



Festejou-se o Dia da UPS em Nafarros



Penha Longa



Santos Populares



Profissão de Fé



Abrunheira



Editorial
Zé Pedro Salema

Nós somos Igreja

A Igreja é o prolongamento de Cristo. Tal como Cristo, desafiou o Seu tempo, mantendo as mesmas características humano-divinas.

Ou seja, o divino actua nos humanos como veículo de comunicação, tal como a Igreja sempre fez, e faz. Mas fê-lo através do humano, através de nós.

É este o mesmo motivo de escândalo, como aconteceu com Cristo em relação aos chefes religiosos judaicos do seu tempo, que se interrogavam: "não é ele o carpinteiro, filho de Maria?" Tal como um qualquer de nós, e ainda por cima, com uma propensão particular para os menos recomendáveis. "Porque come e bebe o vosso Mestre com os publicanos e pecadores? Porque era uma questão de descrença alicerçada na nítida

desproporção do que deveria ser a mensagem de Deus, mas nunca por via humana, exposta a todas as infidelidades e misérias. Como poderia ser isso possível, vindo do filho de um carpinteiro igual a nós?

Diz São Paulo: "Trazemos estes tesouros em vasos de barro, para que se veja bem que este extraordinário poder vem de Deus e não de nós. Em tudoso fremostribulações, mas não somos abatidos. Somos cercados de dificuldades, mas não desesperamos. Somos perseguidos, mas não desamparados. Somos abatidos mas não aniquilados".

Por isso o elemento que está em jogo só pode ser o Amor e a Verdade, o qual deve ser desejado, para conseguir superar a fraqueza do instrumento que a comunica, que somos todos nós.



A Melhor Parte
Diác. António Costa

E qual foi a herança de Jesus?

Diz Jesus na sua oração da última ceia: Glorifiquei-te, Pai, glorifica-me tu agora...

Jesus recebeu a glória por herança e esse é também o nosso quinhão. Estamos destinados à glória e esperamos ardentemente por ela com ânsias de parturiente, só descansando quando nela mergulharmos. A certeza da ressurreição de Cristo, da qual o Espírito em nós dá testemunho, alimenta a esperança da nossa salvação, segundo o plano do próprio Deus, inaugurado na criação.

E de tal forma Deus se comprometeu com o seu projecto que, segundo S. Paulo, faz concorrer todas as coisas em bem para aqueles que acolhem o seu amor. Na verdade, Deus amou de antemão (antes de existirmos) aqueles que criou com a

finalidade de se conformarem (tomarem a forma) à imagem de seu filho.

Numa síntese fulgurante diz Paulo que aqueles que predestinou (destinou antes de existirem) também os chamou. Todos aqueles que chamou também justificou (tornou dignos do desígnio) e os que justificou também tornou herdeiros da glória.

E chega assim à avassaladora conclusão de que um Deus que fez todo este percurso para atrair o homem à glória pagando o preço da entrega do próprio filho não aceitará qualquer barreira ao seu amor por nós.

Nem a morte, nem a vida, nem os poderes do céu e da terra, nem o presente, nem o futuro, nenhuma dimensão ou criatura, poderão separar o homem do amor de Deus manifestado em Cristo.



No próximo dia 4 de Julho, às 17 horas, no salão paroquial de Benfica, será apresentado o livro de sua autoria, por ocasião dos 20 anos de Diaconado.

Todos estão convidados a participar neste evento.

De qualquer modo, o Diác. António Costa estará entre nós, dia 12, na Eucaristia de S. Miguel, também para apresentar o livro



Os Nossos Padres
P. António Ramires

Ano Sacerdotal

Terminámos o Ano de S. Paulo e o Papa Bento XVI convocou a Igreja, há cerca de três meses, para a celebração de um "Ano Sacerdotal", que teve início no passado dia 19 de Junho, Solenidade do Sagrado Coração de Jesus (assinalado na nossa Unidade Pastoral nas celebrações das 9H em S. Miguel e das 19H em S. Pedro), e decorrerá até 19 de Junho de 2010. Assim se pretende também assinalar o 150º. Aniversário da morte do sacerdote francês João Maria Vianney, o santo Cura d'Ars, tido como "verdadeiro exemplo de Pastor ao serviço do rebanho de Cristo" (Bento XVI).

"Fidelidade de Cristo, fidelidade do Sacerdote" é o tema deste Ano Sacerdotal, que se propõe, como objectivo indicado pela Congregação do Clero, ajudar a "redescobrir a beleza e a importância do Sacerdócio e de cada um dos ordenados, sensibilizando

para isso todo o Povo de Deus". Neste sentido o nosso Bispo, o Cardeal Patriarca de Lisboa, aponta dois perigos a evitar: considerar que os padres sejam um grupo à parte e diluir a sua identidade numa pretensa valorização do sacerdócio dos fiéis.

Deste objectivo se deduz que, nos seus programas e actividades, o Ano Sacerdotal implica e requer uma dupla atenção: a todas as nossas comunidades e a todo o Povo de Deus, em geral, dando a conhecer e ajudando a redescobrir o sentido profundo do Sacerdócio de Cristo e da forma como o mesmo é participado e exercido na sua Igreja; e uma atenção aos sacerdotes, em particular, proporcionando-lhes meios de aprofundamento e melhor vivência da sua própria identidade, numa espiritualidade sacerdotal específica de quem foi associado, pela ordenação, à

vida e missão de Cristo Bom Pastor.

O Ano Sacerdotal será, assim, uma oportunidade de aprofundar, em toda a Igreja e também aqui na nossa Unidade Pastoral de Sintra, o sentido teológico, espiritual e pastoral do sacerdócio; será, certamente, para os próprios sacerdotes um estímulo na redescoberta feliz da sua identidade, da fraternidade e unidade do presbitério e da sua relação sacramental com o Bispo.

Será, ainda, uma ocasião para se intensificar a oração pelas vocações (está já agendada uma semana vocacional aqui em Sintra) e pelos sacerdotes, reconhecendo a sua necessidade e importância na vida da Igreja, e reconhecendo também, com gratidão, o seu trabalho pastoral e testemunho de vida (rezaremos por todos os padres que passaram aqui por Sintra, os que estão neste



momento e os que, de algum modo, se encontram ligados às Paróquias de Sintra). É que os sacerdotes são importantes não só pelo que fazem, mas sobretudo pelo que são.

Além do que se possa fazer, ao longo do ano, como programa próprio da nossa Unidade Pastoral ou da Diocese, quero anunciar, desde já, que no dia 4 de Agosto, festa do Santo Cura d'Ars, teremos uma Solene

Eucaristia para a Unidade Pastoral em S. Miguel.

Confiemos a Santa Maria, Mãe de Cristo e Mãe da Igreja, Rainha do Mundo e a S. Miguel, S. Pedro e S. Martinho, todas as iniciativas e os bons frutos espirituais do Ano Sacerdotal.

 **Notícias de Moçambique**
Rui e Diana

Kanimambo!

Nestas alturas o **machongo**, terreno fértil onde se planta um pouco de tudo, está bonito. Sendo uma zona onde a população vive da subsistência da agricultura, toda a área do vale, junto ao rio Guiúá, encontra-se plantada.

Nos ofertórios, durante a Eucaristia, as pessoas que nada têm, oferecem-nos um pouco daquilo que o machongo lhes dá. Então, muitas vezes vemos ofertas de alfaces verdes e frescas com tomate, castanha de caju e amendoim.

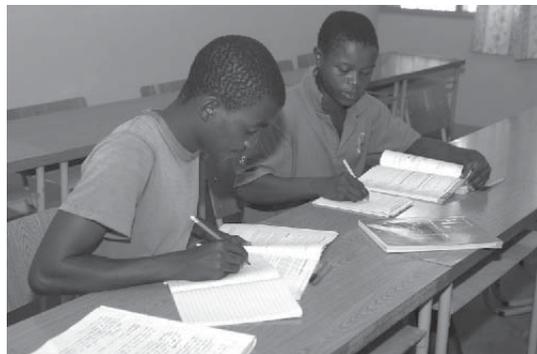
Isto permite que nós, Rui e Diana, que estamos

habituaados a comida de zonas urbanas com muitos adubos entre outros tratamentos, saibamos apreciar o verdadeiro sabor dos alimentos de uma alimentação bastante natural. Esta é a forma que a população tem de agradecer a nossa presença, o nosso trabalho missionário. Seja com as aulas, seja no centro de saúde, seja na informática, estamos juntos com a vida no Guiúá.

A confiança ganha-se com a vivência em conjunto, e aqueles olhares de quem nos vê pela primeira vez, aos poucos desaparecem para dar

lugar a olhares de amigos, a quem convidam para um jogo de futebol no campo, a quem falam sobre o Cristiano Ronaldo sair do Manchester, a quem simplesmente partilha a presença pelas palavras.

Nos trabalhos do dia a dia sempre há novidades apesar do programa estabelecido ser quase o mesmo: há quem nos procura com interrogações, com perguntas e com preocupações. É esta a vivência da Missão, um estar presente todos os dias para quem nos procura. A despedida é sempre com um típico "estamos juntos", um "Kanimambo", ou "nzi



bonguile" (as duas expressões significam "obrigado"). É com este agradecimento que nos queremos despedir de todos

os que lêem estas linhas e acompanham mensalmente o nosso artigo : " Kanimambo!"

 **Catequese de São Pedro**
Leonor Wemans

3.º Volume

No sábado de Pentecostes, os nossos amiguinhos do **3º Volume** realizaram um peddy-paper Paulino, no Colégio das Irmãs Doroteias do Linhó. Logo de manhãzinha a alegria e o entusiasmo tomou conta deles. Depois do almoço partilhado ouvimos o hino que fizeram a São Paulo e que vamos partilhar convosco:

**Para os tornar cristãos
Nunca desistiu porque
Amava muito Jesus Cristo**

Ficou também o **compromisso** de continuarem porque querem: conhecer melhor Jesus, conviver com Ele, ser

mais Seus amigos abrindo o seu coração a Ele, seguindo o Seu exemplo, continuar a sua aprendizagem cristã, e participar na vida da Comunidade.



**São Paulo andava caminhando
Por desertos e oceanos
Enfrentando desastres naturais
E muito mais...
Falava às pessoas de Jesus Cristo
Pregando aos pagãos**

OPORTUNIDADE DE NEGÓCIO
MERCADO: ÁGUA E VINHO
COM OU SEM INVESTIMENTO
PRECISAM-SE PARCEIROS/AS COMERCIAIS
TELF./FAX.219 233 733 TELM.917 255 226

 **SAPPANISCO**
SONHOS E BRINCADEIRAS
- MOBILIÁRIO INFANTIL
- PUERICULTURA
- BRINQUEDOS EDUCATIVOS
- JOGOS E FANTASIA
no Largo da Feira de São Pedro de Sintra.

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

PAINÉIS PLASTIFICADOS

MELHORES VEDAÇÕES UM INVESTIMENTO COM TODA A SEGURANÇA

VEDAÇÕES • REDES • ARAMES • POSTES

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

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

CABRIZTERRAS, LDA
(Grupo Heitor Rebelo)

CAMIÕES DE ALUGUER COM GRUA

ALUGUER MAQUINAS P/TERRAPLANAGEM, CONSTRUÇÃO CIVIL E OBRAS PUBLICAS

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**



Caminhando para Professar a Fé

Ana Paula, Ana Cristina, Glória e Nené

Eu sei em quem acredito?

Tudo começou quando, no início do ano, os jovens do 6º ano da catequese da nossa Paróquia foram informados pelos seus respectivos catequistas que este seria um ano muito importante pois iriam, se quisessem e se sentissem preparados, professar a sua fé publicamente. Surgiram, como é natural, muitas dúvidas e perguntas que foram sendo esclarecidas ao longo do ano. Perceberam, então, que o nome "pomposo" de Profissão de Fé, significa simplesmente dizer em público e em voz alta, que acreditam em Jesus e que querem segui-Lo, ou seja, renovar os votos do Baptismo que foram assumidos pelos pais e pelos padrinhos quando ainda nem sabiam falar e não tinham conhecimento de Jesus.

Para eles ficou claro que, para assumirem e professarem a sua fé, uma condição se impunha: Conhecer melhor Jesus, a Sua vida e os Seus ensinamentos. E foi a isso que se propuseram durante este ano. Foram caminhando devagarinho mas com muito empenho, conscientes de que só valeria a pena fazer a Profissão de Fé se percebessem e compreendessem interiormente o que estavam a assumir.

Nem sempre é fácil seguir Jesus. O caminho certo é, na maioria das vezes, o mais difícil, o mais trabalhoso, o que exige mais de nós todos. Os jovens percebem bem isto quando lhes damos exemplos práticos e quotidianos que se passam na escola, em casa ou até entre amigos.

Acreditar em Jesus não

é difícil, mas seguir o Seu caminho exige muita fé e força de vontade. Nem sempre estamos dispostos a isso, mas há sempre que recomeçar. Cair e levantar-se de novo, pecar e arrepende-se, errar e pedir perdão devem ser gestos e atitudes habituais num Cristão, já que, como humanos que somos ainda não atingimos a perfeição de Cristo. Mas temos sempre que tentar aproximarmo-nos d'Ele e procurar fazer o que Ele faria em cada situação que vivenciamos.

Foi nesta linha que fomos seguindo com os jovens até meados de Maio, altura em que aconteceu o Retiro, tão esperado e ansiado por eles.

No Retiro, por estarem afastados do "mundo" e de todas as coisas materiais que os rodeiam habitualmente, os jovens conseguiram viver muito intensamente o que lhes foi proporcionado.

Era o dia 15 de Maio, já passava das 18h, depois de uma semana de aulas chegar a um local estranho com pessoas estranhas cria nervosismo...

Cada um chegou-se ao conforto da catequista que conhecia mas, depressa o desconforto do desconhecido desapareceu... o ambiente estava acolhedor (pelo menos isso tentámos) e a conversa foi surgindo espontânea... a música ajudou e num instante novos grupos estavam formados, grupos que sempre se desfaziam e refaziam à medida que o tempo passava...

A noite foi agitada, uns porque não queriam ficar

sozinhos, outros porque queriam aproveitar ao máximo aquela noite fora de casa. Uns adormeceram tarde, outros acordaram cedo, mas ao pequeno-almoço estavam todos "frescos" para começar o novo dia...

Cada refeição foi brindada com uma oração. Fomos mostrando que orar pode ser cantar, com ou sem gestos, todos ajudaram em tudo... as "mesas rolantes" ao sabor da vontade das nossas preciosas auxiliares, foi um dos factores dinamizadores deste retiro.

O tempo foi passando tão depressa que no momento da Eucaristia (muito participada, diga-se de passagem) sentia-se a vontade de continuar em retiro, vontade essa misturada com a vontade de ir para casa e partilhar com os Pais cada momento vivido.

Ficou no ar o desejo de repetir, o desejo de continuar a proximidade com Deus e com o Próximo. A vontade de pertencer vivamente à Comunidade.

O momento seguinte de encontro aconteceu na Igreja de S. Miguel para o ensaio e para o Sacramento da Reconciliação, era já o dia 6 de Junho.

Alguns já não se lembravam do nome de alguns outros, mas todos estavam ainda mais unidos.

Voltaram-se a criar grupos, desta vez aos pares, para definir a ordem de entrada na Cerimónia. Voltou a sentir-se o nervosismo!

Mas este nervosismo era diferente, era o nervoso da antecipação da chegada do Grande Dia. De afirmar "SEI EM QUEM ACREDITO!"

Desta vez, já não uma interrogação mas uma exclamação que cada um afirmou no momento em que assumiu que acredita, que Crê em Deus Pai, no Filho e no Espírito Santo!

Nem eles, nem nenhum de nós dos que estávamos presentes naquela Eucaristia, alguma vez esqueceremos a forma simples e deliciosa como o nosso Pároco nos explicou o mistério da Santís-

sima Trindade.

Nunca mais o leite com chocolate vai ser visto da mesma maneira!

Agora ao saborear o leite com chocolate, vamos "saborear" o mistério da Santíssima Trindade, não é maravilhoso?

E foi realmente maravil-

hoso sentir o "Sentimento" que se respirou na Eucaristia. Sentir que tudo estava a ser feito por eles, para eles e em homenagem a Ele!

Que daqui a muitos anos cada um destes jovens que com tanta emoção disse: "Sim Creio", continue a dizer: "EU SEI EM QUEM ACREDITO!"



Foto 'oficial' do Retiro de preparação para a Profissão de Fé, que se realizou nos dias 15 e 16 de Maio com o título 'Sei em quem acredito?', no qual um grupo de 50 crianças (pré-adolescentes, como eles gostam de ser tratados), da nossa comunidade esteve presente.

Todos eles frequentavam o 6º volume das catequese de S. Miguel, S. Martinho, Linho e Várzea. Depois de um ano mais intenso no sentido de tomarem consciência do com-

promisso agora assumido por eles, realizou-se o retiro, no qual foram convidados a reflectir, mas também a conviverem e divertirem-se em conjunto.

O retiro, tal como a cerimónia do passado domingo dia 7 de Junho, realizou-se de uma forma simples mas sentida e muito vivida.

O dia 7 de Junho foi só o culminar de um período, pois a caminhada continua para o "resto da vida" como um deles dizia no retiro.




TAVERNA DOS TROVADORES

Restaurante/Bar/Garrafeira
Praça D. Fernando II
13 - Póvoa do
S. Pedro de Sintra
2770-483 SINTRA

Telefone/Fax 21 923 35 43
Telex: 21 923 35 43



botica da terra

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



Consultório Médico
Miguel Forjaz, Médico

Infecções Urinárias

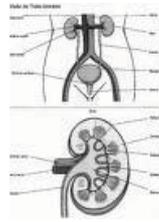
Estas infecções, geralmente, classificam-se em infecções das vias urinárias inferiores e superiores. As primeiras, referem-se às infecções da uretra e da bexiga. As segundas aos ureteres e rins.

Os micróbios que provocam este tipo de infecções entram nas vias urinárias por dois caminhos. O caminho mais frequente é através da extremidade inferior das vias urinárias, a uretra. Trata-se de uma infecção ascendente que se estende normalmente da uretra à bexiga. O outro caminho, muito menos frequente, e mais grave, dá-se através da corrente sanguínea, geralmente dirigida ao rim.

As infecções bacterianas das vias urinárias inferiores, portanto, da bexiga (cistite) e uretra (uretrite), são muito frequentes. E são muito mais incidentes nas mulheres do que nos homens, no grupo etário compreendido entre os 20 e os 50 anos. Mais precisamente, 50 vezes mais frequentes. Acima dos 60 anos, a frequência destas infecções é aproximadamente igual no sexo masculino e feminino. Antes dos 20 anos continua a ser mais frequente no sexo feminino. Se num jovem do sexo masculino, se verificar a ocorrência de infecções urinárias de repetição deverá pensar-se na hipótese de o doente ser portador de anomalias

congénitas anatómicas ou funcionais.

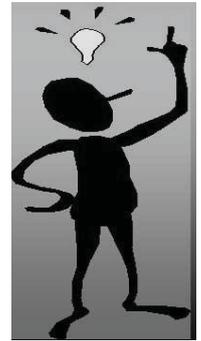
Outros microrganismos, para além das bactérias, podem ser responsáveis, embora com menor frequência, por estas infecções. Refirimo aos vírus e aos fungos. As bactérias causadoras mais frequentes são a *Escherichia coli* - o famoso Colli bacilo-, a *Klebsiella*, e o *Proteus*.



Os sintomas mais característicos são a dor e ardor na micção, dificuldade em urinar, por vezes com urgência. A urina pode surgir turva. Nalguns casos existe mal-estar, febre baixa ou dor abdominal baixa.

Para se obter o diagnóstico correcto deve sempre proceder-se à realização de uma análise à urina, antes de se tomar o antibiótico que se pensa ser o mais eficaz. Esta análise chama-se urocultura e deve ser acompanhada de um antibiograma, para se saber o grau de sensibilidade ou de resistência da bactéria a vários antibióticos.

Depois do tratamento que, normalmente, deverá



demorar nunca menos de oito dias, deverá proceder-se a nova urocultura para se confirmarem os resultados.

Por último, chamo a atenção para o facto de que uma infecção da bexiga pode não dar sintomas, podendo ser descoberta quando se efectua uma análise à urina por rotina ou, eventualmente, por outras razões.



Bem Dizer Melhor Escrever...
Carlinda Cerveira

Um exemplo de honradez

Num país com perto de nove séculos de independência a maior parte dos quais expandido por várias coordenadas geográficas, é deveras confrangedor o desconhecimento acerca da realidade dos antigos territórios do ultramar e de personagens deles naturais que de forma denodada e patriótica, defenderam os interesses de Portugal.

Podemos, nesta perspectiva, exaltar o comportamento do governador negro da Guiné _ Honório Pereira Barreto _ que no exercício das suas funções, em meados do século XIX, ao ser-lhe solicitada uma audiência por um

comandante de um cruzador inglês que se lhe apresentou trajado de chambre e de chapéu de palha, o recebeu em mangas de camisa e de chinelos, recusando-se a tratar do assunto motivo da audiência sem que o seu interlocutor se apresentasse fardado de oficial da marinha de guerra britânica, para que o governador o atendesse então, com as honras devidas na qualidade de autoridade portuguesa.

NOTA: Tal como a grande maioria das palavras que constituem a língua portuguesa, honrar provém do latim «honorare». Com o passar dos tempos o latim

foi sofrendo transformações dando origem a várias línguas como por exemplo o espanhol e o português. Deste modo, «honorar» acabou por dar honrar.

Prestando atenção a várias palavras em que surge o som forte de (r) - rico, palrar, melro, enriquecer, tenros, desregrar, desrespeito -, podemos concluir que o (r) soa forte no princípio das palavras e a seguir às consoantes: l, n, s. Nos restantes casos soa brando -Margarida, partir, carta, etc. Se queremos o som forte entre duas vogais temos que dobrar esta consoante (rr): carro, barrar, corrida, serrar...

XIV FESTIVAL DIOCESANO DA CANÇÃO CRISTÃ

Graça Camara Sousa

“Tu és chama que queima”



É este o título da canção com que os jovens de Sintra representaram a Vigararia VI neste festival que teve lugar no auditório dos Maristas de Carcavelos no passado dia 21 de Junho, e no qual participaram doze grupos da Diocese de Lisboa, (os vencedores dos festivais realizados nas respectivas vigararias).

Ana Lúcia Mendes, Ana Rita Brochado, Maria João B. Serra, Pedro Redol, Pedro Tomázio,

Pedro Valentim e Tiago Bueso, são os elementos do grupo que tão bem nos representou.

Foi uma emoção não só ouvi-los cantar, mas também

ver a alegria com que o fizeram.

Foi ainda maior a emoção e enorme o orgulho quando ouvimos anunciar: “E o vencedor da melhor letra deste festival, é... SINTRA”.

Para além do festival propriamente dito, foi muito bom ver tanta Juventude reunida, por saberem que é n'ELE que confiam e por Ele deram o seu melhor para participar neste encontro.

“Deus esteve ao lado deles...Ele foi a razão deles cantarem assim”!





Notícias N. Sra do Cabo

Helena Dinis

Torneio de Golfe



MAIS UMA MISSÃO CUMPRIDA" era o sentimento que transparecia nas faces de João Reis e Amadeu Costa, principais responsáveis pelo êxito da 2ª edição do TORNEIO DE GOLFE integrado nas festas em honra de NÓSSA SENHORA DO CABO ESPICHEL que teve lugar no passado domingo, dia 21 de Junho de 2009, com a valiosa colaboração do Pestana Beloura Golf, e cuja finalidade era a angariação de fundos para a respectiva Comissão das Festas.

Embora a coincidência de data com provas de outros Clubes tivesse "afastado" alguns potenciais participantes, o campo esteve esgotado com a participação de 36 pares – 72 jogadores – a quem foi proporcionado um excelente dia de confraternização golfista e permitiram à Organização atingir os objectivos a que se tinha proposto.

Excelente "dobradinha" para o par LUIS OLIVEIRA/JORGE FERNANDES que ganharam quer em NET quer em GROSS.

Nos lugares com direito a prémio classificaram-se ainda os pares ALFREDO AIRES/ANGELO FREITAS (2º), EDUARDO AIRES/LUIS INÁCIO (3º), PEDRO BRAGA/PEDRO



PINTO (4º) e JOÃO SANTOS/ARMANDO CONDE (5º).

Os Nearest-the-Pin (bola mais perto da bandeira) disputados nos buracos 3 e 14 tiveram como vencedores, respectivamente, JORGE SILVA e JOSÉ ANTÓNIO SILVA.

A finalizar o almoço de con-

fraternização teve lugar uma animada tómbola recheada de prémios, com a amável colaboração da NEVADA BOBS, PERNOD RICARD, PESTANA BELOURA GOLF, PENSÃO NOVA SINTRA, LOURELÓPTICA, OCULISTAMONTEIRO, FICACÉM e RISERPERSUR, entre outros.

A próxima reunião da Comissão de Festas realiza-se no próximo dia 10 de Julho, às 21:30H, em São Miguel.



Notícias dos Vicentinos

Eugénia Von Hafe

Venda de Verão

A Conferência de S. Vicente de Paulo vai realizar uma venda de Verão no dia 29 de Junho (2ª feira), no recinto da feira de S. Pedro. Esta venda de Verão reveste-se duma grande importância, para fazer face ao acréscimo de despesas que temos vindo a suportar.

A venda consiste em artigos manufacturados pelos benfeitores e "antiguidades" oferecidas à Conferência, que poderão ser adquiridos por um valor simbólico, geralmente bastante abaixo do seu valor comercial.

É sem dúvida uma oportunidade única para uma aquisição, que tem a grande virtude de juntar a satisfação pessoal de quem adquire à satisfação de estar a contribuir para ajudar pessoas necessitadas de bens essenciais.

Este será mais um modo de angariação de meios para além dos peditórios feitos nas Igrejas, distribuição da ajuda alimentar e distribuição de roupas.

O empenhamento de todos será uma ajuda para a Conferência poder responder



às mais diversas formas de carência com que se depara e para as quais não possui outra forma de apoio.

Contamos com a sua visita!

MAFEP
segurança contra incêndios

Casal João Félix, Abrunheira
2710 - 029 Sintra
Tel.: +351 219152251 geral@mafep.pt
Fax.: +351 219152253 www.mafep.pt

Arti Sintra
PORTUGAL

Armazenista de Material de Papelaria e Escritório, Lda.

Consumíveis de Informática
HP, EPSON, LEXMARK, CANON

Rua da Eira, 3 - Armazém 1, 2, 3 Telefone: 21 924 57 21 / 34 79
Lourel Fax: 21924 34 79
2710-360 Sintra Email: geral@arti-sintra.pt

Talho do Zé Maria

de: JOSÉ MARIA LUÍS BICHO

Carne 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

ADEGA DO FUNDÃO

OS MELHORES VINHOS DA COVA DA BEIRA
AGORA TAMBÉM EM SINTRA
DISTRIBUIDOR: Luis Leitão

Tel./Fax: 219 233 733
Telm: 917 255 226

75 ANOS JORNAL DE SINTRA
1934-2009 A Informar e a Participar no Concelho

CUPÃO DE ASSINATURA
ASSINE | PARTICIPE

NOME _____
MORADA _____
PAÍS _____
TELEFONE/TELEMÓVEL _____
E-MAIL _____
NOMES E DATAS DE ANIVERSÁRIOS A FIGURAR NO JS Sim Não

PREÇO/ FORMAS DE PAGAMENTO

25 números 7,55 50 números 15,10 80 números Estrangeiro - 20,00

No Jornal de Sintra Loja Cheque Multibanco (do próprio)

Multibanco - Seleccionar - Transferências - Transferências bancárias
NIB - 004553804020024310465
Importância a transferir: €

LOCAIS DE VENDA DO JS EM SINTRA: Loja do Jornal de Sintra (Av. Heliodoro Salgado); Papelaria Caju (Av. Heliodoro Salgado); Papelaria "O Cantinho" (Lourel); Mesa de Sintra (Câmara Pestana); Papelaria Juvenil (Portela de Sintra); Quiosque Ruivinho (Portela de Sintra); Xandra (Papelaria junto Pringo Doce); Quiosque Táxis (Estação de Sintra); Quiosque Sintra (Estação CP/Pizarra); Casa Universal (Vila de Sintra); Papelaria Vouga (S. Pedro de Sintra).

Av. Heliodoro Salgado, n.º 6 • 2710-572 SINTRA - Telef. 219106830 • Fax: 219106837
E-Mail Address: jornalsintra.loja@mail.telepac.pt



A nossa caminhada
Cristina Martinez (Néné)



Reflexão

Hoje estou farta e cansada de tudo e de todos! Há dias assim não há? Dias em que não apetece ver ninguém, estar com ninguém nem falar com ninguém. Quero ficar aqui, sozinha, deixar o tempo passar, não fazer nada. Nem me quero dar ao trabalho de pensar. Pensar cansa muito! Cansa a mente, que se baralha toda e se esforça por tentar querer encontrar uma lógica onde se calhar não há, tentar querer arranjar explicações para o que provavelmente não tem, tentar enganar a voz do coração que me aponta o caminho certo.

Hoje não quero sequer escolher a cara que vou fazer se me deparar com a Francisca. É uma chata! Passa a vida a queixar-se de tudo e de todos. Nunca nada está bem, nunca nada corre bem, a vida é muito difícil, as pessoas são muito egoístas, não a ouvem, não a compreendem, não a apapricam (penso eu). Será que ela não percebe que ela é que pode e deve fazer alguma coisa para que as coisas mudem? Já lho disse 100 vezes mas a atitude e a conversa é sempre a mesma. Porque tenho que continuar a ouvi-la? Já nem me apetece dizer nada por isso hesito muitas vezes entre pôr a cara nº 2 ou a nº 5 mas acabo sempre por escolher a nº 2. Parece que é mais fácil de aguentar durante mais tempo...

E o Miguel? É uma grande seca! Só fala dele, dos problemas dele, das aventuras dele, dos engates dele, do trabalho

dele, das coisas maravilhosas que ele faz... Tenho sempre que optar pela postura nº 6 para não ter que o confrontar mostrando-lhe a sua atitude egocentrista e egoísta. Sei que se sentiria atacado e entraria logo na defensiva. Ficaria chateado comigo e a conversa não resultaria em nada de produtivo.

Já com o Zé, que é altamente inseguro e passa a vida a pedir conselhos, vou respondendo com a minha frase nº 3 "tu é que sabes", após anos a fio ter tentado ajudá-lo em vão, pois acaba sempre por fazer o que lhe apetece, sem bons resultados à vista.

Da Rita, então nem se fala! O tema é sempre doenças. Há sempre alguém que ela conhece que está doente e, ao falar disso (o que dura aproximadamente 30 segundos) aproveita para se queixar das suas imensas enfermidades, dores e padecimentos que não lhe dão descanso. Com ela uso sempre a frase nº 1 "pois, pois" já que ela nem precisa de resposta nenhuma, apenas quer "despejar" as suas eternas lamentações.

Da D. Almerinda quero distância! Sempre tão preconceituosa com os seus "parece mal", "não cai nada bem", "não se pode admitir" e tantas outras expressões de reprovação e crítica à juventude "que já não é como no meu tempo", à comida que lhe servem no Centro de Dia "hoje em dia fazem tudo a despachar", à família que a visita uma vez por semana "ninguém me liga

nenhuma", ao Padre que a ouve em confissão todas as semanas "hoje não estava lá muito católico" e por aí afora, alvos para a maledicência é que não lhe faltam. Nem quero escutar quanto mais responder! Opto pelo silêncio e pela cara nº 8 que é aquela que levanta e baixa as sobancelhas.

Ainda há a Mariana, a eterna vítima a quem todos perseguem e querem mal, com a qual represento o papel de amiga compreensiva (que no fundo, reconheço, é mais fácil do que fazê-la ver que quem lhe faz mal é ela própria). A Filipa, que com a desculpa de estar sempre cansada se recusa a viver verdadeiramente a vida, talvez por medo, insegurança ou simplesmente por não se ter dado ainda conta do que está a perder evitando sempre os imprevistos, as surpresas e as alegrias ou até as tristezas que a vida lhe pode trazer. Neste caso, ao fim de muitos anos de tentativa de ajuda, há que saltar fora com a cara nº 1 (tristeza) porque ninguém consegue ajudar quem não quer ser ajudado.

E quando penso em todas estas "personagens" reparo que em mim há um bocadinho de todas! No fim de contas **TAMBÉM EU** sou uma personagem...

É por isso que hoje não quero pensar em nada. Não quero ser perturbada. Quero só ficar aqui, sentada, a comer o meu pãozinho com marmelada.



Poesia
Guilherme Duarte

Tributo a António Monginho

POETA!
Não te vou dizer adeus,
Porque os poetas são imortais.
Não morrem nunca!

A sua poesia
Fá-los-á viver
Para sempre.

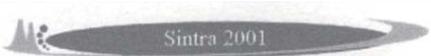
A tua voz não se calou
Amigo poeta.
Continuar a fazer-se ouvir
Em cada verso dos teus poemas.
Soará,
Ora, meiga e doce,
A cantar os afectos que coloriram
A tua vida,
Ora, poderosa e denunciadora,
A defender as causas que abraçaste:
O Amor,
A Justiça,
A Solidariedade,
O **HOMEM**.

Os poetas não morrem,
nunca,
É verdade.
Apenas se ausentam.
O amigo?
Ah! Esse, partiu.
Deixou-nos.
Foi-se embora.

Dele resta a memória.
E a saudade.

ADEUS, AMIGO!




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)
Tel. +351 219105115 Fax +351 219105114
www.sintra2001.pt info@sintra2001.pt


PANISINTRA
PÃO E BOLOS NO SABOR DA TRADIÇÃO

PANISINTRA PADARIAS REUNIDAS DE SINTRA SA.
SEDE: AV. D. FRANCISCO D' ALMEIDA, 12 2710-561 SINTRA
TEL: 21 925 33 00 FAX: 21 925 02 92 panisinttra@clix.pt

Explicações Particulares
1º, 2º e 3º Ciclos
Tlm: 96 376 15 39



31 de Maio - DIA da UPS

Guilherme Duarte

Vindos dos pontos mais longínquos da nossa Unidade Pastoral, desde Manique ao Ral, da Abrunheira a Galamares, a comunidade católica de Sintra rumou uma vez mais ao pavilhão de Nafarros, para se reunir, celebrar e viver o dia da UPS, numa jornada de Fé e convívio que ganhou já estatuto de tradição. Foi, como nos anos anteriores, uma festa bonita. À Eucaristia,



sobre nós, com suavidade, pelo Espírito Santo, nos ia aquecendo a alma. Num pavilhão, praticamente repleto de fiéis, as fitas coloridas dançaram no ar ao ritmo dos cânticos. Era a nossa UPS em festa, uma vez mais. A Festa da Fé.

Aconteceu em Nafarros no último dia do mês de Maio, o mês de Maria, com a presença do Espírito Santo, em dia de Pentecostes.

Foi lindo!



presidida pelo Sr. Bispo, D. Carlos Azevedo e participada por largas centenas de pessoas, seguiu-se um almoço convívio bastante animado. Depois de alimentar o espírito chegou a hora de aconchegar o estômago e conhecermos melhor.

O calor intenso que se fazia sentir abrasava os corpos, enquanto, por outro lado, um outro calor, soprado



SANTOS POPULARES

Miguel Ricardo

O recinto da Igreja de S. Miguel em Sintra, durante os dias 11,12,13,19 e 20 de Junho, foi cenário dos tradicionais festejos da Unidade Pastoral de Sintra (UPS), onde a alegria e boa disposição se impuseram, sendo cada noite vivida num ambiente bastante familiar e amigável.

No arraial havia sardinhas, bifanas, caldo verde, doces entre outras iguarias; bem como artesanato, barraquinhas e momentos de animação, que estiveram a cargo de vários coros de colectividades do nosso concelho, de vários

Arraial 2009 na Unidade Pastoral de Sintra



grupos das paróquias e ainda da escola de Ballet e Hip-Hop.

A participação nesta actividade organizada pela Comissão das Festas de Nossa Senhora do Cabo Espichel, permitiu angariar fundos para as festas de 2010/2011 na paróquia de S. Maria e S. Miguel. **A colaboração de toda a UPS é imprescindível.**

Louvo o empenho de todos aqueles que trabalharam e contribuíram, dentro das suas possibilidades, para que os festejos dos Santos Populares se realizassem bem como, a comissão pelo magnífico trabalho que tem efectuado.

Um bem-haja a todos.





Penha Longa - N. Sra da Saúde

Mafalda Pedro

No dia 1 de Junho celebrou-se a festa de Nossa Senhora da Saúde na Penha Longa, exactamente 50 dias após o Domingo de Páscoa.

Como é tradição a festa dividiu-se em três partes: Eucaristia na belíssima Igreja da Penha Longa às 12 horas, arraial com o imprescindível piquenique durante a tarde e por fim a Procissão das Velas às 20 horas que saiu da Igreja e percorreu parte da quinta terminando no local onde teve início.

Mais uma vez foram muitas as pessoas que ali se deslocaram para participar nestes festejos centenários.

“Diz a lenda que no ano em que a Peste assolou o país, um grupo de habitantes locais procuraram refúgio no Convento da Penha Longa para pedir à Virgem que os salvasse da doença. As preces foram atendidas, uma vez



que nem os monges nem os fiéis locais foram vítimas deste mal. Desde esse dia que se celebra com fervor este acontecimento, onde tem lugar uma procissão e missa em honra de Nossa Senhora da Saúde, no 50.º dia a seguir ao Domingo de Páscoa.”

(Jornal O Correio Digital)



Abrunheira - Festa de Sto António

Pedro Martins

Nos últimos anos, a comissão para a construção da Igreja de Santo António, realiza em Junho as festas, em honra de Santo António, com o intuito de angariar fundos para a construção da futura igreja. No entanto, este ano não foi possível realizar as festas anuais, por não estarem reunidas as condições mínimas exigidas por lei.

Apesar desta contrariedade, e com a aprovação do projecto de construção, no passado mês de Abril, foi decidido realizar um almoço de convívio e uma missa campal seguida de procissão.

Foi assim que no dia 14 de Junho, foi dia de festa na comunidade da Abrunheira, com a realização de uma missa campal, seguida de procissão pelas ruas. Foi com grande alegria que foi acolhida a imagem de Nossa Senhora de Fátima e de Santo António, no terreno da futura igreja, tendo havido uma grande participação da população e da comunidade da Unidade Pastoral de Sintra.





Foto Comentário

Guilherme Duarte

Para quando a reposição do chafariz da Estefânia?

Deve haver ainda alguém em Sintra que se recorde de um certo chafariz que durante muitas e muitas décadas existiu no centro do Bairro da Estefânia, e que, embora tenha mudado de local várias vezes nunca ninguém ousou retirá-lo. Pois foi esse mesmo chafariz, que uma certa noite, imagine-se, FOI ROUBADO. Não, não é brincadeira, ROUBARAM MESMO O CHAFARIZ DA ESTEFÂNIA, já lá vai mais de um ano.

Na altura o insólito furto deixou chocados os sintrenses que se interessam pela sua terra e a defendem intransigentemente, e todos nos perguntámos: como foi possível

roubar um chafariz mesmo no coração de Sintra? Ao que julgo saber não existe ainda uma resposta para esta pergunta, nem sei sequer se este roubo ainda está a ser investigado. A verdade é que o clima de impunidade e facilitismo que se vive actualmente neste país incentiva a que este tipo de acções se torne cada vez mais frequente e cada vez mais atrevido.

Já passou mais de um ano desde esta insólita ocorrência e sobre ela parece ter caído um manto de silêncio. Ficamos com a ideia de que os responsáveis autárquicos terão pensado desta forma: Roubaram? Está roubado,

ponto final e não se fala mais disso.

Infelizmente não há notícia de que alguém tenha, até agora, questionado publicamente o que pretende a Câmara fazer para o substituir. Questiono eu. Senhores vereadores está nas vossas intenções mandar colocar ali um novo chafariz? Se sim, quando será? Não irá demorar tantos anos como demorou a reposição da Cruz Alta, pois não?

É que tratando-se de Sintra, nunca se sabe.



Viagens Pelo Meu País

Jorge Carvallho

Lyon

Este mês continuo a descrever a nossa viagem de Sintra até Versalhes. Nos meses anteriores escrevi sobre duas das paragens que fizemos até ao nosso destino. Segóvia, em Espanha e Rocamadour, já em França. Depois de mais 440 km feitos desde Rocamadour chegávamos a Lyon. O motivo da visita a esta cidade foi um encontro com uns amigos que

lá moram. Situada a sudeste de Paris, é considerada a segunda maior cidade de França. Embora grande, Lyon é uma cidade muito simpática assim como os seus habitantes. Depois de instalados e a conversa posta em dia adormecemos, cansados da viagem e com o bichinho de acordar cedo para começarmos a passear. Depois do pequeno-almoço

saímos de casa e tomámos café num dos muitos cafés existentes na zona (junto ao rio). Café tomado, partimos à descoberta da cidade. Lyon é constituída por duas partes: a alta e a baixa. A parte baixa é junto aos dois rios, o Ródano e o Saône que se junta ao primeiro precisamente em Lyon. Esta parte da cidade é mais comercial e residencial, com várias lojas e empresas, embora tudo isto em prédios históricos. A parte alta da cidade é onde podemos encontrar os pequenos bairros típicos entre os quais o bairro medieval. Subindo até ao cimo da colina até à romanesca catedral de S. Jean temos uma vista magnífica sobre Lyon. Passeando mais um pouco por entre ruas e vielas voltámos a casa dos nossos amigos pois já era hora de jantar. Próxima paragem... Versalhes...





**COZINHA
TRADICIONAL
PORTUGUESA**

Restaurante - Cervejaria - Churrasqueira

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



Para os mais pequenos
Leonor Wemans

Uma História de Couves

Era uma vez um pintainho. Chamava-se Pinto Couve e tinha esse nome porque só comia couves. Tirando isso, era um pinto perfeitamente normal. Só a Mãe é que achava que ele era o esquisito da família e andava sempre preocupada com a sua alimentação. Senão vejam bem:

Ao pequeno-almoço comia uma taça de couve cortada aos quadrinhos, ao almoço, uma sopa de couve, ao lanche devorava uma sanduíche de couve, ao jantar era puré de couve, e à ceia bebia um chá de couve! E no dia dos seus anos, em vez de um bolo, até teve uma couve com velas!

É claro que o Pinto Couve se achava muito original e andava feliz da vida com a sua dieta. Mas um dia aconteceu uma coisa terrível. Quando acordou, o Pinto Couve estava completamente VERDE!

- Ups! – fez o pinto quando se viu ao espelho. E foi até à cozinha, onde já estava o resto da família a tomar o pequeno-almoço.

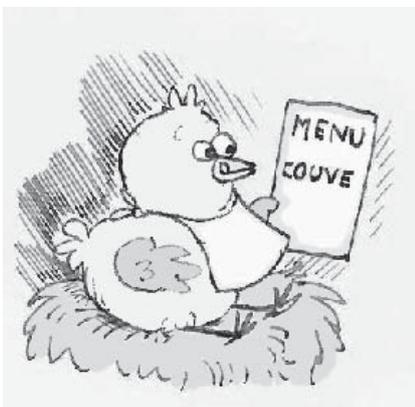
- Bom dia! Eu não sei muito bem o que é que se passou, mas não se assustem... - infelizmente o Pinto Couve não pode acabar a frase porque o Pai ao vê-lo assim, desmaiou, e os irmãos fugiram aos berros e foram-se trancar nos quartos. Apenas a Mãe, que era uma galinha de armas, se aguentou com o choque. Pegou no Pinto Couve por uma asa e levou-o direitinho ao médico. O doutor observou atentamente o pintainho e disse com ar grave:

- Hummm...Para o teu caso só há uma solução. A partir de hoje só podes comer coisas amarelas!

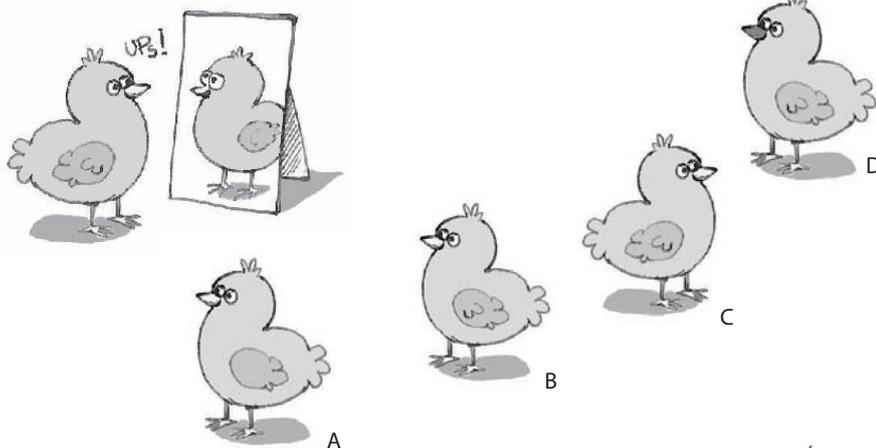
- Oh, não! – gemeu o Pinto Couve.

- Oh, sim! – exclamou a Mãe Galinha.

O pobre do pinto ficou amuado durante uma semana inteira. Mas mesmo quando se é um Pinto Couve, não se consegue estar triste durante muito tempo. Assim, ele foi descobrindo que as comidas amarelas não eram más de todo, até que provou uma que lhe agradou especialmente. E a partir desse dia passou a ser conhecido por Pinto Batata-Frita...

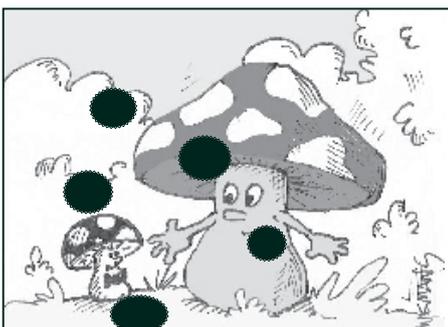


Descobre qual é o verdadeiro reflexo do Pinto Couve!



Soluções

Soluções do número anterior



5	7	3	6	4	8	1	9	2
8	4	9	2	1	3	7	5	6
2	6	1	9	7	5	8	3	4
7	9	5	1	3	4	2	6	8
1	3	6	8	2	7	5	4	9
4	2	8	5	6	9	3	7	1
6	1	4	3	5	2	9	8	7
9	5	7	4	8	1	6	2	3
3	8	2	7	9	6	4	1	5

Anedotas:

Um jovem candidata-se a um emprego. Entra no gabinete do director, que olha para ele com ar espantado.

- Eu já li o seu currículo e, pelo que li, o senhor já foi cozinheiro, homem-rã, pintor, fotógrafo, padeiro, professor, matemático, informático, fareleiro, guarda-nocturno, guarda-redes, secretário, motorista e estafeta de pizzas.

É verdade tudo isto?

- Não, mas o vosso anúncio pedia alguém com muita imaginação.

O avião começa a levantar voo.

A hospedeira distribui pastilhas elásticas por todos os passageiros, pois mastigar pastilhas evita o zumbido nos ouvidos no momento da descolagem.

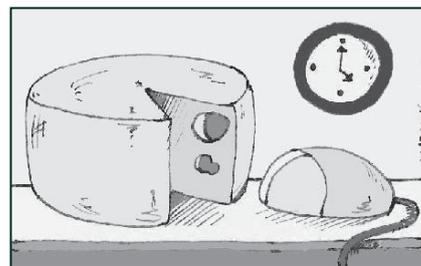
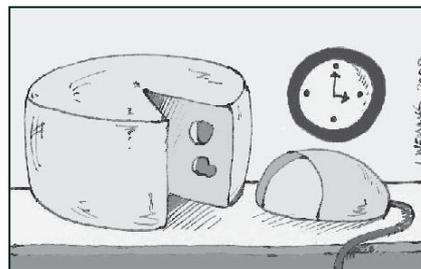
Pouco depois, uma mulher diz à hospedeira:

- As pastilhas que me deu, foram muito eficazes! Não senti nenhum zumbido nos ouvidos durante a descolagem!

- Obrigada – diz a hospedeira.

- E agora como é que eu faço para tirar as pastilhas das orelhas?...

Descobre as 5 diferenças



Sudoku - puzzle

N.º24 -Julho:

6	7	5	4					2
	1				3	6	4	
3					9		7	
			6	5				3
	4	1	3	8	9	6		
8			1	7				
	5		9					8
	8	9	7				3	
4					6	5	2	9



ANO PAULINO

P. Abílio Lucas

(continua na pág. 13)

VI – “TESTAMENTO”
ESPIRITUAL de S. PAULO

Nas vésperas do encerramento do ano paulino, congratulo-me pelo facto da Conferência Episcopal Portuguesa nos ter proporcionado esta caminhada ao lado do Apóstolo, de podermos ter falado com ele, mergulhar na sua espiritualidade, fazer-lhe perguntas, em suma conhecê-lo melhor. São Paulo é daquelas figuras que quanto mais conhecemos mais desejamos conhecer. Uma espécie de amor ardente, que inflama, uma chama que persiste sem se extinguir.

Mas se por um lado foi bom viajar na sua companhia, por outro, resta-nos a sensação que não foi o fim duma viagem. Chegar a esta estação, não significa o fim da

viagem, não quer dizer que tenhamos atingido a meta. Pelo contrário, cada um de nós deve assumir que se trata apenas dum exercício preparatório para uma corrida de maior profundidade.

Em linguagem gastronómica, diríamos que foi apenas e de modo muito sucinto, um aperitivo. Criar um lastro para a comida forte que agora podemos começar a saborear, que é penetrar a fundo em cada um dos seus textos.

Foi por isso que hoje optei, ao jeito de encerramento, deixar-vos uma espécie de “testamento” espiritual, centrado em frases dos seus escritos que apresentarei por ordem cronológica, de acordo com a indicação que o Senhor Dom Anacleto de Oliveira, Bispo auxiliar do Patriarcado de Lisboa, torna patente

naquele que foi o nosso instrumento de trabalho ao longo deste ano.

1. A 1Ts é apresentada em 3 catequeses (6, 49, 52): (1Ts 1, 6) – «Vós fizestes-vos imitadores nossos e do Senhor, acolhendo a Palavra em plena tribulação, com a alegria do Espírito Santo.»

2. A 1Cor é usada em 12 catequeses (4, 12, 22, 23, 27, 28, 30, 34, 35, 42, 44, 51): (1Cor 9, 15s) – «Ninguém me poderá privar deste título de glória. Porque, se eu anuncio o Evangelho, não é para mim motivo de glória, é antes uma obrigação que me foi imposta: ai de mim, se eu não evangelizar!»

(1Cor 6, 15.19) – «Não sabeis que os vossos corpos são membros de Cristo? Iria eu, então, tomar os membros de Cristo para fazer deles membros de uma prostituta?

Por certo que não! ... Não sabeis que o vosso corpo é o templo do Espírito Santo, que habita em vós, porque o recebestes de Deus, e que vós já não vos pertenceis?»

3. Da 2Cor referida em 6 catequeses (5, 10, 11, 16, 36, 50):

(2Cor 12, 9b-10) – «De bom grado, portanto, prefiro gloriar-me nas minhas fraquezas, para que habite em mim a força de Cristo. Por isso me comprazo nas fraquezas, nas afrontas, nas necessidades, nas perseguições e nas angústias, por Cristo. Pois quando sou fraco, então é que

sou forte.»

(2Cor 9, 6s) – «Ficai sabendo: Quem pouco semeia, também pouco colherá; mas quem semeia com generosidade, com generosidade também colherá. Cada um dê como dispôs em seu coração, sem tristeza nem constrangimento, pois Deus ama quem dá com alegria.»

4. De Filipenses deram-nos 5 catequeses (2, 14, 39, 67, e a última, sem número): (Fl 2, 3ss) – «Nada façais por ambição, nem por vaidade; mas, com humildade, considerai os outros superiores

Intenções do Papa
para Julho

A fim de que os cristãos no Oriente Médio possam viver sua fé em plena liberdade e ser instrumento de reconciliação e de paz.

A fim de que a Igreja seja germe e núcleo de uma humanidade reconciliada e reunificada na única família de Deus, graças ao testemunho de todos os fiéis em cada país do mundo.



Farmácia Marrazes

Propriedade e Direcção Médica de
Dra. Célia Maria Simões Casinhas

Largo Afonso de Albuquerque, nº 24 - Estofaria
2710-519 SINTRA

Telef.: 21 923 00 58
Fax: 21 910 50 45



TECAN Soc. de Utilidades Domésticas, Lda.

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

Telef.: 21 923 11 31

Calendário Litúrgico em Julho - Ano B

Dia 5 - DOMINGO XIV DO
TEMPO COMUM

LEITURA I Ez 2, 2 - 5
«São uma casa de rebeldes,
mas saberão que há um profeta
no meio deles»

Salmo 122, 1-2a.2bcd.3-4
(R. 2cd)
"Os nossos olhos estão pos-
tos no Senhor".

LEITURA II 2 Cor 12,
7-10
«Gloriar-me-ei nas minhas
fraquezas, para que habite
em mim o poder de Cristo»

EVANG. Mc 6, 1-6
«Um profeta só é desprezado
na sua terra»

Dia 12 - DOMINGO XV DO
TEMPO COMUM

LEITURA I Am 7, 12-15
«Vai, profeta, ao meu povo»

Salmo 84 (85), 9ab-
10.11-12.13-14 (R. 8)

«Mostrai-nos, Senhor, o vosso
amor
e dai-nos a vossa salvação».

LEITURA II Ef 1, 3-14
«Ele nos escolheu, em
Cristo, antes da criação do
mundo»

EVANGELHO Mc 6, 7-13
«Começou a enviá-los»

Dia 19 - DOMINGO XVI
DO TEMPO COMUM

LEITURA I Jer 23, 1-6
«Reunirei o resto das minhas
ovelhas
e dar-lhes-ei pastores»

Salmo 22 (23), 1-3a.3b-
4.5.6 (R. 1)

«O Senhor é meu pastor:
nada me faltará».

LEITURA II Ef 2, 13-18
«Ele é a nossa paz, que fez
de uns e outros um só povo»

EVANGELHO Mc 6, 30-
34
«Eram como ovelhas sem
pastor»

Dia 26 - DOMINGO XVII
DO TEMPO COMUM

LEITURA I 2 Reis 4, 42-
44
«Comerão e ainda há-de
sobrar»

Salmo 144 (145), 10-
11.15-16.17-18 (R. cf. 16)

«Abris, Senhor, as vossas
mãos
e saciais a nossa fome».

LEITURA II Ef 4, 1-6
«Um só Corpo, um só Sen-
hor, uma só fé, um só Bap-
tismo»

EVANGELHO Jo 6, 1-15
«Distribuiu-os e comeram
quanto quiseram»

TEMPO
COMUM

Durante este tempo aprofunda-se e assimila-se o mistério de Cristo que se insere na vida do povo de Deus para torná-la plenamente pascal;



ANO PAULINO

P. Abílio Lucas

(continuação da pág. 12)

a vós próprios, não tendo cada um em mira os próprios interesses, mas todos e cada um exactamente os interesses dos outros. Tende entre vós os mesmos sentimentos, que estão em Cristo Jesus».

(Fl 4, 4s) – «Alegrai-vos sempre no Senhor! De novo o digo: alegrai-vos! Que a vossa bondade seja conhecida por todos. O Senhor está próximo.»

(Fl 1, 20b-21) – «Cristo será engrandecido no meu corpo, quer pela vida quer pela morte. É que, para mim, viver é Cristo e morrer, um lucro.»

5. A carta aos Gálatas é-nos apresentada em 4 catequese (3, 8, 9, 40):

(Gl 2, 19s) – «É que eu pela Lei morri para a Lei, a fim de viver para Deus. Estou

crucificado com Cristo. Já não sou eu que vivo, mas é Cristo que vive em mim. E a vida que agora tenho na carne, vivo-a na fé do Filho de Deus que me amou e a si mesmo se entregou por mim.»

6. Da carta aos Romanos, temos 10 catequese (7, 15, 17, 18, 19, 20, 37, 38, 45, 48):

(Rm 7, 15.24):- «Assim, o que realizo, não o entendo; pois não é o que quero que pratico, mas o que eu odeio é que faço. ... Que homem miserável sou eu! Quem me há-de libertar deste corpo que pertence à morte?»

(Rm 5, 5) – «Ora a esperança não engana, porque o amor de Deus foi derramado nos nossos corações pelo Espírito Santo

que nos foi dado.»

7. Da segunda carta aos tessalonicenses foi-nos dada uma catequese (41):

2Ts 3, 13) – «Da vossa parte, irmãos, não vos conseis de fazer o bem.»

8. Sobre Colossenses, temos duas catequese (26, 29):

(Col 3, 14-16) – «E, acima de tudo isto, revesti-vos do amor, que é o laço da perfeição. Reine nos vossos corações a paz de Cristo. ... A palavra de Cristo habite em vós com toda a sua riqueza...»

9. De Efésios temos quatro catequese (21, 25, 31, 33):

(Ef 5, 8s) – «É que outrora éreis trevas, mas agora sois luz, no Senhor. Procedei como filhos da luz – pois o fruto da luz está em toda a espécie de

bondade, justiça e verdade -»

(Ef 1, 3) – «Bendito seja o Deus, Pai de Nosso Senhor Jesus Cristo, que no alto do Céu nos abençoou com toda a espécie de bênçãos espirituais em Cristo.»

10. Ao seu amigo Timóteo, Paulo dirigiu três cartas (catequese 46, 24, 32):

(2Tim 1, 8) – «Portanto, não te envergonhes de dar testemunho de Nosso Senhor, nem de mim, seu prisioneiro, mas compartilha o meu sofrimento pelo Evangelho, apoiado na força de Deus.»

11. Não sendo reconhecida como texto de Paulo, temos ainda uma catequese baseada na carta a Tito (43):

(Tt 2, 1.6-8) – «Tu, porém,

ensina o que é conforme à sã doutrina. ... Exorta igualmente os jovens a serem moderados, apresentando-te em tudo a ti próprio como exemplo de boas obras, de integridade na doutrina, de dignidade, de palavra sã e irrepreensível, para que os adversários fiquem confundidos, por não terem nada de mal a dizer de nós.»

Resta-me desejar a todos umas ótimas férias na companhia daquele que todos consideram ser, depois do Filho do Homem, aquele que melhor soube ler e ensinar a vontade de Deus manifestada em seu Filho, Palavra encarnada, Paulo, o Apóstolo ad gentes.

SERVIÇO LITÚRGICO

DE 29 DE JUNHO A 31 DE JULHO



Dia 29 - Segunda-feira // S. PEDRO E S. PAULO
11:00 - Missa no Largo de S. Pedro

Dia 30 - Terça-feira
17:00 - Atendimento/Confissões em S. Martinho
19:00 - Missa em S. Martinho
21:00 - Missa em S. Miguel
Encerramento da Catequese de Adultos

Dia 1 - Quarta-feira
17:30 - Missa em Monte - Santos
19:00 - Missa em S. Miguel
21:30 - Secretariado da Catequese em S. Miguel

Dia 2 - Quinta-feira
09:00 - Missa em S. Pedro e Exposição do Santíssimo
17:00 - Atendimento/Confissões em S. Miguel

Dia 3 - Sexta-feira
09:00 - Missa em S. Miguel e Exposição do Santíssimo
17:00 - Atendimento/Confissões em S. Pedro
19:00 - Missa em S. Pedro
21:30 - Secretariado do Conselho Pastoral em S. Miguel

Dia 4 - Sábado
17:00 - Missa em Galamares
17:00 - Celebração da Palavra em Manique
19:00 - Missa em S. Miguel
19:00 - Celebração da Palavra em Janas

Dia 5 - Domingo XIV do Tempo Comum
09:00 - Missa na Várzea
09:30 - Missa em Lourel
10:00 - Missa em S. Pedro
11:00 - Missa em S. Miguel
(transmitida pela Rádio Renascença)
12:00 - Missa no Linho
19:00 - Missa em S. Martinho

Dia 7 - Terça-feira
17:00 - Atendimento/Confissões em S. Martinho
18:00 - Exposição do Santíssimo em S. Martinho
19:00 - Missa em S. Martinho

Dia 8 - Quarta-feira
17:30 - Missa em Monte - Santos
19:00 - Missa em S. Miguel

Dia 9 - Quinta-feira
09:00 - Missa em S. Pedro e Atendimento/Confissões

Dia 10 - Sexta-feira
09:00 - Missa em S. Miguel e Atendimento/Confissões
15:00 - Missa no Lar ASAS TAP
17:00 - Atendimento/Confissões em S. Pedro
19:00 - Missa em S. Pedro

Dia 11 - Sábado
17:00 - Missa em Galamares e Manique
19:00 - Missa em S. Miguel e Janas

Dia 12 - Domingo XV do Tempo Comum
09:00 - Missa em Cabriz (Festa)
09:30 - Missa em Lourel
10:00 - Missa em S. Pedro
11:00 - Missa em S. Miguel
12:00 - Missa no Linho
19:00 - Missa em S. Martinho

Dia 14 - Terça-feira
17:00 - Atendimento/Confissões em S. Martinho
19:00 - Missa em S. Martinho

Dia 15 - Quarta-feira
17:30 - Missa em Monte - Santos
19:00 - Missa em S. Miguel

Dia 16 - Quinta-feira
09:00 - Missa em S. Pedro e Atendimento/Confissões

Dia 17 - Sexta-feira
09:00 - Missa em S. Miguel e Atendimento/Confissões
17:00 - Atendimento/Confissões em S. Pedro
19:00 - Missa em S. Pedro

Dia 18 - Sábado
17:00 - Missa em Galamares
17:00 - Celebração da Palavra em Manique
19:00 - Missa em S. Miguel e Janas

Dia 19 - Domingo XVI do Tempo Comum
09:00 - Missa em Várzea
09:30 - Celebração da Palavra em Lourel
10:00 - Missa em S. Pedro
11:00 - Missa em S. Miguel
12:00 - Missa no Linho
19:00 - Missa em S. Martinho

Dia 21 - Terça-feira
17:00 - Atendimento/Confissões em S. Martinho
19:00 - Missa em S. Martinho

Dia 22 - Quarta-feira
17:30 - Missa em Montez Santos
19:00 - Missa em S. Miguel

Dia 23 - Quinta-feira
09:00 - Missa em S. Pedro e Atendimento/Confissões

Dia 24 - Sexta-feira
09:00 - Missa em S. Miguel e Atendimento/Confissões
17:00 - Atendimento/Confissões em S. Pedro
19:00 - Missa em S. Pedro

Dia 25 - Sábado
17:00 - Missa em Galamares e Manique
19:00 - Missa em S. Miguel
(Despedida do Padre Abílio - Jantar Convívio)
19:00 - Celebração da Palavra em Janas

Dia 26 - Domingo XVII do Tempo Comum
09:00 - Celebração da Palavra em Várzea
09:30 - Missa em Lourel
10:00 - Missa em S. Pedro
11:00 - Missa em S. Miguel
12:00 - Missa no Linho
19:00 - Missa em S. Martinho

Dia 28 - Terça-feira
17:00 - Atendimento/Confissões em S. Martinho
19:00 - Missa em S. Martinho

Dia 29 - Quarta-feira
17:30 - Missa em Monte - Santos
19:00 - Missa em S. Miguel

Dia 30 - Quinta-feira
09:00 - Missa em S. Pedro e Atendimento/Confissões

Dia 31 - Sexta-feira
09:00 - Missa em S. Miguel e Atendimento/Confissões
17:00 - Atendimento/Confissões em S. Pedro
19:00 - Missa em S. Pedro

Notícias do Festival de Sintra

Texto e Fotografias – Paulo Escoto

“Chama-me Fado” (Adega de Colares)

Depois da digressão Ventos do Oriente, Ventos do Ocidente recheada de sucessos pelas grandes salas do nosso país, a Companhia de Dança Contemporânea de Sintra, apresenta outro espectáculo cheio de magia, de alma lusitana e muito ritmo, intitulado “Chama-me Fado”.

Neste espectáculo fala-se de Fado, daquilo que nos faz gente. Uma interpretação de música e corpo vestido de fado. Afinal o fado viaja pela cultura árabe, cultura africana e acima de tudo viaja pelo mar.

A música do espectáculo é executada ao vivo pelos “Maria Lua” com Lara Afonso na voz. A dança é coreografada e interpretada pela “Companhia de Dança Contemporânea de Sintra” dirigida por Lucília Baleixo.

Um espectáculo cheio de sentimentos e emoções que nos fazem perceber que também nós somos “FADO”.

(adaptado do texto de apoio da organização do festival)



Palavras para ler e sentir

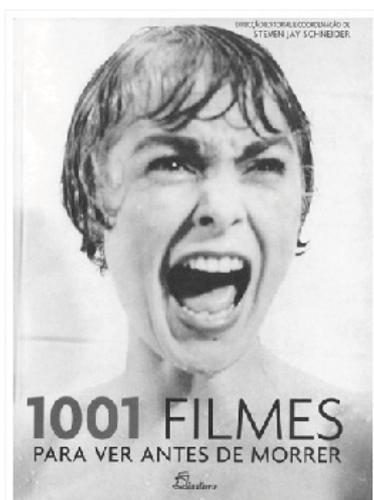
Maria Joao Bettencourt

Nunca gostei de regras, de listas, do “tens que”, mas agora que alguns anos passaram já por mim, trazendo muitas histórias, cores e emoções, percebo que existem realmente certas coisas na vida que não podemos deixar de fazer.

Para podermos dizer que não gostamos, que adoramos, que conhecemos. São aqueles momentos que nunca mais esquecemos, que passam a ser parte de nós. Que levamos connosco para onde quer que vamos. Que passamos à geração seguinte. Como uma história que se repete, sem princípio nem fim.

1001 Filmes Para Ver Antes de Morrer

Steven Jay Schneider



1001 Filmes escolhidos pelos melhores críticos de cinema. Desde o cinema mudo até aos dias de hoje. Desde o drama ao romance, do terror ao cómico, poderá encontrar aqui todos os filmes que não deve, ou melhor, não pode perder.

Para ver, nem que seja uma vez na vida.

“Um Passo e uma Ópera” (C.C.Olga Cadaval)

Escolas de Música e Dança do Conservatório Nacional e do Orfeão de Leiria – Conservatório de Arte

Um Passo e Uma Ópera é um projecto que reúne música e dança, apresentado por 4 escolas artísticas (Escola de Música do Conservatório Nacional (EMCN), Escola de Dança do Conservatório Nacional (EDCN), Escola de Dança do Orfeão de Leiria (EDOL) e Escola de Música do Orfeão de Leiria). É um espectáculo infanto-juvenil, que se divide em duas partes distintas:

“O Pequeno Alfiate”, um bailado baseado no conto homónimo dos Irmãos Grimm, uma história de aventura e de virtude que nos transporta para um mundo de fantasia, através da dança;

“Brundibar”, ópera infantil em que um homem mau, Brundibar, impede duas crianças, sem pai, de ajudar a mãe doente. Com a colaboração de um pardal, um gato e um cão, unem forças com as crianças da escola, conseguindo assim a ajuda necessária para salvar a mãe.

Uma partilha de experiências de alunos e professores para alunos e professores!

(adaptação do texto de apoio elaborado pela organização do festival)



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

PIRIQUITA

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

PIRIQUITA dois

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





Fa lando de Cinema

Guilherme Duarte

FILME EM DESTAQUE: "Os Coristas" (2004)

Realizador: Christophe Barratier

Intérpretes: Gérard Jugnot; François Berléand

Género: Drama

Idade: M/12 anos

Duração: 96m



Há filmes que nos fascinam e nunca iremos conseguir esquecer. São, como vulgarmente se diz, os filmes das nossas vidas, aqueles filmes que nós sentimos necessidade de rever vezes sem conta e que nos continuam a encantar como se fosse a primeira vez que os estivéssemos a ver. No último número do nosso jornal analisei um desses filmes; este mês vou falar de um outro, muito diferente, mas igualmente fascinante e bastante mais perturbador. Refiro-me a "OS CORISTAS" um trabalho magnífico do realizador francês, Christophe Barratier

Pierre Morhange e Pepinot, antigos colegas do "Fundo do Pântano", uma casa de correcção, onde ambos passaram alguns anos da sua infância e adolescência, reencontram-se 50 anos mais tarde em circunstâncias dolorosas para Morhange. Pepinot aproveitou a presença em França do amigo, que veio ao funeral da mãe, para lhe entregar em mão o diário de um antigo professor, Clément Mathieu, que teve uma influência decisiva no percurso de vida de ambos os alunos. A leitura desse diário leva os dois amigos a recuar meio século no tempo, e a recordar os tempos difíceis que viveram no reformatório.

"O Fundo do Pântano" era uma escola que tinha sido criada com a intenção de acolher e recuperar jovens problemáticos, mas que a insensibilidade de Rachin, o director da instituição, um ditador prepotente, cruel e desumano transformou numa

sinistra prisão que se regia por uma única regra, "Acção - Reacção" o que na prática equivalia a dizer, "Infracção - Castigo". Tolerância e recuperação eram palavras que não constavam no dicionário de Rachin. Um dia chega à escola, Mathieu, um velho professor de música desempregado, para desempenhar as funções de vigilante. Informado pelo seu antecessor no cargo, das dificuldades que iria enfrentar e ficando a conhecer os nomes dos alunos mais rebeldes, Matizo opta por tentar conquistá-los em vez de os punir, contrariando as ordens do director. A tarefa não se afigura fácil, mas uma noite, ao ouvir os alunos a cantar na camarata uma canção provocadora, em que ele era o visado, percebe que poderá estar ali a arma para conquistar os jovens: a música. Apesar da desconfiança e da

hostilidade de Rachin, Mathieu leva por diante o seu plano e aos poucos consegue ir ganhando a confiança dos alunos. Os resultados são surpreendentes.

Morhange, um diabo com cara de anjo, como o classificara o antecessor de Mathieu, era um miúdo difícil e rebelde mas tinha uma voz lindíssima. Rapidamente se tornou no solista do grupo coral de Mathieu, impressionando de tal forma o professor que este moveu algumas influências e conhecimentos que tinha, para conseguir que ele prestasse provas para ingressar numa academia da música em Lyon.

Pepinot, por seu lado, era um garoto triste e tímido que, sempre que podia, se colava ao portão de entrada da escola à espera que chegasse o sábado seguinte, na expectativa de ver aparecer os seus pais para o levarem dali, o que nunca aconteceu, porque ambos haviam morrido num bombardeamento durante a guerra. Rachin escondeu do garoto esta notícia e enganou-o dizendo-lhe que em breve, num sábado qualquer, os pais chegariam para o levar. Pepinot ansiava desesperadamente por esse dia.

Tudo estava a correr satisfatoriamente até que um dia Mathieu foi despedido pelo reitor, que também proibiu os alunos de se despedirem dele. Triste com o que pensou ser uma desconsideração dos seus alunos, o velho professor, desconsolado, abandona a instituição. À saída uma chuva de pequenos bilhetes de despedida vai caindo a seus pés, lançados de uma das janelas da escola. Afinal os seus cantores não se haviam esquecido dele.

Agora, 50 anos depois, os dois colegas de desventura estavam frente a frente a recordar as peripécias do seu passado no "Fundo do Pântano". Morhange acabara mesmo por ser admitido na academia de música de Lyon e era hoje um maestro conceituado. Quanto a Pepinot, fugira do colégio no mesmo dia em que Mathieu se fora embora. Correrá atrás dele e alcançara-o à entrada para o autocarro, suplicara-lhe que o levasse com ele, mas Mathieu, com o coração despedaçado, recusou. Perante a insistência do miúdo, o velho mestre acabou por aceder ao seu pedido e partiram ambos com a felicidade estampada no rosto. Era sábado, aquele sábado por que Pepinot tanto ansiara. Estava finalmente livre.

Hoje, ambos estavam bem na vida graças a um velho professor de música desempregado que um dia foi contratado para vigilante de uma casa de correcção.

Um homem bom!



Ficha Técnica

Jornal Cruz Alta

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

Publicação mensal da



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

Direcção:

Mafalda Pedro; José Pedro Salema;
Guilherme Duarte; P. Abílio Lucas;
Rui Antunes; P. António Ramires.

Jornalista:

Guilherme Duarte

Colaboração:

Ana Paula, Ana Cristina, Glória e Néné; Miguel Ricardo; Pedro Martins; Cristina Martinez; Rui e Diana; Diác. António Costa; Graça Camara de Sousa; Carlinda Cerveira; João Reis; P. António Ramires; Paulo Escoto; P. Abílio Lucas; Miguel Forjaz; Leonor Wemans; Maria João Bettencourt; Ana Silva; Jorge Carvalho.

Fotografia:

Arquivo Cruz Alta; Mafalda Pedro; Guilherme Duarte; Rui Antunes; António Luis Leitão; Paulo Escoto

Edição gráfica e paginação:

José Pedro Salema; José Pedro Rodrigues; Miguel Elias; Leonor Wemans; José Miguel Rodrigues;

Revisão de textos:

Graça Camara de Sousa

Área financeira:

Mafalda Pedro.

Distribuição e assinaturas:

João Valbordo; Manuel Sequeira; Manuela Alvelos; Guilherme Duarte;

Publicidade:

Graça e Álvaro Camara de Sousa
937 198 124
cruzalta-publicidade@paroquias-sintra.net

Impressão:

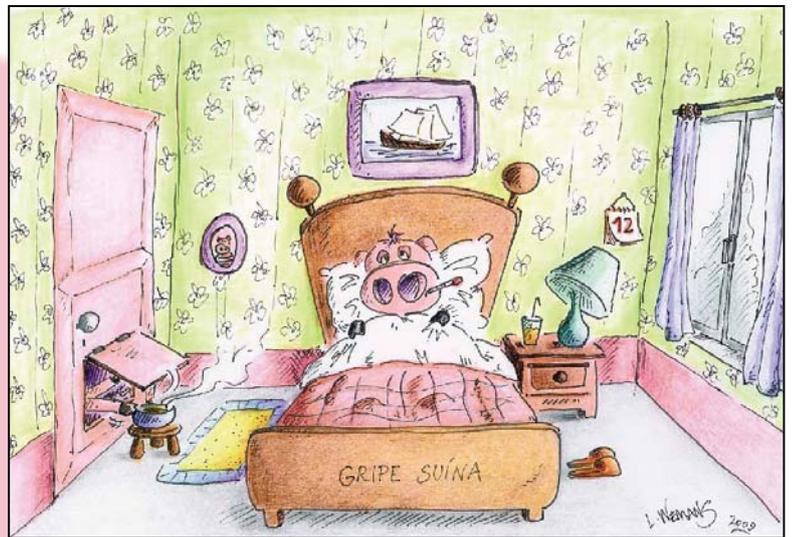
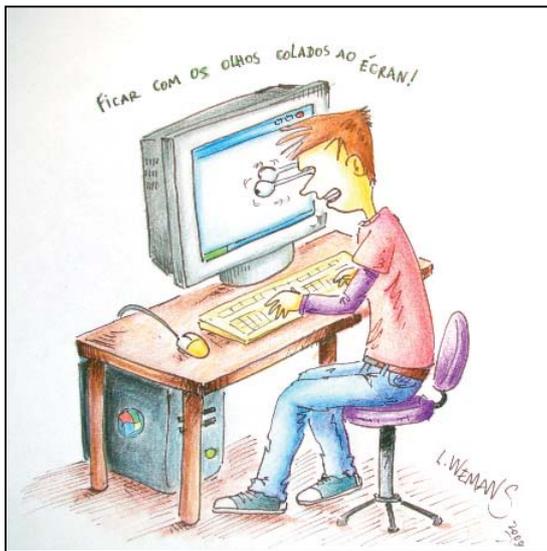
Empresa Gráfica Funchalense
:: MORELINA - PERO PINHEIRO ::

Tiragem deste número:
2000 exemplares



PEQUENAS HISTÓRIAS

Leonor Wemans



Pequenos Escritores

Matilde Duarte (10 anos)

O Sonhador

Era uma vez um rapaz com o cabelo curto, castanho, olhos castanhos, sobrancelhas grossas, magrinho, sorriso meigo, uma voz doce e um carácter aventureiro. Não nos podemos esquecer que também tinha um olhar sonhador.

Este rapaz foi um dia com o pai à biblioteca e reparou que havia um alçapão no chão. Como o pai estava embrenhado na leitura ele desceu pelo alçapão. Quando chegou lá abaixo a porta fechou-se. Tentou abri-la, mas mesmo usando um ferro não

conseguiu. Quando acendeu a luz viu uma donzela.

- Deves ser o príncipe que me vens salvar – disse ela.

- Sim, salvarei, mas não sou príncipe. Olha vou abrir o cadeado.

- Vamos, depressa.

- Não podemos sair, a porta está trancada.

- Eu sei. Isto era uma cilada.

- Depressa. Por aquele túnel. Os guardas vêm aí.

- Onde vai dar?

- Não sei. Anda, vamos.

- Brrrr! Que frio! Olha, é a

cidade do gelo. Vamos neste carro, a fingir que somos gelo.

- HUAUU! Está ali outro túnel. Vamos.

Entrando nesse túnel viram um fantasma.

A menina e o seu cabelo loiro comprido, os seus olhos redondos azuis, o seu sorriso doce e a sua voz meiga e fina, chamava-se Sarah.

- Já estou habituada a ver fantasmas – disse ela.

- Eu não. Isto é mesmo uma aventura.

Eles desceram pelo túnel,

depois pelo elevador de troncos e como ele se desfez quase caíram na lava, só que um escorrega apanhou-os. Depois entraram noutra túnel.

- Oh! Sarah! – chamou o rapaz ao ver que ela tinha desaparecido. Pegou na lâmpada, esfregou-a e saiu de lá um génio.

- Ui, que susto!

- Olá! Onde está a Sarah?

- Desapareceu. Por isso é que te chamei.

- Ok! Toma o tapete mágico. Ele leva-te até ela.

- Obrigado.



Depois de um grande voo finalmente chegara. As portas da jaula abriram-se e Sarah saiu.

- Contraste-me, meu herói. - Não tens para onde ir. Queres ficar comigo?

- Claro, meu amor.

Beijaram-se e viveram felizes para sempre.

A Saúde Num Só Lugar

especialidades médicas
análises clínicas
imagiologia

tudo por si

A Cintramédica é uma clínica de diagnóstico

que se preocupa, antes de mais nada, com o seu bem-estar.

Para isso coloca ao seu dispor, num único espaço, todos os serviços ao nível do diagnóstico clínico, como análises, exames radiológicos, electrocardiogramas, e uma "mão cheia" de especialidades médicas. Tudo pela sua Saúde!



21 910 00 80

faça a sua pré-marcação online:

cintramédica.pt

 cintramédica