

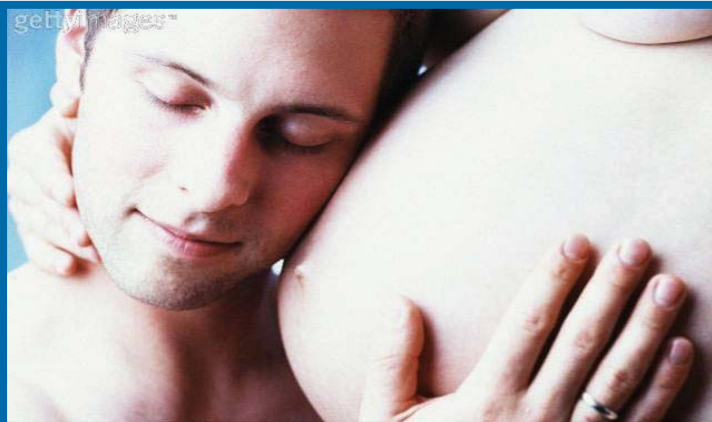


# Cruz Alta

Director: P. Carlos Jorge Henriques Vicente

Ano IV ~ Dezembro 2006 ~ Nº 37

Distribuição gratuita



## Editorial

### A Alegria de viver

L i há poucos dias o testemunho de um professor de uma das mais prestigiadas universidades americanas, a quem foi dada a responsabilidade de leccionar uma cadeira de ética, no último ano do curso de gestão.

O testemunho, de facto chocante, resume-se à total incapacidade desse professor, em explicar, e inculcar nos alunos, qualquer conceito ou valor, relacionado com a ética profissional. Diz ainda, face à sua recente experiência, que tal tarefa é uma missão impossível, porque não se pode alterar no último ano de universidade, toda uma cultura e formação ministrada desde bem cedo a todos os americanos. Bem sabemos que a cultura americana se centra em larga escala, na apologia dos vencedores, ou seja, para se ter sucesso é necessário vencer e, para tal, todos os esforços e "métodos" são válidos.

Coloco propositadamente "métodos" entre aspas, porque a utilização de todo e qualquer meio para vencer, não resulta directamente da cultura e dos valores, mas é, em larga escala, induzida pelo seu maior objectivo, que é, vencer para se ter sucesso.

Qual será a realidade em Portugal? Será que

também nós, e para tal basta ver a política em voga do *ranking* das escolas, ou as médias astronómicas que são necessárias para entrar nos cursos mais desejados, podemos vir a viver, ou vivemos já, esta realidade?

Dar resposta a estas questões, cabe-nos a nós, pais e filhos, educadores e educandos, responsáveis e dirigentes, ou seja, a todos nós, ao nosso País.

A minha experiência diz-me, que a realidade americana não está longe da nossa, ou seja, que cada vez mais se cultiva nas nossas escolas a necessidade de se ser o melhor, de se ser o vencedor, pois só assim existe sucesso.

Em paralelo com esta realidade, e muitas vezes em resultado dela mesma, a ausência da família enquanto veículo transmissor de valores e cultura, reforça os sintomas duma "doença" que todos, duma forma ou de outra, vamos presenciando, e que assume os seus contornos mais graves, quando chega até nós, na sua pior forma a violência. Os relatos de violência escolar ou familiar, fazem hoje parte do nosso dia a dia, confirmando assim, que algo tem que ser feito, para evitar ou inverter a tendência actual.

A pergunta que se coloca é: o que é que precisamos de fazer?

Também aqui nada existe para inventar, e a resposta é mais velha que o ser humano. Precisamos de cultivar os valores e a cultura da paz. Não na teoria, mas sim na prática, implementando nas escolas programas de reinserção de valores como os propostos (e utilizados com êxito em mais de 130 países) pela UNESCO, no seu programa Living Values.

Quem estiver interessado pode consultar o site [www.livingvalues.net](http://www.livingvalues.net) onde se explicam, não só os objectivos, mas também o trabalho já desenvolvido e os seus resultados. Vale a pena ver, pois apesar de todo o pessimismo que se vai enraizando no mundo, existem pessoas que se dedicam a pensar e a trabalhar a mudança.

"Loucura é continuar a fazer as mesmas coisas, à espera que os resultados sejam diferentes".

Vamos por isso trabalhar, para uma verdadeira cultura de paz, que começa em cada um de nós, nas nossas casas e nas nossas escolas, sendo que para tal, o primeiro e mais importante passo é aceitar a mudança.

António Louro

## Os nossos Padres

### O que vamos dar?

E stamos em Dezembro, mês do Natal, do nascimento de Jesus. Todavia, este acontecimento central da nossa caminhada cristã, é posto para segundo plano, na medida em que nos preocupamos mais com o que vamos dar aos outros, que lembranças iremos distribuir este ano.

É verdade que Jesus nos

pede para dar tudo. Mas será que damos o que é certo?

Dêmo-nos mais a Cristo e uns aos outros! Não percamos tempo com futilidades, antes, deixemos que Aquele que vem nasça na vida de todos e brilhe no meio da escuridão do mundo!

Aproveita o Advento para viveres um Santo Natal!



P. Rui Gomes

## A melhor parte

# VIDA! VIDA! ETERNA



Diác. António Costa

A desonestidade intelectual dos defensores do aborto, "encapuzada" em títulos de Dr.(ª), desmascara-se a si mesma, nos argumentos sofisticados que utiliza, na suas lucubrações Hitlerianas.

Por demais evidente que, desde a fusão do óvulo e do espermatozóide, estamos perante um SER humano, com a total potencialidade de ser, abandonaram esse argumento de **não humanidade**, engendram um outro, ainda mais rebuscado, o da **não pessoalidade**.

Tão rebuscado, tão sórdido, tão carregado de evidência, que nem a ignorância, nem a maldade do congeminador o valida, pretendem fazer crer que até às 10 semanas lhe falta uma característica que, de supetão, adquire no milagroso dia seguinte.

Ainda *não pessoa* até esgotar-se o último segundo da 24ª hora do último dia da 10ª semana, é já *pessoa* no imediato segundo seguinte.

Será que esta coisa da *pessoalidade* é uma novidade exterior ao ser humano, que se lhe cola e o condiciona a partir desse tal momento, ou, como todas as demais características, é uma capacidade já presente na sua génese e que, a seu tempo, o ser humano em gestação virá a manifestar.

Não será a **pessoalidade** aquela dinâmica de interação com o outro, levando-o a ser mais, na empenhada acção de cada um?

**Tudo ser para que sejas mais comigo:** assim ilustrava a ideia de "ser pessoa" um dos meus mestres.

Aquela mulher, ao preparar o seu útero, num maravilhoso processo hormonal, para acolher

esta nova vida que ela, intencional ou acidentalmente viabilizou, acolhendo o espermatozóide, envolveu-se num acto pessoal com o dador da célula-milagre e, mais pessoal ainda, com essa célula primeira – o óvulo fecundado (é o óvulo e não a mulher que é fecundado) – entretanto auto-multiplicada por mitose, ao facultar-lhe a nidificação.

Por seu lado, ao nidar, este novo ser humano vai possibilitar à sua portadora e sua origem parcial, novas tensões de ser de que jamais seria capaz, e de que sairá destroçada psíquica e afectivamente, se a essa experiência engrandecedora se frustrar.

Na verdade, este novo ser humano, na fase intra-uterina, é capaz de mais pessoalidade do que os ditos arengueiros que supõem a mulher e o envolvimento coital como mera finalidade de prazer ainda que mútuo.

Se alguém neste processo evidencia um deficit de pessoalidade, de relacionabilidade pessoal, de humanidade mesmo, são tais propaladores de que a mulher para nada mais serve senão para coitar e, quando pelo mistério da vida de que nada entendem, esse coito se projectou para o futuro, na sua consequência MAIS PRÓPRIA, MAIS BELA E ENGRANDECEDORA, (não o gozo, mas a vida ela mesma) então, em vez de se envergonharem da banalização do gesto e assumirem agradecidos a consequência, correm a construir mecanismos de destruição do amoroso fruto da sua própria desumanidade.

Embora não haja pena de morte, quem o direito legal de condenar à morte uma vida humana inocente no acto vazio de afecto que o originou, para subtrair os

únicos criminosos neste processo à pena que merecem: **amar, quer queiram quer não aquele que foi gerado.**

Egoístas que foram, receberam desta nova vida humana em botão, o desafio ao amor, amor verdadeiro, desinteressado, com a única vontade de garantir o êxito humano àquele que originaram.

Não foram capazes de amar no acto de gerar a vida mas a Vida, ela mesma, logo desde a origem, se lhes oferece como desafio ao amor.

São incapazes de amar, dada a sua imaturidade afectiva?... Então não privem da possibilidade de amar este novo ser que traz em si tal vocação!

Não faltam no mundo homens e mulheres capazes de acolher e amar estes que seus progenitores se recusam acolher e amar.

Se o seu egoísmo, a banalidade dos seus actos, a animalidade irresponsável dos seus cruzamentos os impede de ser PAI e MÃE... Tudo bem! Não sejam... Passem a outros a sagrada tarefa de fazer crescer até à sua plenitude que já é em potência. Se alguma vez os que procuram condená-lo ao desaparecimento tiverem de reconhecê-lo como PESSOA, é porque era pessoa desde sempre.

A pessoalidade, como a humanidade não se compram nem se dão. São dom ontológico que apenas poderemos distorcer, anular... mesmo quando, por factores genéticos, tal pessoalidade ou humanidade estejam impossibilitadas de se realizar.

Por isso afirmo que reclamar o direito ao aborto é declarar a sua própria DESUMANA IMPESSOALIDADE. A estes apetece-me gritar: **basta de imaturidade afectiva. Sede adultos!**

# Adoração na capela Lausperene do Santuário de Fátima

Todas as segundas e quintas QUARTA-FEIRA do mês, deslocam-se a Fátima, para Adoração nocturna ao Santíssimo Sacramento, na Capela do Sagrado Lausperene do Santuário, um grupo de leigos da região de Sintra, perten-

cente à Obra Reparadora de Fátima.

Quem desejar fazer parte deste grupo, ou formar um grupo paroquial, pode contactar João Poeira (917221273), Membro da Confraria de Vila Viçosa e Membro da Obra Reparadora de Fátima.



# Conselho Pastoral

Realizou-se no passado dia 28/10 a reunião do Conselho Pastoral, para dar conhecimento dos trabalhos entretanto realizados neste ano. Foi um grupinho agradável o que se juntou em torno dos nossos Párocos, para ouvir e debater ideias, dar asas a sonhos e construir, à nossa forma pequenina e humana, um projecto maior; O de Deus, que é fazer deste mundo um mundo melhor.

Dos desafios lançados ressalta o espírito de missão, de partilha e entrega, a evangelização e a caridade. Se todos nos quiser-

mos deixar tocar, a missão pode até ser paredes adentro, pode ser no local de trabalho, entre os amigos, no seio da família, não é preciso deslocarmo-nos para África, ou outro local longínquo, aqui, mesmo ao nosso lado, á nossa frente, temos tanto trabalho para fazer... Porque ser missionário é estar atento, vigilante e presente, não ter medo de por mãos á obra onde quer que se esteja.

Foram pro-

postas algumas formas de dinamizar as comunidades das Paróquias para que em todas elas se sinta Jesus mais vivo e presente. Saibamos acolhe-Lho com simplicidade e humildade, tal co-mo Ele sempre viveu e se entregou.



## Boletim

Dezembro 2006

UNIDADE PASTORAL DE SINTRA

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

### DEZEMBRO 2006

3	Domingo	DOMINGO I DO ADVENTO. Lanche/convívio para os mais idosos: casa paroquial de S. Martinho, a partir das 15H30. Apareça!
6	quarta	TERÇO MEDITADO: Igreja de S. Pedro, 21H30. Sob o olhar de Nossa Senhora, meditar e rezar alguns mistérios da vida de Jesus.
7	quinta	RECITAL DE NATAL: concerto coral na Igreja de S. Martinho, com início às 22H00. Organização da Câmara Municipal de Sintra. A Eucaristia das 19H, nas Igrejas de S. Pedro e S. Miguel, é a do dia 7, não a vespertina da Solenidade da Imaculada Conceição.
8	sexta	IMACULADA CONCEIÇÃO DE Nª SENHORA: horário das Eucaristias e celebrações da Palavra como aos Domingos.
9	sábado	"LUZES... CÂMARA... ACÇÃO!" (noite de cinema). Exibição do filme: "IRMÃO URSO". Para todos. Venha passar um bom serão!
10	Domingo	DOMINGO II DO ADVENTO. Venda do "Livro do mês".
13	quarta	"UMA HORA COM JESUS": tempo de oração em comunidade na Igreja de S. Pedro, com início às 21H30.
16	sábado	FESTA DE NATAL DA UNIDADE PASTORAL DE SINTRA: representação de excertos do projecto "RETALHOS DE UMA MANTA", pelo Grupo de Teatro da UPS, sob a direcção de Nuno Vicente, e mais algumas surpresas. Salão de S. Miguel, 21H30.
17	Domingo	DOMINGO III DO ADVENTO.
20	quarta	TERÇO MEDITADO: Igreja de S. Pedro, 21H30. Sob o olhar de Nossa Senhora, meditar e rezar alguns mistérios da vida de Jesus. NOITE DO PERDÃO (tempo para o Sacramento da Reconciliação): Igreja de S. Miguel, 21H30. Para além do horário habitual dedicado a este Sacramento, surge este momento, próximo do Natal e numa hora acessível para os que trabalham todo o dia.
24	Domingo	DOMINGO IV DO ADVENTO. EUCARISTIA DA VIGÍLIA DE NATAL: Igreja de S. Miguel, 24H. A Festa do Nascimento de Jesus! Não será celebrada Eucaristia às 19H00, em qualquer das Igrejas, para que todos possam reunir-se em família, nas suas casas, nesta tarde e noite tão especiais.
25	segunda	DIA DE NATAL: horário das Eucaristias e celebrações da Palavra como aos Domingos.
31	Domingo	FESTA DA SAGRADA FAMÍLIA. CELEBRAÇÃO DA PASSAGEM DE ANO 2006/2007: este ano será na Igreja de S. Martinho. Início às 23H00 e final pelas 0H15 do dia 1 de Janeiro. Iniciar 2007 no coração de Deus. Todos serão bem vindos!



11 de Novembro

# Dia de São Martinho

Tal como nos anos anteriores a tradição manteve-se, e na freguesia e paróquia de S. Martinho o povo teve a possibilidade de festejar o dia do seu santo padroeiro, com um tempo digno do "verão" do mesmo.

Após as fortes chuvadas que caíram nas últimas semanas, e que tantos estragos causaram um pouco por todo o país, foram-se os receios sobre a escolha do local onde uma vez mais se festejaria esta data, com um mínimo de condições, com a chegada de um sol radioso e de um céu bem azul, abriu-se-nos a possibilidade de juntar os paroquianos em redor da Igreja de S. Martinho.

Com a nossa igreja com-

pletamente cheia, devido a ser o único local com missa vespertina, neste sábado 11 de Novembro, juntaram-se bem aconchegados os fiéis de S. Pedro e de S. Miguel aos de S. Martinho, que prepararam como é seu hábito, com a habitual dose de boa colaboração e muito amor, um convívio para após a cerimónia religiosa, onde se puderam apreciar as famosas bifanas, o caldo verde, e algumas sobremesas bem gostosas, que fizeram muito boa gente lamber-se de regalo... Enfim, perdoai-lhes Senhor pelo pecado da gula.

Foi com espírito de missão que sempre tentamos impor aos nossos actos e dar a este lugar um ar

diferente para melhor, de forma que os que residem e os que passam possam sentir presente a Tua bênção e do nosso S. Martinho. Resta lembrar o aniversário matrimonial, de uns belos 50 anos em comum, dos nossos irmãos Manuel Silva e Madalena Silva, que participam e moram na comunidade de Lourel, que neste dia juntaram as suas preces às nossas.

Para o ano, noutra local, mas com a mesma boa disposição, lá estaremos à vossa espera, para saborear mais umas boas castanhas assadas, e um copinho de água-pé, para aquecer o coração de todos.




botica da terra  
Produtos Naturais e Artesanato

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

Consultório médico

# Os problemas de saúde de Beethoven



Miguel Forjaz, médico

**D**esta vez, saí da rotina e lembrei-me de vos falar desta grande figura da música, Ludwig Van Beethoven, e das doenças que o atormentaram durante toda a sua vida.



Beethoven nasceu em 1770 na actual Republica Federal da Alemanha, em Bona, e morreu em Viena em 1827, portanto, com 56 anos.

A sua família era muito pobre. Nasceu numa modesta água furtada, nessa cidade. O seu pai, músico da Corte, era um homem autoritário, pouco trabalhador e gastador e

nos últimos anos da sua vida alcoólico. Foi o primeiro professor de Beethoven até aos 11 anos. Esperava ganhar dinheiro, apercebendo-se do raro talento musical do filho. A sua mãe morreu de tuberculose, tinha Beethoven 17 anos. Teve dois irmãos que morreram também, um dos quais com a mesma doença.

Até aos 21 anos, altura da morte do seu pai, Beethoven viveu sempre em Bona, à excepção de um período de 3 meses e quando passou por Viena com 17 anos, onde tocou para Mozart, que lhe previu um grande futuro.

Após a morte do seu pai, passou a viver definitivamente em Viena, tendo sido aluno de um famoso compositor, Haydn.

Os primeiros 10 anos da sua vida, em Viena, foram talentosos e produtivos.

A sua obra genial e grandiosa é composta, fundamentalmente, por

nove sinfonias, cinco concertos para piano, trinta e duas sonatas para piano, uma ópera e dezassete quartetos de cordas, apesar de ter tido uma existência relativamente curta e de ter sofrido, a partir dos 28 anos, de uma surdez cuja causa está ainda por esclarecer.

A surdez de Beethoven, teve, naturalmente, uma enorme influência sobre a sua obra musical e não só. De início era moderada, tendo sido afectado primeiro o ouvido direito e depois o esquerdo. A história da surdez de Beethoven, fundamenta-se nas cartas que escreveu aos seus amigos e ao seu médico particular da altura. Aos 31 anos confirmava, através delas, a sua dificuldade em ouvir as notas musicais, quando dirigia um concerto e a consequente amargura que sentia. Nos quinze anos que se seguiram, compôs as 3ª, 4ª, 5ª, e a 6ª sinfo-

nias. A surdez agravava-se gradualmente. Aos 47 anos era profunda, tornando impossível a conversação.

Curiosamente, os seus trabalhos mais elaborados, segundo os críticos, (9ª sinfonia, Missa Solene e a ópera Fidelis) são os últimos, quando se encontrava completamente surdo. Inicialmente, Beethoven usou as célebres cornetas acústicas, com o objectivo de melhorar a sua situação.

Abandonou-as, constatando a sua ineficácia, o que o levou a perder a sua auto-estima, a procurar o isolamento, a negligenciar a sua aparência, bebendo grandes quantidades de vinho, vagueando pelas ruas sem chapéu, com as suas roupas coçadas e com nódoas e recebendo troças e piadas dos transeuntes que se cruzavam com ele.

A sua relação com os médicos que o tratavam,

alguns dos quais famosos, tornou-se amarga e difícil.

A causa da surdez é controversa. Alguns autores atribuem-na a uma possível doença óssea - a de Paget. Nesta doença existem deformidades ósseas, que Beethoven possuía. Era baixo, (media 1,65 cm), tinha uma cabeça assimétrica, com hipertrofia do frontal, procedência do maxilar inferior e mãos grandes.

Outra hipótese colocada para a causa da surdez foi a otite média crónica bilateral.

Ao aproximar-se do fim da vida, o seu piano ficou danificado pelos seus esforços de raiva e teimosia de querer ouvir-se a si próprio, sem o conseguir.

Para além da surdez, Beethoven, na infância, sofreu de asma e teve variola, (bexigas) que lhe deixou uma marca cicatricial na face. A partir dos 22 anos, começou a sofrer de uma colite muito

incómoda, pois as suas queixas frequentes eram cólicas abdominais e diarreia. Aos 27 anos teve uma diarreia grave atribuída a uma febre tifóide. As dores ósseas articulares também não o largavam.

Os seus hábitos alcoólicos exagerados causaram-lhe uma cirrose hepática, cujas complicações foram uma das causas da sua morte. Uma pneumonia abreviou a sua vida.

Morreu em 26 de Março de 1827. O funeral de Beethoven, três dias depois, teve grande solenidade. Foi enterrado com honras de herói nacional. As escolas fecharam e metade da população de Viena, de ramos na mão prestaram-lhe o último adeus. Ao cortejo de 20.000 pessoas, juntou-se a marcha fúnebre da Sonata para Piano opus 26.

# Truques de Natal

**A**vizinham-se maus dias para manter a linha e a saúde. Os excessos gastronómicos vão estar na ordem do dia. Tempos férteis para quilos a mais, indigestões, subidas de colesterol, de tensão arterial, etc. Este ano não deixe que a comida lhe amargue as festas. Tenho alguns truques de que necessita:

1. Compre o essencial. O planeamento das compras é necessário para evitar o desperdício e uma conta cara e desnecessária.
2. Nada de refrigerantes açucarados. Use água ou um sumo natural e se realmente quiser uma bebida alcoólica, beba apenas um pouco e saboreie-a.
3. Contenção nos aperitivos. Os que se oferecem

nesta quadra costumam ser uma autêntica bomba calórica. Modere ou elimine aqueles com mais conteúdo em gordura, como enchidos, patés, queijos gordos, salgados e outro tipo de fritos.

4. Pouco de tudo, muito de nada. Comece as refeições com uma sopa, legumes cozidos ou salada, antes do prato principal de forma a saciar o apetite. Só depois pode atacar os pratos principais. Cuidado com as companhias. Não há legumes ou saladas que resistam se os bombardear com os piores companheiros de prato: bacon, salgados, quiches, etc. renuncie às más companhias.

5. Volte à tradição. Não precisa de dar voltas à cabeça para escolher o prato da Ceia de Natal. O

tradicional bacalhau cozido com couves é opção certa. Para prato principal do almoço de Natal, o peru, claro. É uma carne pouco gorda e com um conteúdo calórico bastante discreto refira as carnes magras. No forno engorda menos. A melhor maneira de preparar o peru é no forno, com ervas aromáticas e um pouco de vinho e azeite como único molho necessário para a sua cocção. Nada de recheá-lo nem cozinhá-lo com pele.

6. Esqueça as batatas fritas, prefira-as cozidas ou assadas. Poderá optar também por massa e arroz cozido. Mas evite servi-los submergidos em molho. As saladas e/ou os legumes têm de estar sempre presentes.

7. Para sobremesa, não se esqueça da fruta. Coma

os doces no final da refeição, depois de uma peça de fruta. Nada de tartes, biscoitos, pudins e outras delícias açucaradas. Para isso já estão as omnipresentes filhós e azevias, se é que não pode esquivar-se deles. Que tal uma gelatina acompanhada com frutas do bosque e folhas de menta, ou uma

maçã assada com canela e um cheirinho de vinho do Porto?

8. Cuidado com as sobras! Retire da mesa toda a comida, incluindo as filhós e demais doces natalícios de começar a tertulia familiar. Caso contrário, sem se dar conta, vai petiscando tudo o que estiver sobre a mesa.



Elsa Tristão, nutricionista

**VEDICERCA**

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

**PAINÉIS PLASTIFICADOS**

MELHORES VEDAÇÕES UM INVESTIMENTO COM TODA A SEGURANÇA

[Image]	[Image]	[Image]	[Image]
[Image]	[Image]	[Image]	[Image]
[Image]	[Image]	[Image]	[Image]

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.

VEDAÇÕES • REDES • ARAMES • POSTES

## Recantos da nossa terra

# "Chalet" da Condessa



Mafalda Pedro



Paulo Francisquinho

O Chalet da Condessa d'Edla, fica situado no Parque da Pena, em plena Serra de Sintra.

As fachadas de alvenaria imitam longas tábuas, ao jeito da arquitectura rústica da América do Norte. Ali, as ombreiras dos arcos

superior. As coberturas, de telha antiga portuguesa, não apresentam significativa inclinação, sendo o beirado, todo ele, românticamente enfeitado por uma sucessão de arquinhos góticos.

No interior, o vestíbulo apresenta um fresco com a mesma imitação de tábuas de madeira em "tromp-l'oeil".

No salão, os cantos encontram-se profusamente ornamentados com troncos bem modelados em

quebrados, das portas e janelas, bem como as dos pequenos "olhos de boi", são trabalhadas em cortiça.

Sobressai deste conjunto homogéneo uma típica varanda de madeira que circunda o piso

estruque, enriquecidos por nervuras de cobre e ramagens que se entrelaçam nas cornijas.

Na sala de estar, as paredes integralmente revestidas a cortiça ostentam incrustadas

pequenas placas de madeira pintada, cujo desenho geométrico se destaca sobre o fundo sombrio. Este tipo de decoração observa-se ainda num dos aposentos do piso superior.

Por sua vez, o quarto da Condessa está decorado com singelas rendas brancas delineadas sobre fundo azul escuro.

A pintura das restantes divisões, imitando tecido, aprofunda sobremaneira a ambiência romântica envolvente."

*In Sintra Património da Humanidade*



A planta do Chalet, da autoria da própria Condessa d'Edla, apresenta-se de forma rectangular ao nível do rés-do-chão, e cruciforme no primeiro andar.



### A SAÚDE NUM SÓ LUGAR

A Cintramédica – Clínica de Diagnóstico foi criada em fins de 2004, com o objectivo de prestar serviços na área da saúde. É uma empresa com sede na Portela de Sintra, com uma área 3.000 m<sup>2</sup>, distribuída por sete pisos.

Construída a pensar no cliente, esta clínica disponibiliza, num único espaço, uma série de serviços clínicos diferenciados, meios auxiliares de diagnóstico, consultas médicas, pequenas intervenções cirúrgicas e alguns tratamentos.

Na Cintramédica, o conceito de serviço médico integrado traduz-se na qualidade, rapidez de diagnóstico e do tratamento, através do diálogo entre diferentes especialidades e competências habitualmente dissociadas. A eficiência, a inovação, a confiança, a honestidade e o talento dos nossos médicos são, sem dúvida, os parceiros indispensáveis no diagnóstico clínico, uma vez que sem eles era impossível estabelecer uma relação credível e duradoura para com os nossos utentes/clientes.

**CONSULTAS** – Cardiologia, Cardiologia Pediátrica, Cirurgia Geral, Cirurgia Vascul, Clínica Geral, Dermatologia, Endocrinologia, Fertilidade, Gastroenterologia, Ginecologia, Medicina Dentária, Neurologia, Oftalmologia, Otorrinolaringologia, Pediatria, Pneumologia/Alergologia, Psicologia, Reumatologia, Urologia e Vertigem.

**EXAMES** - Análises Clínicas, Anatomia Patológica, Audiogramas, Biópsias, Check-Up, Colonoscopia, Colposcopia, Conização por Crio/Ansa Diatérmica, Crioterapia, Curtagem, Cirurgia Convencional, Depilação Laser Luz Pulsada, E.A.C., Ecocardiografia, Ecografia Geral e Endocavitária, Eco-Doppler Colorido, ECG – Electrocardiografia, EEG-Electroencefalografia, Electrocirurgia, Encefalografia, Endoscopia, ERA.BER-Potenciais Evocados Auditivos, Fibroscopia, Função Tubária, Gasometria, Histeroscopia, Holter, Impedância, Mamografia, Metz, Ortopantomografia, Osteodensitometria, Polipectomia, Prova de Esforço, Prova de Função Respiratória, Prova de Sensibilidade Cutânea, Pressurometria, Radiologia Digital, Rastreamento do Cancro do Cólon, Reflexos Decay, Reflexos Estapédicos, TAC-Tomografia computadorizada, Timpanograma, Urofluxometria e Videonistagmografia.

## Os nossos Catequistas

Os catequistas da nossa Unidade Pastoral fizeram publicamente a sua declaração de compromisso em todos os centros a que pertencem e alguns deles na igreja de S. Miguel, durante a celebração da Eucaristia, no passado Domingo, dia 12 de Novembro.

Este numeroso grupo de pessoas generosas e disponíveis quis, uma vez mais, dizer ao Senhor, perante o seu pároco e os irmãos presentes na

celebração, que continuam empenhados em ajudar as nossas crianças a crescer no caminho da Fé e no amor a Jesus.

Devemos estar agradecidos a estes nossos irmãos pelo trabalho que têm vindo a desenvolver, e deveríamos, também nós, comprometermo-nos

*Guilherme Duarte*

ajudá-los na sua delicada missão. Como? Sendo bons exemplos de vivência cristã. Acreditem que as crianças são observadoras e estão atentas. Elas têm os olhos postos em nós.



**cabeleireiro**  
**Maria**  
dos anjos

MANICURE  
PEDICURE  
DEPILAÇÃO




**Talho do Zé Maria**  
de: **JOSÉ MARIA LUÍS BICHO**

Carnes de 1.ª Qualidade  
Porco, Vitela, Vaca e Borrego

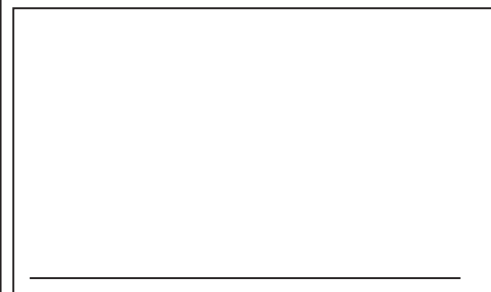
Fornecedor de Restaurantes,  
Cantinas e Colégios

Talho - Telef. 21 923 18 24 Residência - Telef. 21 924 06 83



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

Abraheira - Sintra  
Tel.: 219 152 251 Fax: 219 152 253 Mail: mafep@dx.pt



*Pastaria Regional e Confeitaria*  
**PASTELARIA GREGÓRIO**

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



**VIDRALEX - Vidros e Espelhos, Lda.**

• VIDRO TEMPERADO  
• VIDRO DUPLO  
• COLOCAÇÕES  
• MOLDEURAS

Telef. 21 923 50 94  
Fax: 21 924 40 58

Rua dos Moinhos, 7-A  
MARÇA DE SINTRA  
2710-562 SINTRA



**VIDRALEX - Vidros e Espelhos, Lda.**

• VIDRO TEMPERADO  
• VIDRO DUPLO  
• COLOCAÇÕES  
• MOLDEURAS

Telef. 21 923 50 94  
Fax: 21 924 40 58

Rua dos Moinhos, 7-A  
MARÇA DE SINTRA  
2710-562 SINTRA

# Poesia

## Noite de Tempestade

A noite escura.  
O vento forte.  
A chuva intensa.  
A trovoadas.

O céu rasgado por riscos de luz,  
Seguidos de uma voz trovejante,  
Severa e zangada,  
A ralar com o mundo.

O som da chuva a bater na vidraça.

O silvo do vento a penetrar pelas frestas.

Os elementos em fúria a fustigarem a terra,  
E a amedrontar as gentes.

Os corações apertam-se,  
Os corpos encolhem-se.

Está criado um cenário de medo.

Será?  
E se este for antes um cenário de sonho?

Não há nada tão belo  
Como a natureza  
A gritar poderio,  
Enquanto o homem  
Na sua fraqueza  
Treme e receia.

Uma voz meio sumida  
Balbucia assustada:  
- Que noite medonha!

E eu, fascinado,  
Discordo e sorrio.  
Então contraponho:  
- Que noite tão bela!

*Guilherme Duarte*

## Sintra é:

A fresquidão dos bosques frondosos,  
O murmúrio das águas a escorrer nas encostas,  
O sussurro das folhas ao ritmo da aragem mansa.  
O trinar dos pássaros,  
Os aromas da terra  
E a paleta das cores.  
As neblinas perpétuas a sugerirem mistérios  
E lendas de fadas e faunos correndo nos bosques.  
O castelo, o palácio, o convento,  
O romantismo, o romance, os passeios de mãos dadas,  
E por fim o beijo sonhado, num cenário de sonho.  
E lá no alto, a lua a coroar o monte.

*Guilherme Duarte*

### A felicidade exige valentia

“Posso ter defeitos, viver ansioso e ficar irritado algumas vezes mas, não esqueço de que minha vida é a maior empresa do mundo, e posso evitar que ela vá à falência.

Ser feliz é reconhecer que vale a pena viver apesar de todos os desafios, incompreensões e períodos de crise.

Ser feliz é deixar de ser vítima dos problemas e se tornar um autor da própria história.

É atravessar desertos fora de si, mas ser capaz de encontrar um oásis no recôndito da sua alma.

É agradecer a Deus a cada manhã pelo milagre da vida. Ser feliz é não ter medo dos próprios sentimentos.

É saber falar de si mesmo.

É ter coragem para ouvir um “não”.

É ter segurança para receber uma crítica, mesmo que injusta.

Pedras no caminho?

Guardo todas, um dia vou construir um castelo...”

*Fernando Pessoa - 70º aniversário da sua morte*



**Mini-Mercado Loja Nova**  
de  
*Maria Fernanda do Corro*

- Merceriaia • 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



**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




**Desabrochar na Pêlo**

Desabrochar na pêlo  
De arrolhar de cada flor  
Suscitando a sua perfume libertando  
Na correntes das abelhas  
Nos caminhos singulares  
Na sua força de abelhas

Na correntes perdidas  
Na sua rapidez sob  
Cada arrolhar não compreende  
O que cada flor designa  
Há sempre uma porta aberta  
Que se fecha no caminho

É que parte é abelha  
De uma florista já conhecida  
E a sua vida é feita por si  
Como se fossemos verdadeiras  
De correntes que nunca vi  
De palavras que nunca  
Nunca correntes de verdade.

*Isabel Afonso*




**Demanda Caldeiras**

O demando faz sobre a única  
espécie a briga e cinco caldeiras  
Suaviza a rebeldia e a fúria  
na a totalidade e tirando a vida  
que a natureza de nos p'ra tr'ra  
E a mundo dentro e acabou  
naa traças de uma zona autista,  
a sua natureza em de novo  
a terra sua companhia de cada hora

É o demando faz ao empurrar  
a briga e a rebeldia e a fúria  
E a demando faz empurrando  
a natureza a fúria e a rebeldia  
para que a vida sempre existindo  
a sua natureza em de novo  
a terra sua companhia de cada hora



**PAINISINTRA**  
PÃO E BOLOS NO SABOR DA TRADIÇÃO

PAINISINTRA PADARIAIS REUNIDAS DE SINTRA SA.  
Sede: Av. D. FRANCISCO II ALMEIDA, 12 2710-541 SINTRA  
TEL: 21 923 32 08 FAX: 21 923 01 93 painisntra@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

## UM SONHO DE MARIA

Eu tive um sonho, José.

Não o entendi muito bem, mas parece que era a respeito da celebração dos anos do nosso filho. Eu penso que era a respeito disso.

As pessoas andavam há seis semanas a preparar a festa. Tinham decorado e iluminado a casa, e comprado roupas novas. Entravam muitas vezes nas lojas para fazer compras e levavam presentes muito bonitos.

Mas era curioso notar que esses presentes não eram para o nosso filho. Embrulharam-nos em papel muito bonito, amarraram-nos com fitas de várias cores e colocaram-nos debaixo de uma árvore. Sim, José, uma árvore, dentro da sua própria casa. A árvore também estava enfeitada. Os ramos estavam cheios de bolinhas luminosas e decorações brilhantes. Havia uma figura no ponto mais alto da árvore. Parecia um anjo. Oh! Era tão bonito!

Toda a gente se ria e se mostrava feliz. Todos estavam entusiasmados com os presentes.

Deram os presentes uns aos outros, José. Não os deram ao nosso filho, que fazia anos. Deu-me a impressão que as pessoas nem sequer o conheciam, pois nem mencionaram o nome dele. Não é estranho que as pessoas tenham tanto trabalho para celebrar os anos de uma pessoa, que nem sequer conhecem?

Tive mesmo a sensação que, se o nosso filho aparecesse nesta festa, surgiria como um intruso e não seria bem recebido.

Tudo estava tão bonito, José, e toda a gente estava contente, mas... deu-me tanta vontade de chorar! Que tristeza para o nosso filho, não ser desejado, nem sequer na festa dos seus anos...

Sinto-me contente por ter sido apenas um sonho. Que terrível, José, se o sonho tivesse sido verdade!



# Grupo de Teatro



## Manta de retalhos dos retalhos de uma manta

Como posso seduzi-lo? Sim, a si mesmo, que arriscou seguir estas palavras até aqui. Como posso falar-lhe daquilo que nos toca e nos une?

Quero apresentar-lhe um espectáculo de teatro intitulado: "Retalhos de uma manta".

Quero apresentar-lhe a magnífica manta de retalhos de um magnífico grupo de teatro com mais de trinta elementos, de todas as idades e proveniências, que se foi conhecendo e amparando mutuamente, em melhores e piores momentos, nos últimos doze meses. Quero apresentar-lhe cinco reflexões, cinco quadros de criação teatral, actores e músicos, lado a lado, no mesmo palco.

Da minha parte – como orientador «desorientado» de todo este processo – não há qualquer hesitação: quero seduzi-lo da melhor maneira. Com toda a minha Entrega, com toda a minha Partilha. Para com o grupo, o público e todo o Divino que nos habita.

Talvez para ser seduzido de vez, necessite de uma resposta a uma única questão: “Mas... é sobre o quê?”

Sejamos sinceros palavra a palavra:

Não há melhor metáfora que a própria vida.

Apareça. Deixe-se seduzir. Inspire o Espírito Natalício. Temos duzentos lugares grátis à sua disposição. O espectáculo não é longo. Tem efeitos especiais e tudo!

Apresentação única: **Sábado, 16 de Dezembro, 21H.30m, Salão de S.Miguel.**

Um agradecimento muito especial ao Padre Carlos Jorge que alimentou este sonho tanto tempo e que acreditou em mim para parte do processo. Outro, a todos os que me apoiaram caminhando juntos. À herança cristã e a todas as outras memórias sagradas todo o meu respeito e admiração.

Nuno Vicente



# O GUI, O NÔ ... e os outros

POR: GUI & JOCA



## Rally Paper

## Cruz Alta

**B**ravo! Parabéns a quem tão bem organizou e levou a bom termo o rally do Cruz Alta. Não sabem? Então eu conto...

Teve lugar no passado dia 4 de Novembro e, não fora S. Pedro estar um pouco mal disposto, teríamos feito muito mais. Concentramo-nos no Palácio da Vila pelas 9h de uma manhã a ameaçar chuva que se ia fazendo sentir pingo aqui, gota

acolá. Os concorrentes lá foram partindo com intervalos de 2 minutos para um percurso que nos levaria à serra e de volta para S. Miguel, para um almoço partilhado, após as provas.

O percurso estava com perguntas e indicações muito bem delineadas, e não dava azo a grandes complicações. As perguntas de cultura geral, tinham o seu quê de rasteirinhas, bastando um pouco de atenção para serem contor-

nadas e emprestavam um ar de leveza e comicidade que nos arrancou algumas francas gargalhadas.

As penalizações foram um pouco atenuadas devido às fortes chuvadas a que nós, pobres concorrentes em apuros, estávamos sujeitos. E no final, já no salão da igreja de S. Miguel, lá nos reunimos para partilhar as experiências e dificuldades, os risos e as confusões de uma manhã bem passada; pela tarde fomos brindados com os resultados e quer-me parecer que ...fomos todos um pouco vencedores, porque estivemos unidos por uma causa.

Deixo, no entanto, os meus sinceros parabéns à equipa vencedora que bem se esmerou por arrebatar o tão merecido prémio; "Irmandade do Jipão" vocês foram um espanto!!!

**O Cruz Alta foi dar dois dedos de conversa com os vencedores:**

*O que acharam deste 1º Rally Paper Cruz Alta?*

É de louvar este tipo de iniciativas, pois proporcionam momentos de convívio para os paroquianos e fortalecem a comunidade. Um percurso pela nossa terra, passando pela serra, na azáfama das pergun-

tas, das respostas, das dúvidas, provas e tarefas sempre num espírito de competição, saudável, são elementos para uma manhã bem passada!

*Qual foi o segredo para o bom desempenho?*

Sem dúvida alguma que foi o espírito de equipa e a boa disposição! As tarefas foram distribuídas pelos elementos e cada um deu

o seu contributo, num ambiente muito participativo e de entreajuda. Importante, também, foi o espírito de equipa, fomentado desde a sua constituição, sendo prova o nosso "uniforme" de equipa!

Queremos agradecer à organização deste Rally Paper, na esperança que este tenha sido apenas o primeiro de muitos.



## 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 Dezembro:

- 2- Ana Maria Azenha;
- 3- Maria da Graça Marques da Costa;
- 4- Maria Lurdes Pimpão;
- 5- Maria de Lurdes Duarte;
- 6- Graciete Serra Brito;
- 8- Ana Moraes Borges; Conceição Pereira; Maria Helena Tomaz;
- 9- Filipe Lourenço Wemans;
- 10 - Paula Sofia Lopes;
- 11- Nuno Frade Almeida; Rui António Santiago;
- 12 - Bruno Tomé Azenha;
- 13- Miguel Silva; Tomas Filipe; Victor Manuel Silva;
- 15- António João Vilas; Alice Teotónio Pereira;
- 16- Ana Paula Brito Marques;
- 18- Pedro Miguel Antunes; Maria José Caetano;
- 19- António Filipe Rodrigues; Claudia Brito e Cunha;
- 20- Manuel Sequeira Silva; Sara Cândida Jorge;
- 21- José Paulo Vieira;
- 23- Maria Leonor Cunha; Dário Branco Pereira;
- 25- Ana Bettencourt Vieira; Rita Jesus Pereira; Teresa Piedade Serra;
- 27- Rui Pedro Silva;
- 29- Maria de Lurdes da Conceição Rodrigues
- 30 - Ivone Rebelo Santos.

## Receita

# Bolo de Natal



Manuela Alvelos



### Ingredientes:

- 200g de açúcar
- 2 maçãs golden
- 3 ovos
- 320g de farinha sem
- fermento
- 1,5dl de leite
- 120g de manteiga
- 1 colher de sopa de fermento
- sal, farinha e canela em

- pó
- 2 colheres de sopa de brandy
- 20g de amêndoa moída

### Preparação:

- 1) Junte o açúcar, os ovos, o leite, sal, o fermento, canela e o brandy e misture tudo. Acrescente a amêndoa, uma maçã cortada em cubos muito pequenos e a farinha, e envolva sem bater.
- 2) Adicione a manteiga derretida e deixe incorporar bem. Verta a massa para

uma forma untada com manteiga e polvilhada com farinha.

3) Corte a maçã que restou em quatro partes e dê-lhe golpes sem a separar. Coloque-a sobre a massa em forma de estrela. Leve ao forno a 180°C e deixe cozer durante 40 minutos.



### Dica

## Óleo dos fritos

O que fazer com o óleo usado? Sabe onde há-de deitar fora o óleo dos fritos em casa? Mesmo que não façamos muitos fritos, quando o fazemos, deitamos o óleo na pia ou noutra ralo qualquer, não é verdade? Este é um dos maiores erros que podemos cometer! E fazemos isto porque, infelizmente, não estamos bem informados. Sendo assim, o melhor que tem a fazer, é colocar os óleos usados numa garrafa de plástico (por exemplo, de água ou refrigerante), fechá-la e colocá-la no lixo normal (ou seja, o orgânico). UM LITRO DE ÓLEO, CONTAMINA CERCA DE 1 MILHÃO DE LITROS DE ÁGUA, o equivalente ao consumo de uma pessoa no período de 14 anos.

### Mini-Mercado Baptista & Costa, Lda.

Rua Arco do Teixeira, 11 - Vila de Sintra

☎ 219 232 084

## Ria-se, por favor!



Um casal vinha por uma estrada do interior, sem dizer uma palavra.

Uma discussão anterior tinha levado a uma zanga e nenhum queria dar o braço a torcer.

Ao passarem por uma quinta em que viram uma mula e alguns porcos, o marido perguntou, sarcasticamente:

- São teus parentes?
- Sim, respondeu ela. Cunhados e sogra.

**Modas Vestoelest**  
 Homem - Senhora - Criança  
 Telefone: 219 232 084  
 Loja: Vila Verde, Arco do Teixeira, 11 - A

## Três em um

### Pensamento

Todas as coisas foram ditas; mas como ninguém as escuta, é preciso voltar a repeti-las constantemente.

### Provérbio

Se o cego guia o cego, correm ambos o risco de cair.



### Soluções do número anterior:



### Descubra as 5 diferenças entre estes 2 desenhos:



# Catequese - I Vol.

Em S. Miguel, o 1º volume iniciou o ano catequético sob o desafio:

## VAMOS DESCOBRIR O TESOURO

ajudarem mutuamente na descoberta deste **TESOURO**.

Um tesouro muito especial e valioso, que a traça e a ferrugem não corroem e os

todos os nossos talentos para interpretar as "pistas"-objectos, que em cada semana vão aparecendo na nossa arca do tesouro.

Por exemplo a bola, que nos ajudou a descobrir o tesouro da amizade, o passarinho, que com a sua melodia nos sensibilizou para o valor do silêncio ou o espelho que nos revelou

o tesouro único, valioso, irrepitível que é cada um de nós...

Tudo isto para chegar ao **TESOURO** maior que é JESUS, o nosso grande Amigo!

Sabemos que ainda temos um longo caminho a percorrer. Mas vamos continuar a nossa busca

com muita alegria e empenhamento.

Contamos com toda a comunidade, para nos ajudar a caminhar na direcção desse **TESOURO**.

O que, desde já, agradecemos de todo o coração.



Pais e meninos (e também alguns irmãos, madrinhas, avós) aceitaram esta proposta e fizeram o compromisso de se

ladrões não podem roubar. Assim, foi preciso criar uma "equipa" forte e amiga, aprender a seguir o "mapa"-catecismo, pôr em acção



Os meninos do 1º volume

## Intenções do Papa para Dezembro



· Uso responsável do poder. Que Cristo, manso e humilde de coração, inspire aos responsáveis das nações o uso sábio e responsável do poder.

· Testemunho alegre dos missionários. Que os missionários vivam com alegria e entusiasmo a sua vocação no fiel seguimento de Cristo.



## FERNANDO & SANTOS, Lda.

Papelaria, Livraria e Tabacaria

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



## TECAN Soc. de Utilidades Domésticas, Lda.

Largo 1º de Dezembro, 10 Telef.:  
S. Pedro de Penaferrim - Sintra 21 923 11 31

## Calendário Litúrgico em Dezembro - Ano C

### Dia 3 Dez. - DOMINGO I do Advento

**LEITURA I** Jer 33, 14-16  
«Farei germinar para David um rebento de justiça»

**Salmo** 24 (25), 4bc-5ab.8-9.10.14 (R.1b)  
Refrão:  
Para Vós, Senhor, elevo a minha alma.

**LEITURA II** 1 Tes 3, 12-14, 2  
«O Senhor confirme os vossos corações no dia de Cristo»

**EVANGELHO** Lc 21, 25-28.34-36  
«Vigiai e orai em todo o tempo porque a vossa libertação está próxima»

### Dia 10 Dez. - DOMINGO II do Advento

**LEITURA I** Bar 5, 1-9  
«Deus mostrará o teu esplendor»

**Salmo** 125 (126), 1-2ab.2cd-3.4-5.6 (R.3)  
Refrão:  
O Senhor fez maravilhas em favor do seu povo.

**LEITURA II** Filip 1, 4-6.8-11  
«Em todas as minhas orações, peço sempre com alegria por todos vós»

**EVANGELHO** Lc 3, 1-6  
«Preparai o caminho do Senhor, endireitai as suas veredas»

### Dia 17 Dez. - DOMINGO III do Advento

**LEITURA I** Sof 3, 14-18a  
«O Senhor, Rei de Israel, está no meio de ti e já não temerás nenhum mal»

**Salmo** Is 12, 2-3.4bcd.5-6 (R. 6)  
Refrão:  
Povo do Senhor, exulta e canta de alegria.

**LEITURA II** Filip 4, 4-7  
«O Senhor está próximo»

**EVANGELHO** Lc 3, 10-18  
«Eu baptizo-vos com água, mas Ele baptizar-vos-á com o Espírito Santo e com o fogo»

### Dia 24 Dez. - DOMINGO IV do Advento

**LEITURA I** Miq 5, 1-4a  
«De ti sairá Aquele que há-de reinar sobre Israel»

**Salmo** 79 (80), 2ac.3b.15-16.18-19 (R.4)  
Refrão:  
Mostrai-nos, Senhor, o vosso rosto e seremos salvos.

**LEITURA II** Hebr 10, 5-10  
«Eu venho, ó Deus, para fazer a vossa vontade»

**EVANGELHO** Lc 1, 39-45  
«Bendita és tu entre as mulheres e bendito é o fruto do teu ventre»

### Dia 25 Dez. - DIA DE NATAL

**LEITURA I** Is 52, 7-10  
«odos os confins da terra verão a salvação do nosso Deus»

**Salmo** 97 (98), 1.2-3ab.3cd-4.5-6 (R. 3c)  
Refrão:  
Todos os confins da terra viram a salvação do nosso Deus.



José Pedro Salema

**LEITURA II** Hebr 1, 1-6  
«Deus falou-nos por seu Filho»

**EVANGELHO** Jo 1, 1-18  
«O Verbo fez-Se carne e habitou entre nós»



## FARMÁCIA MARRAZES

Propriedade e Direcção Técnica de  
Dra. Célia Maria Simões Casinhas

# Sinais de Jesus Cristo

*P. Carlos Jorge*



## A ESTRELA

Em muitas culturas antigas, a estrela revela a presença da divindade ou de uma orientação divina. Alguns dos deuses dos povos vizinhos de Israel apresentavam-se numa forma astral.

Segundo a Bíblia, as estrelas não são deuses, mas obras maravilhosas saídas das mãos de Deus. Ele é o criador e o dominador de todos os astros. À imensa quantidade de estrelas no céu a Bíblia chama "exército celeste" e, ao seu Criador, o "Deus dos exércitos". O Senhor tem domínio e poder sobre toda a criação, mesmo sobre as estrelas.

Antigamente, o nascimento de reis e imperadores era, muitas vezes, anunciado por uma estrela. Assim, a Igreja dos primeiros decénios, mostrou Jesus anunciado por uma estrela, no seu nascimento. Os Magos perguntam: "Onde está o rei dos judeus que acaba de nascer? Vimos a sua estrela no Oriente e viemos adorá-Lo." (Mt 2,2). O raciocínio dos escritores sagrados e dos primeiros cristãos era este: tal como os grandes eram prenunciados por sinais celestes, com muito maior razão se deveria dizer que Jesus foi anunciado por uma estrela. Esta história dos Magos é, também, um "eco" literário da história de Balaão que viu uma estrela a elevar-se sobre Jacob: "Uma estrela surge de Jacob e um ceptro se ergue de Israel. (...) De Jacob ele vai nascer..." (Num 24, 17.19). Uma estrela deveria aparecer, quando o Messias nascesse em Israel. Os primeiros cristãos associaram esta profecia a Jesus.

O episódio dos Magos, conduzidos por uma estrela, é uma mensagem a todos os "magos": Jesus é a verdadeira luz de Deus no meio de nós, um sinal divino de que Deus, em Jesus, visitou o seu povo. A estrela dos Magos é a luz de Cristo, que desponta para iluminar "todas as nações". Jesus é a "estrela que nos guia".



## Feliz Natal



## Comissão de Festas de Nossa Senhora do Cabo

*Mafalda Pedro*

No ano de 2010 a Unidade Pastoral de Sintra, recebe na Paróquia de Sta. Maria e S. Miguel a Imagem de Nossa Senhora do Cabo Espichel.

Há já alguns meses que um grupo de paroquianos se reúne de forma a preparar a vinda da Imagem de Nossa Senhora, angariando fundos de modo a que a sua recepção seja a mais digna possível.

Das actividades realizadas, até à data, registam-se a venda de rifas em Março deste ano, no "Dia da Unidade Pastoral de Sintra" e os Festejos Populares que se realizaram este ano no adro da Igreja de S. Pedro de Penaferrim. Estão previstas como próximas actividades, a realização de vendas de Natal em todos centros da Paróquia de Stª Maria e S. Miguel e uma exposição e venda de quadros que foram gentilmente oferecidos pela Comissão de Festas da Vila Velha.

Como é do conhecimento de muitos, a Comissão de Festas (embora ainda não formalmente) é constituída por todos aqueles que já se disponibilizaram a colaborar. Infelizmente, e até à data, esta Comissão é composta por um número muito reduzido de pessoas e que não é suficiente. Apelamos, por isso, à participação de toda a Unidade Pastoral Sintra.

A próxima reunião terá lugar no dia 26 de Janeiro de 2007, às 21H30, no Centro Social Paroquial de S. Miguel.

As próximas actividades serão também divulgadas, oportunamente, neste Jornal, contamos com TODOS!



## Construção da Igreja da Várzea de Sintra

*A Comunidade da Várzea de Sintra*

### Peregrinação ao Santuário de Nossa Senhora do Sameiro

A Comunidade da Várzea de Sintra e arredores, realizou no passado mês de Setembro a peregrinação ao Santuário de Nossa Senhora do Sameiro, em Braga.

Esta peregrinação teve como objectivo pedir a Nossa Senhora da Conceição, que ajude a

tornar uma realidade a construção desta nossa Igreja tão desejada e necessária, para estes lugares da nossa Comunidade. Como segundo objectivo, angariar fundos para continuarmos a trabalhar para a concretização deste nosso sonho que, com o auxílio do Sr. Presidente da Junta e Autarquia e também com o apoio moral dos nossos Padres e ainda graças a um pequeno (mas grande)

grupo de pessoas, que se tem empenhado sem limites a trabalhar por esta grande causa.

Esta foi mais uma das muitas iniciativas que se têm vindo a realizar, e outras se seguirão, para angariar os tão necessários fundos.

Queremos manifestar a toda a nossa comunidade paroquial, o quanto foi agradável este dia! Foi um dia de convívio, amizade e oração.

## 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

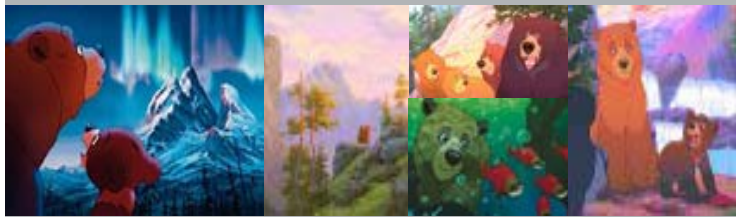
### Luz... Câmara... Acção!



9 de Dezembro

#### “Irmão Urso” - Título original

No próximo dia 9 de Dezembro às 21:30H no salão da Igreja de S. Miguel, vamos exibir o filme de 2003 o “irmão Urso”. Mais uma lição para vida que nos é contada a “brincar”. No final como é hábito vamos trocar impressões sobre as lições contidas no filme. Esperamos por todos, pois o filme é para todas as idades.



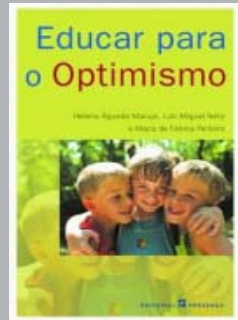
### Livros do mês - Dezembro

Maria Águeda Marujo, Luís Miguel Neto,  
Maria de Fátima Perloiro

#### Educar para o Optimismo

**D**os autores da obra «Familia e Sucesso Escolar» também da colecção «Ensinar e Aprender», um livro destinado a pais e educadores empenhados em dar lugar a uma geração caracterizada pela positividade, pelo êxito e pela alegria.

todos os aspectos interiores ou exteriores que concorrem para a perturbar, os autores de «Educar para Optimismo» veiculam de uma forma clara e deculpabilizadora um conjunto de fórmulas educacionais capazes de promover a construção de uma vida feliz e positiva.



Através da análise dos factores que envolvem a prática do optimismo e de

**Indispensável.**

## Internet - [www.livingvalues.net](http://www.livingvalues.net)

**C**omo referimos no Editorial convidamos todos a visitar o Site da Unesco. Vale a pena ver como no Mundo se trabalha para uma verdadeira cultura de Paz.



## Notícias

### Profissional do Ano

**O** Rotary Club de Sintra homenageou, no passado dia 7 de Novembro, o Dr. Miguel Forjaz, distinto médico que exerce a sua profissão há longos anos, em Sintra.

Esta homenagem insere-se no âmbito das homenagens aos “Profissionais do Ano” que todos os clubes rotários fazem anualmente, em todo o mundo e por esta data, a um profissional cujo desempenho da sua profissão se faz de acordo com os mais elevados padrões éticos e morais, um dos princípios fundamentais do movimento rotário, constituindo um exemplo na sua Comunidade e na Sociedade.

Neste evento, que teve lugar no Hotel Tivoli em Sintra, estiveram presentes cerca de 90 pessoas, entre rotários e amigos do clube rotário, individualidades do Concelho, representantes de órgãos da comunicação social, bem como, familiares e muitos amigos do homenageado que,

dessa forma, se quiseram associar a esta homenagem pública de reconhecimento, testemunhando o perfil e a natureza altruísta e solidária com que o Dr. Miguel Forjaz, no exercício da sua profissão, tem apoiado a comunidade Sintrense.

**A. Ribeiro**



### Novo Livro da Acreditar

**A** Acreditar - Associação de Pais e Amigos de Crianças com Cancro - nasceu em 1993, tendo como lema “tratar a criança com cancro e não só o cancro na criança”.

A Associação, como qualquer Instituição Particular de Solidariedade Social, não tem proveitos, não apresenta lucros, não gera riqueza, a não ser aquela que consiste em ajudar o próximo. Vive, por isso, do mecenato de pessoas e empresas - desenvolvendo iniciativas que lhe permitam angariar os fundos necessários para a prossecução da sua obra.

Este ano tomámos a

iniciativa de lançar outro livro, de alguma forma temático.

O livro, a que decidimos chamar “Acreditar” inclui textos originais de autores portugueses, como sejam Agustina Bessa Luís, Helena Sacadura Cabral, Inês Pedrosa, Laurinda Alves, Rita Ferro, Fernando Pinto do Amaral, José Miguel Júdice e Vasco Graça Moura, cada um dos quais escreveu sobre uma das Obras, como por exemplo, ‘dar de comer a quem tem fome’, ‘dar de beber a quem tem sede’, ‘visitar os presos’, ‘ensinar os ignorantes’, ‘consolar os tristes’, etc. O livro incluirá ainda um conjunto grande de obras de fotografos do

espólio da fundação PLMJ.

As palavras e imagens foram cedidas a título gratuito, contando ainda com a colaboração generosa de editor, empresa de design e gráfica. Estamos certos de que a aposta nos textos, fotografias e acabamentos fará do livro uma obra de grande qualidade.

As receitas da venda deste livro reverterão para a Acreditar, que poderá continuar a ajudar os que travam uma luta tão injusta, porque tão dolorosa e prematura nas suas vidas.

E poderá imaginar, como o poeta, que ‘pelo sonho é que vamos’.

**João de Bragança**



**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

#### "O Diabo veste Prada"

Realizador: David Frankel  
 Intérpretes: Meryl Streep, Anne Hathaway, Emily Blunt  
 Género: Comédia / Drama  
 Maiores de 12 anos. Duração: 109 m



#### Ela determina o êxito ou o fracasso

**B**ette Davis, uma das mais brilhantes actrizes da história do cinema, afirmou um dia que *Meryl Streep* tinha todas as condições para vir a ser a sua herdeira natural. Não se enganou a antiga diva de *Hollywood* porque, tal como ela previra, a intérprete de "As Pontes de Madison County" é hoje reconhecida, quase unanimemente, como a maior actriz da actualidade.

Será talvez por esse motivo que as estreias dos seus filmes são sempre aguardadas com grande expectativa por todos aqueles que apreciam bom cinema e reconhecem o enorme talento dessa actriz admirável. Não admira, por isso, que o seu mais recente trabalho, "O Diabo Veste Prada" fosse, também ele, aguardado com alguma curiosidade, até porque, para além de se esperar sempre de *Streep* desempenhos de grande qualidade, o argumento, tendo como cenário a beleza e o "glamour" do mundo da moda, prometia ser aliciante. A

realidade, no entanto, não é bem aquela que todos esperávamos.

Aguardávamos uma interpretação soberba de *Meryl Streep*, e tivemo-la, no papel da temida e diabólica *Miranda Priestly*, editora-chefe da conceituada revista de moda "Runway". Mas tivemos também uma *Anne Hathaway* a brilhar intensamente como assistente de *Miranda*, aguentando estoicamente a arrogância da sua chefe, que a maltrata, desrespeita e humilha, permanentemente. Estas duas actrizes fazem, por si só, o sucesso deste filme. Quanto à elegância e ao tão esperado "glamour", estão lá também, mas sem a resplandescência que imaginámos. O realizador preferiu privilegiar o maquiavelismo de *Miranda Priestly* em detrimento das lantejoulas.

Interessante neste trabalho de *David Frankel*, é a coincidência entre o carácter do personagem principal deste filme, *Miranda Priestly*, e de *Anna Wintour*, a editora

da revista "Vogue" que é, apenas, a personalidade mais poderosa, temida e influente do mundo da moda, onde é considerada um verdadeiro ícone. É ela que determina o êxito ou o fracasso de estilistas e de modelos. Um simples gesto de desagrado da sua parte durante um desfile é sinónimo de fiasco; um sinal de aprovação é o sucesso garantido. Mas as coincidências não se ficam por aqui, *Laura Weisberg*, a autora do livro que inspirou o filme, foi em tempos assistente de *Anna Wintour*. Com tantos pontos em comum era impossível não ver retratada na implacável *Miranda* a editora da conhecida revista americana.

Curiosamente, a verdade é que aquela criatura arrogante, prepotente e intolerante não me conseguiu suscitar nenhum tipo de animosidade ou de rejeição, antes pelo contrário, olhei-a até com uma inexplicável complacência. No final do filme, um pouco inquieto consigo próprio, procurei compreender a razão que me levou a simpatizar

com aquela pessoa execrável, com valores e comportamentos contrários àqueles que sempre defendi e procurei seguir. Talvez para acalmar um pouco a minha consciência, ainda tentei argumentar comigo mesmo que se não consegui abominar *Miranda Priestly*, talvez a culpa não fosse minha mas da actriz, que não lograra ser suficientemente convincente no desempenho do seu papel de vilã. Mas não fiquei convencido. Afinal, a explicação era bem simples. O talento e o prestígio da actriz fizera com que a intérprete se sobrepusesse ao personagem. A genialidade vencera a arrogância. *Streep* suplantara *Miranda*.

Fiquei mais tranquilo porque, afinal, as minhas convicções não estavam minimamente em perigo e a verdade é que é mesmo impossível detestar *Meryl Streep*, mesmo quando ela veste a pele do lobo.

Bravo!

Guilherme Duarte



## 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;  
 Elsa Tristão; Mafalda Pedro;  
 Guilherme Duarte; P. Carlos Jorge;  
 P. Rui Gomes.

#### Jornalista:

Paula Penaforte.

#### Correspondentes:

**IMC - Moçambique:** Elizabeth; Raquel; Diogo; Ricardo.  
**IMC - Moçambique:** Tina Leal; Filipe Leal.

#### Colaboração:

Antónia Rodrigues; João Amaral;  
 A. Ribeiro; Manuela Alvelos;  
 Diácono António Costa; Miguel Forjaz;  
 Elias Colaço; Paulo Francisquinho;  
 Erich Corsépius; Rui Antunes;  
 Fernando Marques; 7º volume;  
 Francisco Gomes; 5º volume.

#### Fotografia:

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

#### Edição gráfica e paginação:

António Louro; José Pedro Salema;  
 António Luís Leitão; José Miguel Rodrigues;  
 José Pedro Rodrigues.

#### Revisão de textos:

Ana Paula Ramos; Isabel Afonso.

#### 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

## Foto-comentário

Guilherme Duarte

## Sintra e os Contrastes

Costumo dizer na minha roda de amigos que Sintra se assemelha muito a uma *mulher bonita...mas suja e desmazelada*.

Digo-o, naturalmente, em ar de brincadeira mas há muito de verdade nesta afirmação. É uma realidade que Sintra encerra em si belezas naturais extraordinárias e um património edificado valiosíssimo, que os nossos antepassados quiseram, e souberam, harmonizar com o espaço envolvente, não o

adulterando, nem agredindo a paisagem. **É esta a mulher formosa**.

Mas não é menos verdade que Sintra começa também a ser conhecida, pelo desleixo e pela negligência com que o seu património tem vindo a ser tratado por quem tem a obrigação de o conservar. O resultado dessa falta de empenhamento é a degradação, que é bem visível um pouco por todo o lado. Sintra corre sério risco de passar a ser mais famosa pelas suas ruínas do que pelas suas

belezas. **Está aqui a mulher desmazelada**.

Alguém disse um dia que ***"mudam-se os tempos, mudam-se as vontades"***. É verdade, e a nossa terra é um excelente exemplo dessa realidade. Se os nossos antepassados quiseram, e foram capazes, de valorizar Sintra, as novas gerações de sintrenses, pelo contrário, parecem apostadas em delapidar a valiosíssima herança patrimonial que lhes foi deixada e que, umas vezes

por negligência, outras talvez por interesses inconfessados, estamos a deixar perder. Até quando conseguirá Sintra resistir aos ataques e às malfetorias que continuam a ameaçá-la?

Continuaremos a falar da nossa terra nesta coluna, embora com uma pequena "nuance". A partir de agora teremos aqui, lado a lado, a formosura e o desmazelo; as duas faces da tal mulher: SINTRA.

**A merecer aplausos:** O Centro Cultural Olga de Cadaval e o Museu de Arte Moderna, dois edifícios recuperados há algum tempo e colocados ao serviço da cultura. Apenas um reparo: não seria possível utilizar o pequeno auditório do Olga de Cadaval para projecção regular de filmes, com uma programação alternativa à dos "multiplexers" nos centros comerciais?

**A justificar protestos:** O Bairro da Estefânia. A porta de entrada para o centro histórico está feia, e encontra-se num estado vergonhoso com lojas fechadas, prédios degradados e um cenário de abandono e de ruína. Verdadeiramente lamentável.



## SEGUNDA-FEIRA

- 9.00 Análises
- 10.00 Prova de esforço
- 11.00 Raio X - tórax
- 12.00 Electrocardiograma
- 13.00 almoço
- 14.00 Oftalmologista
- 15.00 Dentista
- 16.00 Consulta de Check-Up
- 17.00 compras para o jantar

**NÃO ESQUECER:** marcar consulta de "otorrino" e não esquecer de levantar todos os exames já amanhã

## A SAÚDE NUM SÓ LUGAR

A prestação de serviços clínicos diferenciados, a realização de exames num único local e as infra-estruturas de alta qualidade, são o motivo da sua escolha.

 **cintramédica**  
clínica de diagnóstico

Travessa da Portela | Sintra

Tel:21 910 00 80 www.cintramedica.pt