelos;  
Erich Corsépius; Miguel Forjaz;  
Fernando Marques; Paulo Francisquinho;  
Francisco Gomes; Pires de Lima;  
Hugo Ferreira; Rui Antunes;  
Isabel Afonso; 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:  
2000 exemplares

## Internet - [www.cowparadelisboa.sapo.pt](http://www.cowparadelisboa.sapo.pt)

Um dos grandes eventos artísticos que vai sair para a rua é o Lisboa Cow Parade.

Sendo um evento de carácter artístico tem como objectivo também o leilão das vacas para ajudar instituições

de solidariedade nacional. Visite o site pois trata-se de uma página web bastante engraçada com um grafismo bastante colorido, simples mas muito apelativo. Lá pode encontrar toda a informação sobre este evento onde "as

vacas irão invadir Lisboa" mas não deixe de visitar a exposição pública. Fica aqui a sugestão...

R.A.



## Foto-comentário

## Hans Christian Andersen

Guilherme Duarte

Já quase todos nós passámos dezenas, ou mesmo centenas de vezes, frente a este edifício situado ali bem ao lado da igreja de Santa Maria, mas será que todos nos detivemos já um pouco, para ler o que está inscrito na lápide que ali foi colocada pela Câmara Municipal de Sintra em 1989? Pois é, se já leu então sabe que entre os dias 26 de Julho e 8 de Agosto de 1866 esteve ali hospedado, o famosíssimo escritor dinamarquês, **Hans Christian Andersen**, a convite de José O'Neill, proprietário do imóvel, nessa época.

Quem não adormeceu já, ou fez adormecer filhos ou netos, com as peripécias da "Pequena Sereia", da "Vendedora de Fósforos" ou do "Soldadinho de Chumbo"? Pois foi esse mesmo Andersen, que escreveu essas e muitas outras histórias encantadoras, que se deixou deslumbrar com a beleza de Sintra, que descreveu assim aos seus amigos: «*Todo o caminho da serra é um jardim, onde a natureza e a arte maravilhosamente se combinam. O mais belo passeio que se pode imaginar*». Porém, já o Palácio da Vila não lhe mereceu o mesmo entusiasmo, tendo ele

considerado que lhe «*faltava inteiramente beleza, com as duas chaminés acopladas, que mais parecem duas garrafas de champanhe*», mas «*diferente, mais belo e pitoresco é o palácio de Verão de D. Fernando*», dizia ele, referindo-se ao Palácio da Pena.

Como se vê existe um pedacinho de história escondido em cada recanto da nossa terra. O leitor, tal como nós não os conhecerá todos. Nós, porém, andamos a tentar descobri-los. E o leitor, quer dar-nos uma ajuda?



## L. I. A. M. vende flores



Realiza-se nos próximos dias 6 e 7 de Maio, em todas as Comunidades da nossa Unidade Pastoral, uma "venda de flores". O produto desta venda, da responsabilidade da L.

I. A. M. - Núcleo de Sintra, destina-se a ajudar os mais necessitados que, em Angola, esperam pelo nosso apoio.

Mais uma vez contamos com a adesão de toda a nossa Unidade Pastoral!

## Rápidas melhoras

O Cruz Alta deseja rápidas melhoras ao nosso Diácono Valinho - em recuperação de uma cirurgia (ver "A melhor parte", pág. 2) - e

esperamos também que a nossa revisora Isabel Afonso - vítima de uma queda - consiga recomeçar de pressa o seu trabalho!

## Passatempo

## Olho.indiscreto

Para participar neste passatempo e habilitar-se a ganhar um exemplar do "Livro do Mês - Maio", 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](mailto:olho.indiscreto@paroquias-sintra.net)
- » Por correio: Passatempo "Olho.indiscreto" - Jornal Cruz Alta - Av<sup>a</sup> 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 12 de Maio de 2006, será sorteado o prémio acima referido no dia 13 de Maio de 2006, pelas 18H30, no café da Igreja de São Miguel.

Solução do número anterior:  
Igreja de Santa Maria.

## Entrevista com a vencedora: Isabel Wemans

No passado dia 8 de Abril, durante a "noite de cinema", decorreu mais um sorteio do passatempo "Olho Indiscreto", que este mês esteve "ao rubro", tendo saído como vencedora a Isabel Wemans. O prémio que ganhou foi o "Livro do Mês" de Roger Pol Droit "*As religiões explicadas à minha filha*", sugerido na edição anterior.

Em entrevista concedida ao nosso jornal, revelou-nos a facilidade que teve na solução do passatempo, visto

ter sido naquela Igreja, que se casou, tal como aconteceu já com os seus pais, e foi aí ainda que baptizou quase todos os seus filhos. Leitora assídua do nosso jornal, que conforme nos disse, lê de "fio a pavio", refere que gosta muito do jornal na sua globalidade, com um destaque especial para as rubricas "A melhor parte" e do "Consultório médico", embora tenha a opinião que todas as rubricas se complementam.

Quis salientar ainda que achou maravilhoso o artigo

"Deus - Único Absoluto" de Adelaide Almeida, relativo ao Encontro em Dezembro com o nosso bispo D. Carlos Azevedo (edição CA, de Fevereiro e Março), na "Quinta do Senhor", em S. Miguel.

Isabel Wemans pertence à comunidade de S. Pedro e irá ser uma das catequistas que vai prestar serviço num dos centros comunitários à Catequese de Adultos, tendo confessado que aceitou este desafio porque confia no Espírito Santo.