



UNIDADE PASTORAL DE SINTRA

Distribuição Gratuita

Cruz Alta



Outubro
Novembro 2011

Edição nº 88 - Ano IX
Director: P. António Ramires

www.paroquias-sintra.net

Sintra despediu-se de Nossa Senhora do Cabo



Outubro - Mês das Missões

A missão é feita:

Com os pés dos
que partem...



Com os joelhos
dos que rezam...

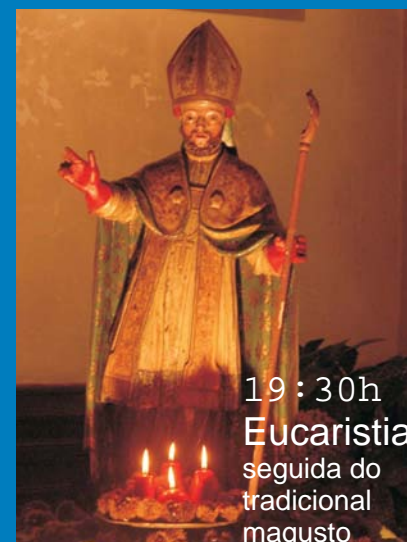
E as mãos dos
que ajudam...



Vamos Evangelizar
Através
do
NoSSo
Testemunho

"Só poderemos evangelizar se, a exemplo dos cristãos nos Atos dos Apóstolos, nos abirmos de maneira nova ao Espírito Santo: não haverá nova evangelização sem um novo Pentecostes!"
(Bento XVI ao CCEE)

S. Martinho 2011 - 11 Novembro



19:30h
Eucaristia,
seguida do
tradicional
magusto



Editorial

Zé Pedro Salema

Nós somos Igreja!

Faz todo o sentido dizer a este nosso mundo que existe pecado no nosso modo de viver, tal como fizeram os profetas. O pecado está no coração de cada homem e, portanto, também no meu coração. E o que Deus espera de mim, é que eu O deixe transformar o meu coração de pedra em coração de carne.

Desta forma, com a ajuda do Espírito Santo, poderei transmitir à minha volta, no mundo que me rodeia, a experiência do Cristo que habita em mim. E a Sua misericórdia, capaz de transformar a minha faceta de maldade, em bondade. Se eu tiver fé, e deixar que a graça de Deus me envolva, certamente que poderei contribuir para tornar este mundo um pouco mais santo. Só Deus pode tornar o Homem sensível ao pecado.

E conta comigo, com cada um de nós, para o ajudarmos nesta missão.

“Onde o pecado abunda, a graça super-abunda” – No nosso dia-a-dia, estamos constantemente a afastar-nos de Deus, pois achamo-nos auto-suficientes, e não lhe pedimos ajuda. Por isso caímos tantas vezes em pecado. E a relação que temos com Deus vai-se deteriorando. Tomamos consciência disso e sofremos!

Nestas alturas, se tivermos um pouco de fé, podemos sentir a grandeza da sua misericórdia e o amor que tem por nós. Inunda-nos da Sua graça e transborda o nosso coração de alegria. Esta alegria com que o amor infinito de Deus nos envolve, é contagiante e não podemos guardá-la ape-



nas para nós. Se eu tenho luz dentro de mim, Deus espera que eu ilumine também, que deixe a Sua luz passar através de mim.

Este novo Ano Pastoral está a começar e com ele, todos os movimentos da nossa comunidade estão a preparar com entusiasmo este novo ciclo.

"Ajuda-nos Senhor, a que todos nós, nas nossas Comunidades, possamos este ano, dar um bocadinho mais, e ajudarmos a construir e a edificar cada vez mais Igreja. A Igreja que queremos ser!"



Os Nossos Padres

P. António Ramires

A humildade e a pureza de Arectidão que Jesus nos ensinou marcam a sua postura como o grande Mestre de Israel, ao construir o novo Povo de Deus. Maria, Sua e nossa mãe soube viver em plenitude esta humildade e pureza de rectidão e foi esta uma das mensagens que Ela nos deixou neste ano que nos visitou sob a invocação de Nossa Senhora do Cabo Espichel.

Na escola de Maria, ao longo de um ano, pudemos aprender que a doutrina deve ser pura, centrada e não difusa e nem confusa. Por isso, "fazei tudo o que Ele vos mandar" ou "um só é o vosso mestre". A referência é sempre única: Deus encarnado, a sua pessoa e o Evangelho que é o livro que nos revela a sua vontade e o caminho que nos propõe a seguir. E todos nós somos irmãos, isto é, iguais e semelhantes, com direitos e deveres para todos. Esta unidade e pureza é que deve existir dentro do cristianismo. É aqui onde devemos mostrar e testemunhar a verdade trazida por Jesus de Na-

zaré a este mundo e que Maria nos ensina com a sua vida.

Ninguém se sinta dono da verdade, a verdade é só Deus. Esta verdade é a que procuramos neste mundo. A condição de ser discípulo, isto é, aprender a ouvir e a escutar ("Escuta, Israel...", Dt 6, 4), e deixar-se absorver pela mensagem do Divino Mestre como único modelo. Deus vê o seu povo na unidade e é por isso que Jesus insiste: "Todos vós sois irmãos", Mt 23, 8.

O nosso papel neste mundo é aprender, ouvir, e escutar, sobretudo, com os ouvidos do coração, deixar-nos modelar por este Mestre para que possamos ser seus fiéis imitadores. Se um só é o nosso Mestre, devemos ser os discípulos que atendem à voz e aos ensinamentos do seu Mestre, Jesus de Nazaré.

Que Maria, Senhora do Cabo Espichel, nos possa ter ensinado a ouvir as palavras e ensinamentos de Jesus, para que possamos nós viver a grandeza e profundidade da Sua verdade em espírito de unidade.



A Melhor Parte

Diácono António Costa

À procura de uma Espiritualidade

Aprendi com a Igreja a viver com todo o empenho, no dia-a-dia, a vida como ela acontece e, no acontecimento, sentir o amor de Deus a manifestar-se.

Foi essa a principal lição que colhi de Jesus no Tabor.

Quando tudo parece ruir à nossa volta e a angústia nos avassala, é natural e humano que gritemos: "se puderes, afasta de mim este cálice", mas é importante que consigamos acrescentar: FAÇA-SE A TUA VONTADE.

Não pretendo, de forma nenhuma inculcar que o sofrimento ocorra por vontade de Deus, desse Deus que veio para que tenhamos a sua alegria e a nossa alegria seja completa.

A "alegria" de Jesus no Tabor, é a certeza de que a vontade do Pai está a acontecer e se o sofrimento não pode ser evitado para que ela se realize, então a pena que sofremos valerá a pena e, não sendo vontade de Deus enquanto objecto, inscreve-se nessa vontade como instrumento ou meio.

Foi a esta luz que fixei o meu pensamento no incêndio generalizado que devorava as nossas matas e florestas.

Tanto que se disse, tanto alarido e desespero, indiscutivelmente fundamentados, a ponto de se procurar culpados e se acusar em todas as direcções!

Governo, madeireiros, incendiários, até as forças que combatiam as chamas (e alguns largaram férias) e mesmo os próprios proprietários; todos foram acusados

Reclamou-se depois, maldos e fundos, que nem um país rico pode assegurar.

O essencial, de tudo isto poderá, todavia resumir-se ao facto de que o fogo reduziu a cinza o património de milhares e a riqueza florestal de uma nação.

Durante anos viram a natureza, com generosidade, a fazer crescer bens com que esperavam aliviar o peso da sua velhice e, em poucas horas, as suas seguranças, a materialização do seu viver, foi consumido pelas chamas.

Que para alguns, a vida

era a sua casa, a sua mata, o seu bocado de terra, fica expresso num desabafo: ao fim de uma vida de trabalho, fiquei sem nada; já não vale a pena viver!

Outros, tanto valorizavam esses haveres mais que a vida, que, ao acorrer a eles, se ficaram pelo caminho, exaustos, sufocados, ou mesmo devorados também pelo implacável fogo que não obedece a leis senão as suas.

Neste ponto, é imperativo que continuemos dizendo: Louvado seja Deus, pelo que é e o que faz, sem que possamos inferir que esse louvor se deva pelos incêndios, eles mesmos, mas pelo que, a partir deles, aprendemos do real valor das coisas e das pessoas.

Ficou intacto e mais evidente, tudo o que é verdadeiramente fundamental: DEUS – A VIDA – OS OUTROS

Deus, que é Amor imperecível.

A Vida, dom maior, que nenhum TER equivale.

Os Outros que, pela vibração no íntimo de cada um

do sentir de Deus, se abrem rasgadamente à partilha, quase podendo sentir, a exemplo da passagem dos actos dos Apóstolos, que a nada chamaram seu e tudo puseram em comum.

Cheguei à conclusão de que não será nunca possível acumular uma riqueza tal que preencha, por si mesma, a vida com a alegria de a ter vivido, frente a este inferno generalizado do Norte ao Sul do País.

Fazei amigos com o vil dinheiro, disse o Mestre e, neste ímpeto de generosidade, fica evidente, que bem mais valiosa que a floresta que ardeu, é o coração do outro que, com o seu gesto de dar, gritou: não percas a esperança, estamos aqui a teu lado.

Esta calamidade pode bem servir para nos rendermos à evidência de como o Amor pode renovar a face da terra! Bastará, tão-somente, que sintamos o coração doer com a dor do outro e tudo fazer para sanar essa dor.

Um dia, cada um de nós vai olhar o que julgava seu e



sentir, afinal, que não é senhor de nada.

Esta natureza que tudo dá, se a não tratamos com o zelo e carinho que merece, depressa nos deixará de mãos vazias.

No tempo da minha avó, era roubo andar pelas matas a apanhar lenha... mas as matas estavam limpas. Hoje, que não precisamos de lenha, a natureza se encarrega de a queimar, ainda que, por vezes, com uma ajudinha do próprio homem!

Perante esta prodigalidade da natureza, que me dá o ar que respiro, a água que é suporte e sustento de tudo quanto vive, a luz e o calor que animam, outra reflexão me ocorre, ou, a mesma, noutro parâmetro, que vou explanar, com risco de me repetir em alguns pontos..



A vida na UPS

Tânia Alvadia da Silva

Início da Catequese em S. Miguel



*"Recolhe a âncora, faz-te ao mar
Rumo ao norte tu vais navegar,
Porque há alguém que acredita
Que tu tens força p'ra remar.*

*Não imaginas o poder,
Que te deixaram na palma da mão..."*



Chegou a hora.

Foi no último sábado, dia 1 de Outubro, que juntos, colhemos a âncora, nos lançámos ao mar e nos deixamos ser apanhados pela rede do Pai!

Este ano, juntos, vamos atravessar-nos a descobrir o poder que O Pai nos deixou na palma das mãos.

Somos convidados a, como Moisés, adentrarmos-nos. A avizinhamo-nos o mais possível, a colocarmo-nos dentro, como que a mergulhar no que está diante de nós! Adentremo-nos todos nós, com estes filhos da fé que são o nosso futuro tão rico.

Estiquemos as mãos, para tocar, para apertar, abraçar, ensinar, partilhar.

Vamos, enraizados em Cristo, colocar a mochila às costas e nela levar apenas isto: AMOR !

Um abraço, do arco-íris vivo de S.Miguel.



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**

MELHORES VEDAÇÕES UM INVESTIMENTO COM TODA A SEGURANÇA

VEDICERCA

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

PAINÉIS PLASTIFICADOS

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

Temos ainda outros tipos de redes e produtos afins. Projeto especial para agricultores

VEDAÇÕES • REDES • ARAMES • POSTES

**Voz do Silêncio - Santa Clara de Assis**

Irmãs Clarissas

Clara avança nos caminhos de Deus

A jovem Clara avançou em direcção ao altar com passo de rainha, deixando atónitos aqueles guerreiros.

- Rendo graças ao Autor de todas as Graças. Ele me escolheu, me chamou e me guardou para Si – disse parando em frente do altar.

Estava mais bela do que nunca. Uma felicidade imensa transbordava dos seus olhos muito brilhantes, enchendo a Igreja com o misterioso perfume, doce e suave, do amor casto.

- Posso alegrar-me – exclamou, dirigindo-se àqueles homens violentos – e ninguém pode usurpar-me esse direito porque já obtive o que mais ambicionava debaixo do céu. Encontrei Aquele que a minha alma ama e não O deixarei jamais.

Clara ajoelhou-se serenamente diante do altar. Com uma das mãos agarrou e beijou a toalha alvíssima que o cobria e a ela se deixou prender. Depois, num gesto cheio de solenidade e nobreza, ergueu a outra mão que lhe cobria a cabeça.

Os passos do tio Monaldo estavam subitamente presos ao chão. Estava pálido como o mármore e os lábios tremiam-lhe sob o efeito de uma violenta emoção. Estava ali, à sua frente e à vista de todos, a cabeça nobre, altiva e encantadora da sua sobrinha... com os cabelos cortados. Estava consagrada. Era facto consumado.

Um silêncio de morte abateu-se sobre todos aqueles guerreiros. Restava aos vencidos uma silenciosa retirada, a sombra confundida na luz...

Clara vencera a grande batalha familiar.

Agora é uma nova mulher. Iniciara uma caminhada ímpar rumo à altíssima pobreza do Evangelho Vivo... “Se queres ser perfeito, vai, vende o que



tens e dá-o aos pobres e terás um tesouro nos céus. Depois, vem e segue-Me.” – disse Jesus.

A voz do Amado ecoa-lhe



nas profundezas da alma e desafia-a, apontando o caminho radical do verdadeiro Amor... e da Santa Pobreza. A pobreza de Jesus será a pobreza de Clara..., a vida de Jesus será a vida de Clara!!!

.....

E Catarina?

Catarina era a sua irmã mais nova, e até ao momento nunca se tinham afastado uma da outra. Clara, como

irmã mais velha protegera-a, instruíra-a e acompanhara-a... com ela partilhara sonhos, conversas inocentes, momentos difíceis e doces alegrias...

Catarina fora desde sempre a irmã e a amiga inseparável de Clara. Terna e delicada, parecida com Clara, no rosto, na pureza, na piedade e na educação.

Clara queria-a para Jesus, para Jesus somente.

O coração lindo de sua irmã Catarina não podia pertencer a ninguém, a mais ninguém, senão só a Deus! Quanto desejava Clara tirá-la dos caminhos sombrios do mundo, roubá-la definitivamente ao seio da família e tê-la ali, mesmo a seu lado, para juntas caminharem pelas sendas gloriosas do Senhor!

Por isso Clara pedia, suplicava, rezava insistentemente a Deus que iluminasse o coração da irmã, que o cativasse, que o ferisse de amor e que o atraísse ao caminho da perfeição evangélica.

(Continua no próximo CRUZ ALTA)

SINTRA2001
Consultadoria e Projectos Engenharia Lda

Microgeração

Energia Fotovoltaica – Energia Eólica – Energia Solar Térmica
Acumuladores de Calor Siemens – Certificação Energética

www.sintra2001.pt - info@sintra2001.pt
Tlf: 21 910 5115 – Fax: 21 910 5114
Rua Camara Pestana, Edifício Sintra LJ 12 – 2710-546 Sintra
(Galeria Comercial, junto à Igreja de São Miguel)

Alvará ENCL. 60495

MAFEP
segurança contra incêndios

Estamos Presentes na sua segurança



Conte connosco para a segurança contra incêndios. Planeamos, fornecemos e efectuamos manutenção para qualquer situação.

Em casa ou no seu negócio,

consulte-nos.

www.mafep.pt



Consultório Médico

Miguel Forjaz, Médico

Infecções por fungos (micóticas) da pele

Os dermatófitos, fungos que infectam a pele, vivem só na camada mais externa da pele. São exemplo de infecções micóticas cutâneas, a Tinha, o pé de atleta (tinha dos pés), a Candidíase e a Pitiríase.

Estas infecções podem provocar apenas pequena irritação na pele, ou nem isso, ou, pelo contrário, podem apresentar inflamação, descamação ou até bolhas. As pessoas obesas são mais propensas a sofrer destas doenças porque possuem pregas cutâneas.

Destas infecções, escolhi a Pitiríase para incluir neste

artigo. Falarei das outras para a próxima.

A Pitiríase pode ser a Versicolor Alba e a Rósea. Esta é de causa desconhecida, não tendo sido identificado qualquer agente infeccioso.

A Pitiríase Versicolor, também conhecida por Tinea Versicolor ou "fungo da praia" é uma infecção superficial da pele. Difundida por todo o mundo, atinge cerca de 30% da população, especialmente jovens adultos que vivem em climas temperados / tropicais.

Caracterizada por uma pigmentação cutânea, que varia entre o branco e o castanho,

justificando assim o atributo "versicolor Alba", a Pitiríase é uma micose causada por um fungo, chamado Malassezia Furfur, agente este que faz parte da nossa flora normal da pele e que se aproveita e multiplica quando as nossas defesas imunológicas estão mais fracas, formando manchas de diferentes tamanhos e tonalidades.

Este fungo Malassezia Furfur, necessita de gorduras para realizar o seu metabolismo. Daí que, a distribuição desta doença se manifeste em locais anatómicos onde a sudorese, (suor), é elevada,

como por exemplo, o tronco, o pescoço, axilas e virilhas.

O diagnóstico baseia-se concretamente na observação e aspecto clínico. A cor da lesão na pele pode variar da hipopigmentação, (manchas mais claras), nas pessoas de pele escura ou mesmo hiperpigmentação, (manchas mais escuras), nas de pele mais clara.

Apesar de ser uma infecção ligeira e superficial, e não comprometer a qualidade, é inestética. O tratamento pode ser feito com medicamentos anti-fúngicos por via oral ou local como sprays, cremes ou

loções, dependendo do grau, gravidade e extensão da infecção.



Dado que a Pitiríase é causada por um fungo que habita normalmente na pele, é possível que a micose volte a manifestar-se, mesmo após um tratamento bem sucedido.



Nutrição

Elsa Tristão, Nutricionista

A Alimentação e a Osteoporose

A osteoporose vem despontando nas últimas décadas como um importante problema de saúde pública, principalmente em mulheres. É muitas vezes designada por ameaça oculta, uma vez que é uma doença que ocorre de uma forma silenciosa. A osteoporose atinge uma em cada três mulheres. Pensa-se que esta doença possa afectar cerca de meio milhão de pessoas, (de ambos os sexos), em Portugal.

A alimentação tem papel fundamental para prevenção e controle da osteoporose. O consumo excessivo de sódio e de carnes vermelhas (devido ao seu elevado teor de aminoácidos sulfurados) está relacionado ao maior risco de osteoporose. Este é mais um motivo para orientar o consumo moderado de carnes vermelhas, sal e alimentos processados com alto teor de sódio. Os nutrientes mais directamente associados com a prevenção da perda óssea são o cálcio e a vitamina D. A vitamina D está presente em alimentos como leite e seus derivados e nos ovos, mas a sua melhor fonte é a exposição ao sol, que activa a pró-vitamina D. O consumo de cálcio deve ser estimulado durante a infância e adolescência para que haja uma boa

formação do tecido ósseo, essencial na prevenção da osteoporose. A principal fonte de cálcio é o leite e seus derivados, porém para a mulher adulta deve ser incentivado o consumo desses alimentos desnatados, para não exceder o consumo de gordura animal. Os adultos, dos 19 a 50 anos, devem consumir de 800 mg a 1.000mg de cálcio ao dia, enquanto os maiores que 50 anos e os idosos, 1.200 mg de cálcio por dia. Para mulheres na menopausa com osteoporose é recomendado o consumo de 1.500mg ao dia, associados a 400-800UI de vitamina D.

Orientações nutricionais:

- Consuma frutas ricas em Boro: a maçã, pêra, uva, tâmara, pêssego. O boro também está presente nas leguminosas, na soja e nas nozes.

É um mineral que melhora os níveis de hormonas esteróides no sangue, bem como outros compostos capazes de prevenir a perda de cálcio e desmineralização óssea.

- O leite e seus derivados (queijo e iogurte) são uma boa fonte de cálcio. Devem ser consumidos diariamente.

Para lanches, use iogurte puro, misturado com frutas ou batidas de leite com frutas; salpique queijo ralado em massas e saladas ou co-

loque fatias de queijo magro no pão e torradas; Inclua leite enriquecido em cálcio no seu pequeno-almoço ou no lanche; use iogurte nos molhos brancos; adicione fatias de queijo ou ricota e requeijão nas sandes;

use mais alimentos à base de soja, ingerindo mais isoflavona: tofu, grão de soja, farinha de soja, leite de soja; O Leite de soja é uma alternativa ao leite de vaca (verifique no rótulo se o leite é enriquecido com cálcio).

Prefira os Peixes Gordos - O salmão, a sardinha, o atum, a sarda/cavala, são muitos ricos em vitamina D. As sardinhas em lata, têm cálcio, mas só se forem comidas as espinhas. O ovo, as margarinas e as manteigas fortificadas também fornecem vitamina D

- legumes verdes escuros como as couves e espinafres, as oleaginosas (amêndoas, nozes), os figos secos e a sardinha são ótimas fontes de cálcio, apesar de não serem laticínios;

- Use uma colher de sopa de gergelim torrado duas vezes ao dia nas suas refeições e saladas.

Evitar o Farelo de Trigo e a Aveia crús:

Os fitatos existentes neste

tipo de cereais inibem a absorção do cálcio.

Reduza a Cafeína e os Taninos.

Existem no

c a f é (máx. 2/dia), nas colas e no chá (aumenta as perdas de cálcio pela urina).

O chá (preto, verde, vermelho) e o café não devem ser bebidos durante ou após as refeições ricas em cálcio.

Reduza o consumo de Bebidas Carbonatadas (bebidas com gás):

Contém ácido fosfórico que, ao ligar-se com os fosfatos presentes em alguma charcutaria, pode contribuir para um aumento das perdas de cálcio. O consumo excessivo de carnes vermelhas, ketchup, mostarda, chocolate, os congelados industrializados atrapalha a absorção do cálcio pelo organismo.

Reduza o consumo de Álcool.

Pratique Actividade Física. - Pratique exercícios regularmente, principalmente aeróbicos e musculação orienta-



da. A concentração muscular provoca uma tensão nos ossos estimulando os osteoblastos a absorverem mais cálcio;

- Tome sol diariamente, no mínimo 15 minutos, antes das 10 h da manhã ou após às 16 h, para que ocorra a síntese de vitamina D e ela cumpra seu papel de absorver cálcio nos ossos;

- Nunca tome suplemento de cálcio sem a orientação de médico ou nutricionista. Sómente eles podem avaliar a quantidade a ser reposta;

- Se tem intolerância ao leite (lactose), procure leite sem lactose, iogurte e queijos duros (são pobres em lactose). Use mais alimentos ricos em cálcio não lácteos, (peixe, aveia, brócolos, couves), e procure uma nutricionista para o ajudar na sua dieta.



Notícias
António Luis Leitão

Igreja de S. Galamares

Igreja de S. Martinho, 14 de Maio de 2011. Após para ali ter sido levado na noite anterior, na procissão das velas da Unidade Pastoral de Sintra, o andor de N.ª S.ª de Fátima iria ser transportado para a comunidade de Galamares, (de onde habitualmente vem a imagem), para estar presente na celebração desse dia. Subitamente, a imagem caiu e desfez-se em mil pedaços, ficando apenas no andor a sua base.

Compreensivelmente todos ficam boquiabertos e sem reacção. Primeiro pensamento do Tristão, um dos responsáveis da comunidade de Galamares, "como vou eu dizer àquela gente que a N.ª S.ª de Fátima se partiu?"...

Num ápice, surge uma corrente de solidariedade de toda a Unidade Pastoral de Sintra para com os irmãos de Galamares e, nesse mesmo fim-de-semana, (e em alguns locais também no seguinte), as comunidades referem o acontecido nas celebrações e os fiéis aderem à iniciativa de ajudar a adquirir uma nova imagem, mais resistente, em madeira, para oferecer às gentes de Galamares. Foi espantosa a onda solidária!

A nova imagem foi feita e, estando a N.ª S.ª do Cabo Espichel de saída para Alcibi-deche, aguardou-se pelo dia 25 de Setembro para a benzer e transportar para a Sua casa de Galamares. Perante mais de uma centena de fiéis e com a presença do Sr. Presidente da Junta de Freguesia de Sintra (S. Martinho), o nosso Pároco presidiu à bênção e coroação da imagem (na qual, num gesto comovido, o Fernando e o Rui Tristão lhe colocaram, respectivamente, a coroa e o terço), tendo-se seguido a procissão com vários andores e pendões da Unidade Pastoral por algumas ruas até ao terreno e instalações provisórias da capela daquela comunidade, onde se celebrou a missa campal.

Em breves, mas sentidas palavras, o Fernando Tristão agradeceu, já no fim da mis-



sa, a todas as comunidades pela espantosa forma como todos se envolveram para que fosse possível tornar a ter a padroeira da comunidade "presente" naquele local.

Faz agora ainda mais sentido que nas procissões com N.ª S.ª de Fátima se utilize aquela imagem que, sendo de Galamares, é também de toda a Unidade Pastoral de Sintra! Será que estes acontecimentos do partir-se a imagem e da união manifestada para se construir uma nova foi um Milagre de Deus? Eu acho que sim!

Parabéns, Galamares! Parabéns, Unidade Pastoral de Sintra!



Notícias

Outubro: Mês Missionário

PORQUÊ?

A Igreja, na pessoa do Papa Pio XI, conhecido pelo Papa das Missões, instituiu em 1927 o Dia Mundial das Missões, no quarto Domingo do mês de Outubro, com os seguintes objectivos:

Sensibilizar as comunidades eclesiais, no sentido de despertarem vocações consagradas e laicais para o serviço missionário universal.

Criar uma consciência viva de solidariedade, comunhão e cooperação entre as Igrejas, através de propostas de estilos de vida simples, seguindo critérios de sobriedade alegre e fraterna partilha de bens.

Proporcionar um maior conhecimento da realidade missionária de modo a descobrir o entusiasmo e a vitalidade das jovens Igrejas, assim como os valores das outras culturas.

Promover, na Igreja e na sociedade em geral, a participação activa em acções e campanhas que visem a dignidade de todas as pessoas, a solidariedade para com os mais pobres, excluídos e injustiçados, e a proposta de causas a favor da justiça e da paz entre pessoas, grupos e nações.

Em Portugal, são hoje

mais de 50 as entidades que se dedicam ao Voluntariado Missionário. Um caminho iniciado há 25 anos e que, segundo os dados, que a Fundação Evangelização e Culturas recolheu, já envolveu alguns milhares de voluntários que optaram por partir para terras de Missão, por projectos de 1 mês a vários anos.

São mais de duas décadas de crescente interesse e investimento no domínio do Voluntariado Missionário, havendo hoje uma grande diversidade de carismas e tipo de projectos onde cada um se pode envolver dentro do mesmo desejo de seguir a Cristo no serviço aos outros.

Estes voluntários são um sinal claro de que os caminhos da evangelização são múltiplos e que o Espírito Santo sopra onde quer. Não temos dúvidas que com a acção destes jovens foram claros os

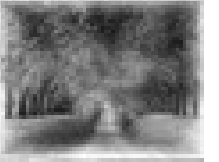
efeitos evangelizadores, não só junto das populações com que colaboraram, mas também nos próprios voluntários e naqueles que os rodeiam nos lugares de origem.

No próximo dia 15 de Outubro, pelas 21h, os Leigos Missionários da Consolata virão ao Salão da Igreja de S. Miguel desafiar os jovens que, terminados os estudos, queiram oferecer um ano à Missão.

Aparece!

A missão é feita:

Com os pés dos que partem...



Com os joelhos dos que rezam...



E as mãos dos que ajudam...



 **GÁS**

Entregas ao domicílio todos os dias

Com a apresentação deste anúncio ganhe de imediato

10% de desconto na compra de uma garrafa de gás

Tel.960 079 812 / 965 234 393

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

ADEGA SARAIVA

Especialidades da Casa:

Cabrito Assado

Bacalhau na Brasa

Cozido à Portuguesa

Encerra à 2ª Feira

Nafarros 2710 SINTRA Tel.:219290106

FÁBRICA DAS VERDADEIRAS QUEIJADAS DA SAPA

SAPA

Cont. N.º 508 172 187

Volta do Duche, 12
Tel. 219230483

SINTRA
PORTUGAL

DOÇARIA REGIONAL composta de açúcar, queijo, farinha de trigo, ovo e canela.



Começou a Escola

Migalha de Pó

Está aí um novo ano escolar, entre as despesas dos pais, os problemas das escolas, e as boas ou más vontades dos estudantes em recomeçar mais uma etapa das suas vidas, a verdade é que as férias de verão passaram, as folias, os bons tempos e a “desorganização” inerente a tempo de lazer vai ter que dar lugar a horários, livros, testes e ...Dores de cabeça.

E estas não serão apenas para os alunos. Este ano o panorama apresenta-se com umas tintas escuras e a prever, em gíria marinheira, borrasca. Começamos pela redução das escolas e consequente aumento das turmas; Por um lado entende-se que escolas com um ou dois alunos sejam uma despesa extra que não se justifica, mas fazer crescer o número de alunos em turmas que nos últimos anos já são enormes, isso não parece vir a ser muito produtivo, e depois lá vem o insucesso escolar tão mal afamado e tão real no nosso país.

Mas quem em sã consciência espera que um professor consiga passar ensinamentos e conhecimento a trinta criancinhas/adolescentes em simultâneo? E como se pretende que o mesmo professor tenha capacidade e tempo para tirar dúvidas a tantos alunos e com dúvidas diferentes como será de esperar? O resultado só poderá ser, o Português ser uma sucessão de “q”, “p”, “c”, “kk”, etc., etc., que é a linguagem em versão reduzida utilizada nas mensagens de telemóvel; isto no mínimo.

Sem contar com os erros ortográficos, gramaticais e de concordância que arrepiam os cabelos de qualquer professor (e não só) quando se lê uma composição. Ah! Mas e então a matemática? Bem essa



coitada, vai ainda mais pelas ruas da amargura, e não se espere que com este sistema de, perdoem-me a expressão, sardinha em lata numa sala de aula, o panorama seja muito melhor que o que se tem visto nos últimos anos.

O aumento das turmas vai trazer mais problemas quer aos alunos quer aos professores, e alguma solução terá que ser encontrada no curto prazo, ou corremos o risco de os nossos jovens saírem muito deficitários em matéria de preparação para o mercado de trabalho em comparação com o resto da Europa. Um grau de exigência elevado e não o sistema de que não se podem chumbar os “meninos” porque ficam traumatizados, talvez permita aos alunos chegarem ao ensino superior com bases para serem futuros ótimos profissionais e não apenas relativamente bons, a competição e a concorrência existem e estão aí para ficar, são benéficas e obrigam a dar-se o melhor.

Portugal tem capacidade de produzir belíssimos operacionais, belíssimos técnicos, belíssimos profissionais. Porque não aposta nesses ta-

mentos e os promove e incentiva? Será dizendo que cada criança apenas necessita de 2m², e empilhando-as nos infantários que incute confiança e noção do seu valor a cada uma delas? E que depois as lança num ensino em que é preciso cumprir programas e “despachar” matéria, sem que exista capacidade humana para resolver os problemas que surgem quando por muito que se leia e estude, as dúvidas não se resolvem?

Respostas não tenho, apenas perguntas e a constatação de um facto que é preocupante para os pais que vêm os filhos reentrar em aulas e que ouvem (e irão ver) as remodelações no ensino. A todos os alunos que recomeçam ou se estreiam nestas lides de ensino, desejo um óptimo ano lectivo, com o maior sucesso.

A todos os pais para quem as dores de cabeça vão recomeçar, desejo muita paciência, muita coragem e a certeza que por muita “culpa” que exista nos estudantes em não estudar e cabular, não haverá uma culpa menor no sistema de ensino vigente neste nosso cantinho.

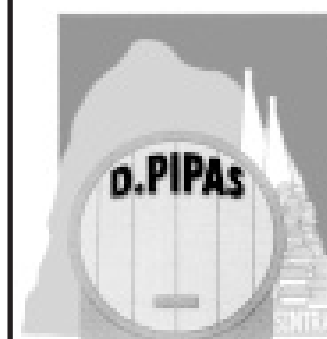


Poesia

Migalha de Pó

VOZ DO ALTO

A Tua voz está no vento, que duro se abate sobre a terra e agita, vergastando, as velhinhas árvores da serra,
A Tua voz está no rio que manso desliza para o mar.
A Tua voz está na chuva e no trovão a ribombar,
A Tua voz está na noite que adensando se vem deitar sobre os homens cansados de labutar.
A Tua voz está na brisa, suave, ao cair do dia, e nos risos das crianças em inocente alegria.
A Tua voz está no silêncio, onde só Tu podes estar, nos corações, que orando, te sabem encontrar.
A Tua voz está no deserto, está em cada filho Teu, na mais alta das montanhas, ou no mais profundo breu, mas a Tua voz se eleva e ilumina à passagem dos nossos passos vacilantes como folhas na aragem.



COZINHA TRADICIONAL PORTUGUESA

Restaurante - Cervejaria - Churrasqueira

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

MAVIMÓVEIS, Lda

-Orçamentos grátis-

Móveis * tecidos * decorações

Praça D.Fernando II Lt 1C S.Pedro de Sintra

Tel.219231957

ÁLVARO ZÉ ESTAMOS CONTIGO

O nosso jornal deseja ao Álvaro José Câmara de Sousa, nosso bom amigo e companheiro nas lides jornalísticas, rápidas melhoras e que muito em breve já possamos contar de novo com a sua presença entre nós para prestar a sua valiosa contribuição para a feitura do Cruz Alta.

Rezemos todos para que o Senhor Jesus e Nossa Senhora o ajudem a ultrapassar este momento difícil da sua vida. A tempestada já amainou, em breve o sol brilhará de novo e o Alvaro Zé voltará a brindar-nos com a sua boa disposição e aquelas gargalhadas francas que nós já



Festas de despedida de N.ª Sr.ª do Cabo

Guilherme Duarte

Até 2036, Senhora do Cabo

Um ano passou depressa. Demasiado depressa. Ainda “ontem” recebíamos em clima de grande euforia a imagem peregrina de Nossa Senhora do Cabo Espichel e acabámos há poucos dias de nos despedir dela, com um até já que durará 26 anos. Em ambas as ocasiões houve lágrimas a correr pelas faces, lágrimas de alegria na hora da recepção e de uma imensa tristeza no momento da despedida. A veneranda imagem da Senhora do Cabo esteve um ano entre nós, um ano que nos pareceu bem mais curto do que os outros anos.

A pequenina imagem de Nossa Senhora do Cabo partiu rumo a S. Vicente de Alcabideche para iniciar um novo Giro. Sintra, tal como o fez à sua chegada também se esmerou para se despedir dela com pompa e dignidade. Foram muitas as actividades religiosas que se realizaram no âmbito destas festas de despedida. Foram as eucaristias, a recitação do terço, as visitas a lares de idosos e a doentes acamados, foram as visitas às várias comunidades da nossa Freguesia e ao convento das irmãs Clarissas, a Eucaristial campal presidida pelo senhor Cardeal-Patriarca, as procissões e a oração diária “Até Amanhã Senhora do Cabo”. Foram especialmente ricas em quantidade e em espiritualidade todas estas cerimónias. Se as comemorações religiosas constituíram os momentos mais significativos e importantes destes festejos, ou não fosse Nossa Senhora a rainha destas festas, também as actividades lúdico-culturais constituíram momentos marcantes, como o comprovam os diversos cortejos realizados, com especial destaque para o cortejo regional cuja grandiosidade revelou a vitalidade do nosso concelho e das suas instituições. Sintra está pujante de vida, de entusiasmo e de iniciativa. Também o arraial e os espectáculos musicais foram um sucesso e chamaram ao recinto das festas milhares de pessoas.

Foi, no entanto, na cerimónia de despedida que se viveu o momento mais emotivo das festas deste ano. Após a celebração da Eucaristia foram sendo entregues aos festeiros de Alcabideche, respectivamente, as Varas de Juizes e o Pendão de Nossa Senhora após o que se seguiu a entrega da veneranda imagem de Nossa Senhora ao vigário paroquial de Alcabideche. Recitaram-se as Loas e no final os fiéis acompanharam, em cortejo, a imagem até à Praça Sá Carneiro de onde partiu, entre lágrimas e lenços brancos, rumo à igreja de S. Vicente de Alcabideche. No ar ficou a pairar um sentimento de saudade. Até 2036 Senhora do Cabo.

Cabe aqui uma referência que se justifica realçar. 2010 foi o ano que ficará na história da igreja co-paroquial de S. Miguel como sendo aquele em que recebeu pela primeira vez a visita da imagem de Nossa Senhora do Cabo Espichel. Esta efeméride ficou assinalada para a posteridade numa lápide descerrada no interior do templo. Mas antes desta visita já existia uma forte ligação da igreja de S. Miguel a Nossa Senhora do Cabo. Segundo me foi confidenciado pelo Sr. Dr. Francisco dos Santos Alves, mordomo das festas deste ano, membro da comissão de festas há 25 anos atrás e um dos grandes impulsionadores da construção deste templo foi no final das festas de 1985 que os membros da comissão que estavam empenhados no sonho de construir a igreja decidiram avançar com a sua construção e enfrentar decididamente todos os obstáculos e dificuldades que vinham impedindo que a obra arrancasse. Os obstáculos foram muitos mas foram sendo sucessivamente ultrapassados com empenho, determinação e com a força que Nossa Senhora do Cabo Espichel transmitiu aos homens que tomaram nos ombros tamanha empreitada. Nossa Senhora visitou a gora, pela primeira vez a casa que ajudou a edificar.





Festas de despedida de N.ª Sr.ª do Cabo

Cruz Alta





O Sport União Sintrense comemora o Centenário

O Sport União Sintrense, uma das instituições mais prestigiadas e mais populares do nosso concelho, está a poucos dias de cumprir cem anos de existência. Foram cem anos de inestimáveis serviços prestados a Sintra e à população sintrense. Com uma acção importantíssima nos campos do desporto, da cultura, do recreio e da acção social, o Sintrense que nasceu da vontade e do entusiasmo de um grupo de jovens seduzidos pelo futebol, um novo desporto que dava então os primeiros passos no nosso país, foi crescendo e diversificando as suas actividades.

Proporcionou aos sintrenses a possibilidade de praticarem os seus desportos favoritos como o futebol, a pesca desportiva, o atletismo, o ciclismo, o automobilismo, voleibol, badminton, judo, ginástica, ténis de mesa e hóquei em patins. Mas não foi só com o desporto que se escreveu a já longa e brilhante história do Sintrense ao longo destes cem anos. Também na área

da cultura e do recreio o Sport União Sintrense desenvolveu uma acção notável. A escola primária que durante anos funcionou nas instalações da sua sede na Estefânia, é um exemplo da pre-

ocupação que as sucessivas direcções do clube tiveram em privilegiar o ensino e o saber. Gostaria aqui de, sem menosprezo para ninguém, recordar o nome de um presidente carismático deste clube que o elevou ao ponto mais alto da sua história, António José Pereira Forjaz. O teatro, a dança e a música contribuíram de forma decisiva para manter acesa e bem viva a chama da cultura no clube.

No próximo dia 7 de Outubro o Sintrense cumpre cem anos de vida, cem anos em

que se viveram momentos de glória mas também situações de enormes dificuldades. Os primeiros sempre o clube soube viver com alegria mas também com humildade. É assim que procedem os grandes. A arrogância nunca foi a sua prática. Os segundos foram enfrentados com preocupação, é verdade, mas com muita coragem e uma forte determinação em ultrapassá-los. Actualmente o Sintrense vive, à semelhança do país, uma situação de aperto financeiro. A actual direcção lidera-

da pelo Dr. Victor Coelho tudo está a fazer para ultrapassar as dificuldades que herdou e conseguir manter a nau à tona da água. Espera-se agora que a tempestade amaine e o mar sossegue para que o barco navegue finalmente em águas calma se em velocidade de cruzeiro em direcção ao futuro.

Na Vila Alda, "Casa do Eléctrico", está patente até ao dia 16 de Outubro uma excelente exposição que passa em revista a vida do Sintrense durante os cem anos da sua

existência,

Felicitemos a Comissão do Centenário, na pessoa do seu presidente Sr. Figueiredo Filipe pelo magnífico programa comemorativo que montou. Também felicitamos o Sr. Victor Gaspar pelo exaustivo trabalho de recolha que fez, em condições muito difíceis, para montar a exposição e editar o livro e o DVD que guardam para a posteridade a história do

SPORT
UNIÃO SINTRENSE.



A Eucaristia

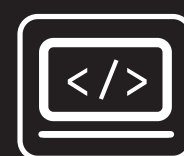
Papa Bento XVI

«A Minha carne é uma verdadeira comida e o Meu sangue uma verdadeira bebida»

«Isto é o Meu Corpo dado em sacrifício por vós. Isto é o cálice da Nova Aliança no Meu Sangue». [...] O que está a acontecer? Como pode Jesus dar o Seu Corpo e o Seu Sangue? Ao fazer do pão o Seu Corpo e do vinho o Seu Sangue, Ele antecipa a Sua morte, aceita-a no Seu íntimo e transforma-a num gesto de amor. Aquilo que, visto do exterior, é violência brutal [a crucifixão], torna-se, visto do interior, num gesto de amor que se doa totalmente. Foi esta a transformação substancial que se realizou no cenáculo e que estava destinada a suscitar um processo de transformações cuja finalidade última é a transformação do mundo, até chegar à condição em que Deus será tudo em todos (cf 1Cor 15,28).

Desde sempre que todos os homens, de alguma forma, aguardam no seu coração uma mudança, uma transformação do mundo. Pois este é o único acto central de transformação capaz de renovar verdadeiramente o mundo: a violência transforma-se em amor e, por conseguinte, a morte em vida. E, porque este acto transforma a morte em vida, a morte, como tal, já está superada a partir do seu interior, nela já está presente a ressurreição. A morte está, por assim dizer, ferida intimamente, de modo que jamais poderá ser ela a última palavra. [...]

Esta primeira e fundamental transformação da violência em amor, da morte em vida, arrasta depois consigo as outras transformações. O pão e o vinho tornam-se no Seu Corpo e no Seu Sangue. Mas a transformação não deve deter-se neste ponto, antes, é aqui que deve começar plenamente. O Corpo e o Sangue de Cristo são-nos dados para que nós mesmos, por nossa vez, sejamos transformados. Nós próprios devemos tornar-nos Corpo de Cristo, seus consanguíneos. Todos comemos o único Pão, mas isto significa que entre nós nos tornamos uma só coisa. A adoração, dissemos, torna-se assim união. Deus já não está só diante de nós como o Totalmente Outro. Está dentro de nós, e nós estamos n'Ele. A Sua dinâmica penetra-nos e, a partir de nós, deseja propagar-se aos outros e difundir-se em todo o mundo, para que o Seu amor Se torne realmente a medida dominante do mundo.



RuiAntunes.net
design gráfico // webdesign // publicidade

www.ruiantunes.net



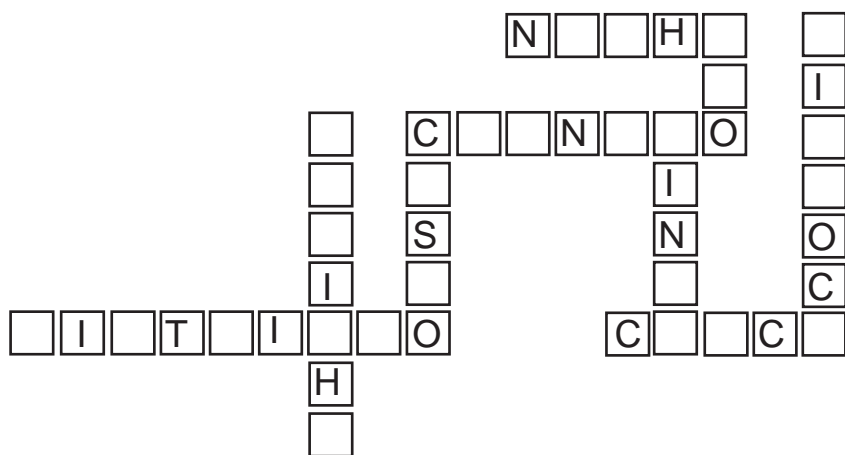
Para os mais pequenos

Rui Antunes e Leonor Wemans

COZER OVOS



Observa atentamente o desenho e preenche a grelha com palavras de objectos que estão representados na figura.



Respostas:
Ninho: Ovo; Chilelo; Cesto; Linha;
Casca; Minhoca; Galinha; Pintainho;

Soluções do número anterior



Sudoku - puzzle

N.º47 - Outubro

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

Anekdotas:

No Consultório:

- Doutor, como é que eu faço para emagrecer?
- É muito simples. Basta a senhora mover a cabeça da esquerda para direita e da direita para esquerda.
- Quantas vezes sr. doutor?
- Todas as vezes que lhe oferecerem comida.

Era um carro muito velho. Tão velho, tão velho, tão velho... Que em vez de ter travões de disco, tinha travões de cassete!

Num comboio, ia um homem que de vez em quando desatava à gargalhada e depois abanava os ombros. Pergunta-lhe um dos passageiros :

- Afinal, porque é que você de vez em quando se põe a rir ?
- É que me vou lembrando de anedotas cada vez melhores!
- Aaaah, mas porque é que depois de cada gargalhada o senhor encolhe os ombros ?
- É que chego à conclusão que já as conhecia!

Descobre as 5 diferenças



ORAÇÃO DE MADRE TERESA DE CALCUTÁ

Senhor, quando eu tiver fome, dai-me alguém que necessite de comida. Quando tiver sede, dai-me alguém que precise de água. Quando sentir frio, dai-me alguém que necessite de calor. Quando tiver um aborrecimento, dai-me alguém que necessite de consolo. Quando minha cruz parecer pesada, deixai-me compartilhar a cruz do outro.

Quando me achar pobre, ponde a meu lado alguém necessitado.

Quando não tiver tempo, dai-me alguém que precise de alguns

dos meus minutos. Quando sofrer humilhação, dai-me ocasião para elogiar alguém.

Quando estiver desanimada, dai-me alguém a quem eu dê um novo ânimo. Quando

sentir necessidade da compreensão dos outros, dai-me alguém que precise da minha.

Quando sentir necessidade de que cuidem de mim, dai-me alguém a quem eu tenha

de atender.

Quando pensar em mim mesma, voltaí minha atenção para outra pessoa.

Tornai-nos dignos, senhor, de servir nossos irmãos que vivem e morrem pobres e com

fome no mundo de hoje.

Dai-lhes, através de nossas mãos, o pão de cada dia, e dai-lhes, graças ao nosso

amor compassivo, a paz e a alegria.



Farmácia Marrazes

Propriedade e Direção Técnica de
Dra. Célia Maria Simões Casinhas

Largo Afonso de Albuquerque, n.º 24 - Estrela
2710-519 SINTRA

Telef.: 21 923 00 99
Fax: 21 920 50 45



TECAN Soc. de Utilidades Domésticas, Lda.

Largo 1º de Dezembro, 10

S. Pedro de Penaferrim - Sintra

Telef.:

21 923 11 31

Intenções do Papa:

Outubro

Doentes terminais. Pelos doentes terminais, para que os seus sofrimentos sejam aliviados pela fé em Deus e pelo amor dos seus irmãos.

Crescimento da ajuda às missões. Para que a celebração do Dia Mundial das Missões faça crescer no povo de Deus a paixão da evangelização assim como o apoio a toda a actividade missionária, pela oração e pela ajuda económica às Igrejas mais pobres.



Novembro

Tradição das Igrejas Orientais. Pelas Igrejas Católicas Orientais, para que a sua venerável tradição seja conhecida e estimada enquanto riqueza espiritual para toda a Igreja.

Reconciliação no continente africano. Para que o continente africano encontre em Cristo a força de realizar o caminho de reconciliação e justiça indicado pelo segundo Sínodo dos Bispos de África.

TEMPO
COMUM

"O Tempo Comum propõe um caminho espiritual, uma vivência da graça própria de cada aspecto do Mistério de Cristo, presente nas diversas festas e nos diversos tempos litúrgicos."



Calendário Litúrgico em Outubro e Novembro - Ano A

Dia 2 Out. - DOMINGO
XXVII DO T. COMUM

LEITURA I Is 5, 1-7

«A vinha do Senhor é a casa de Israel»

Salmo 79, 9.12.13.15-19-20

"A vinha do Senhor é a casa de Israel"

LEITURA II Filip 4, 6-9

«Ponde isto em prática e o Deus da paz estará convosco»

EVANGELHO Mt 21, 33-43

«Arrendará a vinha a outros vinhateiros»

Dia 9 Out. - DOMINGO
XXVIII DO T. COMUM

LEITURA I Is 25, 6-10a

«O Senhor enxugará as lágrimas de todas as faces»

Salmo 22, 1-3a.3b-4.5.6

"Habitarei para sempre na casa do Senhor.

LEITURA II Filip 4, 12-14.19

«Tudo posso n'Aquele que me conforta»

EVANGELHO Mt 22, 1-14

«Convidai para as bodas todos os que encontrardes»

LEITURA I Is 45, 1.4-6

«Tomei o cetro pela mão»

Dia 16 Out. - DOMINGO
XXIX DO T. COMUM

Salmo 95, 1.3.4-5.7-8.9-10a.c

"Aclamai a glória do Senhor.

LEITURA II 1 Tes 1, 1-5b

«Recordamos a vossa fé, caridade e esperança»

EVANGELHO Mt 22, 15-21

«A César o que é de César e a Deus o que é de Deus»

Dia 23 Out. - DOMINGO
XXX DO T. COMUM

LEITURA I Ex 22, 20-26

«Se fizerdes algum mal à viúva e ao órfão, inflamar-se-á a minha ira contra vós»

Salmo 17, 2-3.7.47.51ab

"Eu Vos amo, Senhor: sois a minha força"

LEITURA II 1 Tes 1, 5c-10

«Convertestes-vos dos ídolos para servir a Deus e esperar o seu Filho»

EVANGELHO Mt 22, 34-40

«Amarás o Senhor teu Deus e o próximo como a ti mesmo»

Dia 30 Out. - DOMINGO
XXXI DO T. COMUM

LEITURA I Mal 1, 14b - 2

«Afastastes-vos do caminho e fizestes tropeçar muitos»

Salmo 130, 1.2.3

"Guardai-me na vossa paz"

LEITURA II 1 Tes 2, 7b-9.13

«Desejávamos partilhar convosco a própria vida»

EVANGELHO Mt 23, 9b.10b

«Dizem e não fazem»

Dia 6 Nov. - DOMINGO
XXXII DO T. COMUM

LEITURA I Sab 6, 12-16

«A Sabedoria faz-se encontrar aos que a procuram»

Salmo 62, 2.3-4.5-6.7-8

"A minha alma tem sede de Vós, meu Deus".

LEITURA II 1 Tes 4, 13-18

«Deus levará com Jesus os que em Jesus tiverem morrido»

EVANGELHO Mt 25, 1-13

«Aí vem o Esposo: ide ao seu encontro»

Dia 13 Nov. - DOMINGO
XXVII DO T. COMUM

LEITURA I Prov 31, 10-13.19

«Põe mãos ao trabalho alegremente»

Salmo 127, 1-2.3.4-5

"Ditoso o que segue o caminho do Senhor"

LEITURA II 1 Tes 5, 1-6

«Para que o dia do Senhor não vos surpreenda como um ladrão»

EVANGELHO Mt 25, 14-30

«Porque foste fiel em coisas pequenas»

Dia 20 Nov. - DOMINGO
XXXIV DO T. COMUM

LEITURA I Ez 34, 11-12.15

«Quanto a vós, meu rebanho, hei-de fazer justiça entre ovelhas e ovelhas»

Salmo 22, 1-2a.2b-3.5.6

"O Senhor é meu pastor: nada me faltará".

LEITURA II 1 Cor 15, 20-26

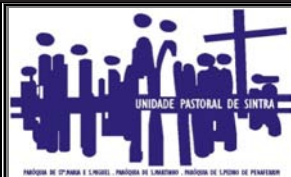
«Entregará o reino a Deus Pai, para que seja tudo em todos»

EVANGELHO Mt 25, 31-46

«Sentar-Se-á no seu trono glorioso e separará uns dos outros»

Dia 27 Nov. - DOMINGO
I DO ADVENTO

Começa o Ano - B



SERVIÇO LITÚRGICO

DE 10 DE OUTUBRO A 4 DE DEZEMBRO

OUTUBRO

Dia 10 – Segunda-feira
17:00 - Atendimento e Confissões em S. Miguel
19:00 - Missa em S. Miguel

Dia 11 – Terça-feira
17:00 - Atendimento e Confissões em S. Martinho
19:00 - Missa em S. Martinho
21:00 - Missa Grupo Nazaré em S. Miguel

Dia 12 – Quarta-feira
17:30 - Missa em Monte Santos
19:00 - Missa em S. Martinho

Dia 13 – Quinta-feira
09:00 - Missa em S. Pedro. Atendimento e Confissões
17:00 - Atendimento e Confissões em S. Miguel
19:00 - Missa em S. Miguel

Dia 14 – Sexta-feira
09:00 - Missa em S. Miguel. Atendimento e Confissões
15:00 - Missa Lar ASAS TAP
17:00 - Atendimento e Confissões em S. Pedro
19:00 - Missa em S. Pedro

Dia 15 – Sábado
17:00 - Missa na Abrunheira
17:00 - Celebração da Palavra em Galamares
18:00 - Missa em S. Pedro - LIAM
19:00 - Missa em S. Miguel - LIAM

Dia 16 – Domingo XXIX do Tempo Comum
09:00 - Missa em Janas
09:00 - Celebração da Palavra na Várzea
09:00 - Celebração da Palavra em Manique
09:30 - Celebração da Palavra no Lourel
10:00 - Missa em S. Pedro
11:00 - Missa em S. Miguel - LIAM
12:00 - Missa no Linhó
17:00 - Missa em Monte Santos
19:00 - Missa em S. Martinho - LIAM

Dia 17 – Segunda-feira
17:00 - Atendimento e Confissões em S. Miguel
19:00 - Missa em S. Miguel

Dia 18 – Terça-feira
17:00 - Atendimento e Confissões em S. Martinho
19:00 - Missa em S. Martinho

Dia 19 – Quarta-feira
17:30 - Missa em Monte Santos
19:00 - Missa em S. Martinho
21:30 - Reunião Geral de Catequistas em S. Miguel

Dia 20 – Quinta-feira
09:00 - Missa em S. Pedro. Atendimento e Confissões
17:00 - Atendimento e Confissões em S. Miguel
19:00 - Missa em S. Miguel

Dia 21 – Sexta-feira
09:00 - Missa em S. Miguel. Atendimento e Confissões
17:00 - Confissões e Atendimento em S. Pedro
19:00 - Missa em S. Pedro

Dia 22 – Sábado
17:00 - Missa na Abrunheira
17:00 - Missa em Galamares
18:00 - Missa em S. Pedro
19:00 - Missa em S. Miguel

Dia 23 – Domingo XXX do Tempo Comum
09:00 - Celebração da Palavra em Janas
09:00 - Celebração da Palavra na Várzea
09:00 - Missa em Manique
09:30 - Celebração da Palavra no Lourel
10:00 - Missa em S. Pedro
11:00 - Missa em S. Miguel
12:00 - Missa no Linhó

Almoço Janela
17:00 - Missa em Monte Santos
19:00 - Missa em S. Martinho

Dia 24 – Segunda-feira
17:00 - Atendimento e Confissões em S. Miguel
19:00 - Missa em S. Miguel

Dia 25 – Terça-feira
17:00 - Atendimento e Confissões em S. Martinho
19:00 - Missa em S. Martinho
19:00 - Missa na Sé de Lisboa
Aniversário de Dedicção da Catedral

Dia 26 – Quarta-feira
17:30 - Missa em Monte Santos
19:00 - Missa em S. Martinho

Dia 27 – Quinta-feira
09:00 - Missa em S. Pedro. Atendimento e Confissões
17:00 - Atendimento e Confissões em S. Miguel
19:00 - Missa em S. Miguel

Dia 28 – Sexta-feira
09:00 - Missa em S. Miguel. Atendimento e Confissões
17:00 - Atendimento e Confissões em S. Pedro
19:00 - Missa em S. Pedro

Dia 29 – Sábado
17:00 - Missa na Abrunheira
17:00 - Celebração da Palavra em Galamares
18:00 - Missa em S. Pedro
19:00 - Missa em S. Miguel

Dia 30 – Domingo XXXI do Tempo Comum
09:00 - Celebração da Palavra em Janas
09:00 - Celebração da Palavra na Várzea
09:00 - Celebração da Palavra em Manique
09:30 - Missa no Lourel
10:00 - Missa em S. Pedro
11:00 - Missa em S. Miguel
12:00 - Missa no Linhó
17:00 - Missa em Monte Santos
19:00 - Missa em S. Martinho

Dia 31 – Segunda-feira
17:00 - Atendimento e Confissões em S. Miguel
19:00 - Missa em S. Miguel - Vespertina de Todos os Santos

NOVEMBRO

Dia 1 – Terça-feira - Todos os Santos
09:00 - Missa na Várzea
09:00 - Missa em Manique
09:00 - Celebração da Palavra em Janas
10:00 - Missa em S. Pedro
11:00 - Missa em S. Miguel
12:00 - Missa no Linhó
15:30 - Missa no Lourel
17:00 - Missa em Galamares
17:00 - Missa em Monte Santos
19:00 - Missa em S. Martinho

Dia 2 – Quarta-feira - Fiés Defuntos
06:30 - Missa em S. Miguel
09:00 - Missa no Cemitério do Alto da Bonita
11:00 - Missa no Cemitério de S. Marçal
15:00 - Missa no Cemitério do Alto do Chão Frio
17:30 - Missa em Monte Santos
19:00 - Missa em S. Martinho

Dia 3 – Quinta-feira
09:00 - Missa em S. Pedro. Exposição do Santíssimo
17:00 - Atendimento e Confissões em S. Miguel
19:00 - Missa em S. Miguel

Dia 4 – Sexta-feira
09:00 - Missa em S. Miguel. Exposição do Santíssimo
17:00 - Atendimento e Confissões em S. Pedro
19:00 - Missa em S. Pedro

Dia 5 – Sábado
17:00 - Missa na Abrunheira
17:00 - Celebração da Palavra em Galamares
18:00 - Missa em S. Pedro
19:00 - Missa em S. Miguel - Catequese da UPS

Dia 6 – Domingo XXXII do Tempo Comum
09:00 - Missa em Janas
09:00 - Celebração da Palavra na Várzea
09:00 - Celebração da Palavra em Manique
09:30 - Missa no Lourel
10:00 - Missa em S. Pedro
11:00 - Missa em S. Miguel
12:00 - Missa no Linhó
17:00 - Missa em Monte Santos
19:00 - Missa em S. Martinho

Dia 7 – Segunda-feira
17:00 - Atendimento e Confissões em S. Miguel
19:00 - Missa em S. Miguel

Dia 8 – Terça-feira
11:00 - Missa no Lar de Galamares
17:00 - Atendimento e Confissões em S. Martinho
19:00 - Missa em S. Martinho
21:30 - Missa do Grupo Nazaré em S. Miguel

Dia 9 – Quarta-feira
11:00 - Missa no Lar Cardeal Cerejeira
17:30 - Missa em Monte Santos
19:00 - Missa em S. Martinho

Dia 10 – Quinta-feira
09:00 - Missa em S. Pedro. Atendimento e Confissões
17:00 - Atendimento e Confissões em S. Miguel
19:00 - Missa em S. Miguel

Dia 11 – Sexta-feira
09:00 - Missa em S. Miguel. Atendimento e Confissões
15:00 - Missa no Lar ASASTAP
19:30 - Missa em S. Martinho. Festa do Padroeiro

Dia 12 – Sábado
17:00 - Missa na Abrunheira
17:00 - Missa em Galamares
18:00 - Missa em S. Pedro
19:00 - Missa em S. Miguel

Dia 13 – Domingo XXXIII do Tempo Comum
09:00 - Celebração da Palavra em Janas
09:00 - Missa na Várzea
09:00 - Missa em Manique
09:30 - Celebração da Palavra no Lourel
10:00 - Missa em S. Pedro
11:00 - Missa em S. Miguel
12:00 - Missa no Linhó
17:00 - Missa em Monte Santos
19:00 - Missa em S. Martinho

Dia 14 – Segunda-feira
17:00 - Atendimento e Confissões em S. Miguel
19:00 - Missa em S. Miguel

Dia 15 – Terça-feira
17:00 - Atendimento e Confissões em S. Martinho
19:00 - Missa em S. Martinho

Dia 16 – Quarta-feira
17:30 - Missa em Monte Santos
19:00 - Missa em S. Martinho
21:30 - Reunião Geral de Catequistas

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

Dia 18 – Sexta-feira
09:00 - Missa em S. Miguel. Atendimento e Confissões
17:00 - Atendimento e Confissões em S. Pedro
19:00 - Missa em S. Pedro

Dia 19 – Sábado
17:00 - Missa na Abrunheira
17:00 - Celebração da Palavra em Galamares
18:00 - Missa em S. Pedro
19:00 - Missa em S. Miguel

Dia 20 – Domingo - CRISTO, REI DO UNIVERSO
09:00 - Missa em Janas
09:00 - Celebração da Palavra na Várzea
09:00 - Celebração da Palavra em Manique
09:30 - Missa no Lourel
10:00 - Missa em S. Pedro
11:00 - Missa em S. Miguel
Compromisso de Catequistas e Outros
12:00 - Missa no Linhó
17:00 - Missa em Monte Santos
17:00 - Concerto de Natal em S. Pedro
19:00 - Missa em S. Martinho

Dia 21 – Segunda-feira
17:00 - Atendimento e Confissões em S. Miguel
19:00 - Missa em S. Miguel

Dia 22 – Terça-feira
17:00 - Atendimento e Confissões em S. Martinho
19:00 - Missa em S. Martinho

Dia 23 – Quarta-feira
17:30 - Missa em Monte Santos
19:00 - Missa em S. Martinho

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

Dia 25 – Sexta-feira
09:00 - Missa em S. Miguel. Atendimento e Confissões
17:00 - Atendimento e Confissões em S. Pedro
19:00 - Missa em S. Pedro

Dia 26 – Sábado
17:00 - Missa na Abrunheira
17:00 - Missa em Galamares
18:00 - Missa em S. Pedro
19:00 - Missa em S. Miguel

Dia 27 – Domingo I do Advento (ANO B)
09:00 - Celebração da Palavra em Janas
09:00 - Missa na Várzea
09:00 - Missa em Manique
09:30 - Celebração da Palavra no Lourel
10:00 - Missa em S. Pedro
11:00 - Missa em S. Miguel
12:00 - Missa no Linhó

Almoço Janela
17:00 - Missa em Monte Santos
19:00 - Missa em S. Martinho

Dia 28 – Segunda-feira
17:00 - Atendimento e Confissões em S. Miguel
19:00 - Missa em S. Miguel

Dia 29 – Terça-feira
17:00 - Atendimento e Confissões em S. Martinho
19:00 - Missa em S. Martinho

Dia 30 – Quarta-feira
17:30 - Missa em Monte Santos
19:00 - Missa em S. Martinho

DEZEMBRO

Dia 1 – Quinta-feira
Retiro Vicarial de Catequistas no Linhó
09:00 - Missa em S. Pedro. Exposição do Santíssimo
17:00 - Atendimento e Confissões em S. Miguel
19:00 - Missa em S. Miguel

Dia 2 – Sexta-feira
09:00 - Missa em S. Miguel. Exposição do Santíssimo
17:00 - Atendimento e Confissões em S. Pedro
19:00 - Missa em S. Pedro

Dia 3 – Sábado
17:00 - Missa na Abrunheira
17:00 - Celebração da Palavra em Galamares
18:00 - Missa em S. Pedro
19:00 - Missa em S. Miguel - Catequese da UPS

Dia 4 – Domingo II do Advento
09:00 - Missa em Janas
09:00 - Celebração da Palavra na Várzea
09:00 - Celebração da Palavra em Manique
09:30 - Missa no Lourel
10:00 - Missa em S. Pedro
11:00 - Missa em S. Miguel
12:00 - Missa no Linhó
17:00 - Missa em Monte Santos
19:00 - Missa em S. Martinho

Palavras para ler e sentir

Maria Joao Bettencourt

Culpa: palavra pesada, fácil de atribuir, rótulo que se cola à pele e à alma, difícil de arrancar.

Erro: definição de um acto isolado, sem antes nem depois e do qual deriva a palavra "culpa".

Não falo de erros, falo de escolhas. Escolhemos o caminho que percorremos e cada passo é parte de uma aprendizagem contínua e permanente. Erro é nada aprender, ficar preso ao passado, aquele passado antes de se ter começado a andar. Um passo dado em consciência, com uma vontade ditada pela alma e pelo coração, nunca será um erro. Mesmo que nos conduza a uma qualquer viela escura e fria é apenas uma pequena parte das inúmeras caminhadas de uma vida. E quem poderá dizer o que está para lá da primeira esquina?

O que vemos, o que sentimos, as pessoas que conhecemos, as histórias que ouvimos, transforma-se no que somos nós, no presente.

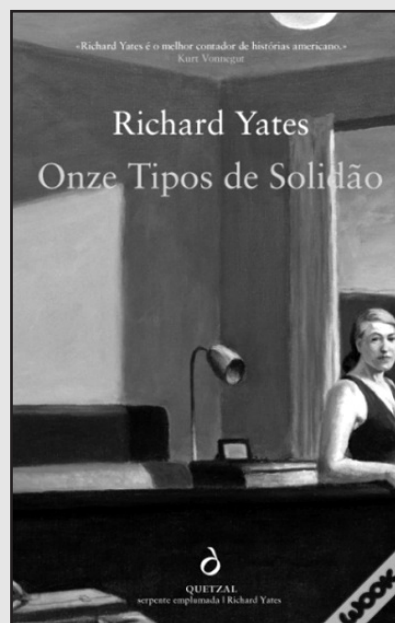
Não me arrependo de nada e posso afirmar que algumas das minhas escolhas nada tiveram de pacífico perante os olhares de outros que ao me verem caminhar na direcção por mim escolhida me tentavam colar a palavra "erro" à minha passagem. Nas ruas mais sombrias descobri o verdadeiro significado da palavra Amizade, nos dias frios aprendi a partilhar um pequeno agasalho que ainda temos connosco, experimentei o sabor de uma lágrima quente e pesada, senti a vertigem de estar à beira de um precipício, a dor da fome e a angústia de não saber por onde ir – e a certeza de não querer voltar atrás, não pelo mesmo caminho.

A culpa aparece porque não entendemos o que fizemos, porque o fizemos, ou porque tanto nos apontam o dedo que nos declaramos culpados sem perceber de que crime somos acusados.

Mas chega o dia em que tudo faz sentido.

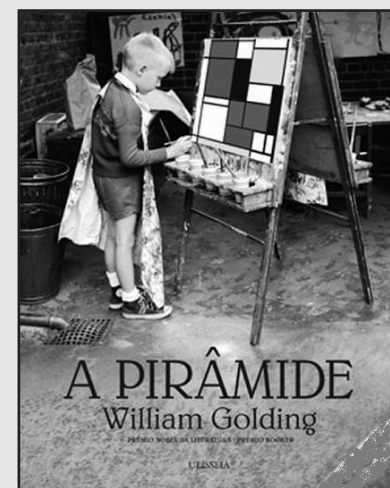
Hoje sou os caminhos que percorri. Posso limpar uma lágrima de quem chora porque conheço o seu peso, reconheço quem está perto de um precipício a tempo de lhe dar a mão, sei calcular o valor de um agasalho num dia frio, percebo a dor de quem sente fome de um carinho, de um abraço e consigo deliciar-me com um dia de sol ou de chuva, um mar azul ou um campo coberto de papoilas. Mas acima de tudo, conheci-me e aprendi a aceitar-me com todos os meus defeitos e as minhas qualidades, reconhecendo os meus limites e o tanto que ainda tenho para aprender por tantas ruas por onde ainda irei caminhar.

Onze Tipos de Solidão Richard Yates



Através de vidas tão distintas e diversas na Nova Iorque dos anos 50, como a de um taxista que aspira à imortalidade, jovens romancistas frustrados, empregados de escritórios, professores homens e mulheres dos subúrbios, Richard Yates mostra-nos como o alcançar do sonho americano revelava também um grande vazio.

A Pirâmide William Golding



Quando se tem 18 anos a busca de quem somos e a sua afirmação nem sempre é fácil. É o que acontece a Oliver que vive numa pequena cidade no meio de Inglaterra, durante os loucos anos 20, onde todos sabem de tudo. Oliver quer divertir-se antes de ir para a Universidade e pior que isso, Oliver quer ser artista. Num mundo estereotipado, onde tudo deve ser como estipulado por uma sociedade anónima, a caminhada numa direcção diferente não é fácil.

Agenda Cultural

Guilherme Duarte

É uma vez mais no Olga de Cadaval que decorrerão as manifestações culturais mais importantes que se realizam em Sintra durante o mês de Outubro.

No dia 8 de Outubro, também no Olga de Cadaval haverá ópera. Subirá à cena "O BARBEIRO DE SEVILHA" interpretado pelo Teatro Nacional de Ópera da Moldávia. O espectáculo iniciar-se-à as 21,30 h e os +reços dos bilhetes variam entre os 15 e os 30 €.



FESTIVAL SINTRA MISTY 2011-09-27

Dia 13 de Outubro – Stuart Staples às 21,30 h
Dia 14 de Outubro – Sara Tavares às 21, 30h
Dia 15 de Outubro – Cinema – "I' am Still Here", às 18,30 h
Dia 15 de Outubro – Mazgani & Dead Combo, às 21,30 h
Dia 16 de Outubro – Cinema – "De Tanto Bater o Coração Parou", às 18,30 h
Dia 20 de Outubro – John Grant + King Creosote & Jon Hopkins, às 21,30 h
Dia 21 de Outubro – Cinema – "Patty Smith Dream of Life", às 19 horas
Dia 21 de Outubro – Howe Gelb/Sean Riley & The Slow Reader, às 21,30 h
Dia 22 de Outubro - Cinema – "9 Songs", às 18,30h
Dia 22 de Outubro – Jay Jay Johnson + We Trust, às 21,30 h
Dia 23 de Outubro – Cinema – "Joy Division", às 13,30 h
Dia 23 de Outubro – The Legendary Tigerman, às 21,30 h
De 27 a 30 de Outubro – CORTEX – Festival de Curtas Metragens, diariamente às 21,30 h.



VOLUNTARIADO MISSIONÁRIO

UM PROJECTO - UMA ETAPA DO CAMINHO

**ESTA EXPERIÊNCIA
PODE SER PARA TI!**

VEM CONHECÊ-LA ...

Sábado - 15 Outubro
21h30

Salão da Igreja de S.Miguel
Junto ao Centro Olga Cadaval
Sintra

Indicado a partir dos 18/20 anos





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



Falando de Cinema

Guilherme Duarte

FILME EM DESTAQUE: "O GRANDE PEIXE"

Realizador: Tim Burton

Intérpretes: Danny DeVito, Ewan McGregor, Helena Bonham Carter, Jessica Lange, Steve Buscemi

Género: Aventura
Drama/Fantasia

M/12

Duração: 125min

Depois deste espaço nos últimos dois meses ter sido ocupado por um trabalho que fiz sobre os festejos de Nossa Senhora do Cabo Espichel em Sintra, o cinema volta ao convívio dos nossos leitores, principalmente daqueles que apreciam e acompanham tudo o que diga respeito à 7ª arte. Neste regresso ao comentário cinematográfico, curiosamente não é de cinema que vou falar, mas de poesia. Cinema poético, se assim lhe podemos chamar..

Nenhum dos filme a que assisti ultimamente me entusiasmaram o suficiente o ponto de me levar a aconselhá-los aos nossos leitores pelo que decidi recorrer à minha colecção de filmes e escolher um que considero delicioso e que, na minha opinião, é um autêntico poema. Estou a falar de "Big Fish", um filme realizado por Tim Burton em 2003 que mereceu o aplauso geral do público e da crítica, unanimidade que só muito raramente acontece.

Quantos de nós não nos sentimos por vezes entediados e deprimidos pela rotina que deixamos instalar nas nossas vidas? A verdade é que quase todos nós, dia após dia, fazemos as mesmas coisas, à mesma hora e da mesma maneira. Deixamos que a nossa vida se acinzente, acomodamo-nos e não reagimos. Tim Burton neste seu filme inspirado no livro de Daniel Wallace, «Big Fish: A Novel of Mythic Proportions», desafia-nos a lutar contra o cinzento que tantas vezes envolve a nossa existência e diz-nos que é possível colori-la de acordo com os nossos sonhos e da nossa fantasia. O homem tem um dom importantíssimo que normalmente não aproveita e que tantas vezes despreza por ser confundido com loucura. Estou a falar da imaginação e da capacidade de fantasiar que lhe está associada.

Ed Bloom, o protagonista principal deste filme, era um exímio contador de histórias, mas histórias construídas a partir de acontecimentos reais ocorridos ao longo da sua vida. Situações normais como o namoro, o casamento, o nascimento de um filho, a participação na guerra, a sua actividade profissional eram por ele enriquecidas com uma roupagem poética que seduzia e encantava a todos que as ouviam. Todos menos o filho que não apreciava esta faceta fantasiosa do pai que, segundo ele, teria passado toda a sua vida a contar mentiras. Estava enganado porque o pai, longe de ser um mentiroso, como ela pensava, era apenas um



poeta, um ilustrador, um fantasista que tinha o dom e a arte enriquecer as suas memórias com situações que ele não vivera mas que lhe teria dado um imenso gozo ter vivido. Não temos todos nós um pouco de Ed Bloom? Quantas vezes não fugimos já da rotina diária para nos refugiarmos na nossa imaginação? Quantas vezes nos imaginámos a ser aquilo que nunca fomos, a viver num local onde nunca estivemos e estar com pessoas que não conhecemos ou que nem sequer existem? Há quem chame sonhos a estes devaneios mas a maior parte das vezes são meros exercícios fantiosos ditados pela necessidade que sentimos de dar mais cor às nossas vida. Ed Bloom fê-lo desde sempre e fê-lo, não porque precisasse desses devaneios para ser feliz, porque ele sempre fora um homem feliz, mas porque achava que por muito bonita que seja a vida pode ser sempre enfeitada com algumas pinceladas de magia. Apenas ficava, na vida de Edward Bloom uma história por construir, mas essa não a poderia ele vive-la sózinho nem vir a contá-la mais tarde. Foi ao filho,

que entretanto se apercebera já de quanto tinha sido injusto nos juízos que formara sobre o progenitor, que coube a tarefa de substituir as cores da tristeza e da dor que sempre acompanham a morte, por tonalidades bem mais ligeiras e alegres. Recebeu do pai, como herança o dom da alegria, da esperança e da fantasia e foi capaz de transformar o falecimento do pai num poema tocante. Morrerá um genial contador de histórias mas um outro acabara de nascer.

O olhar dos críticos:

O modo como os dois mundos se cruzam adquire uma tonalidade mágica que aproxima Burton de outro grande e fabulador contemporâneo, Dennis Potter"

Manuel Cintra Ferreira, Expresso

Pensar num filme esmagador como O GRANDE PEIXE, a obra-prima que há muito esperávamos de Tim Burton, é um desafio que evoca o próprio cinema (...) O GRANDE PEIXE envia-nos para um cinema com medo do escuro, segredos atrás da porta, lá onde a só a infância está em jogo. Inesquecível."

Francisco Ferreira, Expresso



Cruz Alta

ASSOCIAÇÃO CULTURAL CRISTÃ DE SINTRA

Avª Adriano Júlio Coelho ~ Estefânia ~ 2710-518 SINTRA
:: cruzalta@paroquias-sintra.net ::Paróquia de Santa Maria e São Miguel
Paróquia de São Martinho
Paróquia de São Pedro de Penaferrim

Ficha Técnica

Direcção:

Mafalda Pedro; José Pedro Salema;
Guilherme Duarte; P. Custódio Langane;
Rui Antunes; P. António Ramires.

Jornalista:

Guilherme Duarte

Colaboração:

Graça Camara de Sousa; Elsa Tristão;
P. António Ramires; António Luis Leitão;
Zé Pedro Salema; Diac. António Costa;
Miguel Forjaz; Guilherme Duarte;
Rui Antunes; Irmãs Clarissas;
Maria João Bettencourt; Tânia Alvadia da Silva;
Sara Guido; Leonor Wemans.
Migalha de Pó;

Fotografia:

Arquivo Cruz Alta; Guilherme Duarte;
Mafalda Pedro; Internet;
Tânia Alvadia da Silva.

Edição gráfica e paginação:

José Pedro Salema; Leonor Wemans;
Miguel Elias; José Miguel Rodrigues;
Rui Antunes.

Revisão de textos:

Graça Camara de Sousa

Área financeira:

Mafalda Pedro.

Distribuição e assinaturas:

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

Publicidade:

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

Impressão:

Empresa Gráfica Funchalense
:: MORELENA - PERO PINHEIRO ::Tiragem deste número:
2000 exemplares



PEQUENAS HISTÓRIAS - Que tempo...

Leonor Wemans

(COM) VENTO

PEQUENOS ESCRITORES

Sara Guido - 9 anos

UM SONHO...

Tudo começou quando eu era pequena e me pediram para eu ser astronauta, quero eu dizer, ir à Lua. No início eu fiquei um bocado na dúvida porque gostava de ser educadora, mas depois concordei, pois pensei: se eu fosse astronauta teria conhecimento de ver a Lua ao vivo e a terra como uma simples bola, (e os restantes planetas).

Deram-me uma nave às riscas, bolas e quadrados, pintada de laranja e azul esverdeado. Era um espanto!

Também se vocês pensam que ser astronauta é só arranjar uma nave e arrancar, estão muito enganados...primeiro tem que se aprender que aquele botão era para arrancar, desligar, emergência, eu sei lá! Eram quase mil botões dentro da nave!

Eu arranquei num daqueles dias muito complicados. Mas não fui sozinha, levei a minha mãe, o meu pai, irmão e os gatos, (pois se houve duas cadelas a ir à Lua, porque não gatos?!)

Então aí nesse momento parti. Parti para uma aventura que nunca sonharia, pois os meus sonhos não chegam a esse nível. Durante a viagem comandava a nave e pensava..."eu vou ser famosa e depois?" " Como será estar na Lua?", mas os meus pais diziam sempre que eu tinha de esperar pois no meio daqueles botões todos não conseguia ter calma porque tinha medo de me enganar num desses esquisitos botões, porque com tantas formas e feitios

era complicado! Mas a hora que eu mais gostei foi a de comer, não era pela comida estar boa ou não, mas sim por flutuar por causa da gravidade.

E assim cheguei. Claro que a primeira pessoa a aterrar na Lua fui eu, mas não fui bem a primeira, esse aí não estava na minha nave e tinha



aterrado primeiro, foi aquele americano chamado Neil Armstrong. A Lua não sei, mas eu fiquei muito contente quando a pisei...

Trrrim...Trrrim!

- Ups! É o despertador. Afinal foi tudo um sonho!

A FUNERÁRIA
São João das Lampas

QUINTINO E MORAIS

25 Anos

Funeral Social 356,20 € • Funeral Económico 676 €

SEDE

R. Oliveira, 1, Aldeia Galega
S. João das Lampas – Sintra
Tel.: 21 961 85 94

Filial Mucifal/Colares

R. Visconde d'Asseca, 25
Mucifal/Colares
Tel.: 21 928 23 95

Filial Mem Martins

R. do Moinho de Fanares, 10
Mem Martins
Tel.: 21 921 43 40ATENDIMENTO
PERMANENTE**808 201 500**Brevemente
na Terragem

www.funerariaquintinoemoraes.pt • E-mail: quintinoemoraes@mail.telepac.pt