



Distribuição Gratuita

Cruz Alta

Julho 2012

Edição nº 96 - Ano X
Director: P. António Ramires

www.paroquias-sintra.net

15º aniversário da Ordenação Sacerdotal P. António Ramires

29 de Junho
1997 • 2012

SINTRA
Solenidade de
S. Pedro e S. Paulo

Senhor,
Abençoa o P. António,
a quem escolheste
como instrumento de fé
para Pastor desta
Unidade Pastoral de Sintra.

A sua dedicação,
os seus sofrimentos,
a sua entrega
em tantos momentos,
o seu amor por todos nós:
Abençoa-o, Senhor!

A grandeza
do seu coração,
que sabe entregar
a cada irmão,
oferecendo tudo por Vós;
Abençoa-o, Senhor!

A beleza
da sua ternura,
que tudo abraça
com doçura,
sabendo amar com grande ardor:
Abençoa-o, Senhor!

Pelo Homem que é,
por ser grande na Fé,
por trazer em si o amor:
Abençoa-o, Senhor!

Ámen!

BANCO ALIMENTAR CONTRA A FOME

A Junta de Freguesia de S. Pedro de Sintra e as Conferências S. Vicente de Paulo aliaram-se à campanha e estão a encaminhar o papel recebido para o Banco Alimentar.

O dinheiro é entregue directamente ao Banco Alimentar, sendo as entidades beneficiárias de apoio alimentar, beneficiárias indirectas desta campanha.



viagem a
VISEU
+ Tomada de Hábito
LEONOR WEMANS
dia 16 de Julho

2 dias:
- viagem ida e volta
- estadia 1 noite Hotel Onix 3***
- peq. almoço
- 2 almoços e 1 jantar
- máx. 30 pessoas
- inscrições até 1 semana antes
- pagamento quinto individual 20€

7 dias 90€
Partida: dia 15/7 às 8h
Partida de Sintra
Chegada: dia 16/7 às 20h

Inscreva-se:
Tel: 210 987 036
Tlm: 912 173 914
Online: www.stellamatutina.pt

organização:
STELLAMATUTINA



Editorial

José Pedro Salema

Como vão ser as férias este ano?

Todos os anos penso como será este período, em que tenho os filhos de férias, tentando que possamos estar um pouco em família, mas também que possam eles aproveitá-las de maneira construtiva. E nós, os pais, ficamos sempre um pouco mais afastados, enquanto eles aproveitam para prosseguir o seu caminho, ganhando novas experiências e vivências diferentes, à espera de recuperar as energias para o novo ano lectivo que se segue.

E cá estamos nós, os pais, este ano sem férias, à procura de também nos enriquecermos nesta época, em que geralmente nos deixamos desleixar e afastamo-nos um pouco do nosso maior Amigo, Jesus.

Os dias são maiores, as noites mais amenas, e sempre convidativos ao convívio e à partilha de bons momentos junto de familiares e amigos.

Este ano, como todos os outros, digo que vou ter sempre Cristo presente no meio de nós. Como Ele quer. Será que vamos conseguir esta harmonia?

Claro que é bom colocar esta questão, porque obriga-



me a preparar um espaço onde possamos conviver também com o nosso Paizinho, para então nos sentirmos verdadeiramente em Família.

Teremos o tempo suficiente para partilhar com todos, mas com a sensação de que tudo o que fazemos tem o envolvimento de Deus, em cada um de nós, em cada um dos outros.

Trago o fogo de Cristo dentro do meu coração, que mais preciso para ser testemunho vivo do seu Amor?

- Serenidade.
- Paciência.
- Oração.

Que eu saiba entregar-me nas mãos do Senhor, para

que Ele possa agir através de mim.

Que eu saiba abandonar-me ao Seu Amor, que eu me deixe moldar.

"Senhor, dá-me alento porque sou fraco. Põe as minhas forças em Ti. Ajuda-me a abrir o meu coração, sempre tão fechado e insensível ao Teu desejo de entrar. Faz nascer em mim a vontade de Te acolher e tudo fazer como se fosses Tu. Entra em mim e mexe-me! Abana a minha fé e fortalece todo o meu ser. Não me deixes agir sozinho, antes faz-me acreditar que, sem Ti, nada consigo, nada sou."



Os Nossos Padres

P. António Ramires

Gratuidade

“Mas muitos dos primeiros serão os últimos e dos últimos serão os primeiros” (Mt 19, 30)

Esta conhecida máxima de Jesus remete-nos para uma reflexão acerca da importância de pautarmos as nossas relações pela gratuidade. Não raras vezes somos movidos pelo interesse nalgum tipo de recompensa. De maneira que se torna cada vez mais difícil agir de maneira desinteressada, desvinculada de qualquer prémio ou recompensa nem que seja uma simples menção elogiosa. Até mesmo no que diz respeito a Deus sucumbimos facilmente a uma relação do tipo “toma lá – dá cá”. Na verdade, Jesus profere este dito em resposta a Pedro que, antes, lhe tinha apresentado a seguinte reivindicação: “E nós que deixámos tudo e te seguimos, o que teremos?” (Mt 19, 27b).

A preocupação pelos eventuais benefícios que a nossa ação possa procurar, persegue-nos de tal forma que resulta extremamente difícil realizar algo que seja, para todos efeitos, gratuito. Chegamos, muitas vezes, ao cúmulo de condicionar as nossas atitu-



des e ações à resposta que possivelmente obteremos. E assim fazendo, nos vamos distraíndo, perdendo aquela concentração tão necessária à boa realização dos nossos intentos. Além disso, o deixar-se conduzir pela gratuidade encerra uma experiência de encontro e de comunhão com Deus, pois a sua maneira de se relacionar connosco é absolutamente gratuita. Assim sendo, cada vez que nos esforçamos por assumir a dinâmica da gratuidade estamos nos empenhando na árdua, porém imprescindível, tarefa de nos assemelharmos ao próprio Deus, procurando fazer com que o seu modo de ser contagie o nosso, para sermos verdadeiramente seus discípulos.



A Melhor Parte

Diácono Joaquim Craveiro

Encontro Mundial das Famílias

No dia 03 de Junho, em Milão concluiu-se o 7º Encontro Mundial das Famílias, com a Eucaristia presidida pelo Papa Bento XVI. O encontro teve um tema de grande actualidade e interesse: a família, o trabalho e a festa.

A família, é uma realidade humana, social e económica de grande significado. Hoje mais que nunca é necessário falar destas realidades antropológicas fundamentais. É certo que tanto o trabalho como a festa (celebração) são essenciais à vida familiar. O trabalho tantas vezes exagerado para uns e escasso para outros corrói as relações familiares.

Quando as relações familiares e até o próprio casamento, são relegadas para segundo plano, algo está errado e torna-se necessário parar e redefinir prioridades.

Neste sentido o Papa em Milão, pediu “um equilíbrio harmonioso entre família, trabalho e festa”. É necessário “harmonizar os horários do trabalho e as exigências da família, a profissão e a maternidade, o trabalho e a festa é importante para construir sociedades com um rosto humano”, disse o Papa. Aos empregadores, o Papa pediu que pensem “em ajudar as famílias a conciliar a sua actividade laboral com a vida em casa e apelou ao respeito

pelo domingo” como dia de descanso semanal.

A festa, para além do aspecto antropológico, expressa sobretudo, gratuidade, alegria, partilha, encontro de familiares e amigos. É ela que, em última análise, cimenta a existência familiar.

Por fim, coincidindo o encerramento com a solenidade da Santíssima Trindade, o Papa sublinhou que “esta solenidade convidanos a contemplar este mistério, mas impele-nos também ao compromisso de viver a comunhão com Deus e entre nós segundo o modelo da comunhão trinitária”.

“A família fundada no matrimónio entre o homem



e a mulher é chamada a ser imagem do Deus Uno em Três Pessoas” sublinhou o Papa. E não esquecendo os católicos divorciados lembrou: “encorajo-vos a permanecer unidos às vossas comunidades,...; as paróquias e comunidades católicas, devem fazer todos os possíveis para que os

recasados sintam que não estão fora,...mesmo sem a recepção do sacramento, podem estar espiritualmente unidos a Cristo no seu corpo” acrescentou.

Aos poderes políticos o Papa lembrou que a família é o “principal património da humanidade”.



A vida na UPS



No dia 13 de Maio fiz a minha 1ª comunhão, quando entramos na igreja havia uma alegria enorme no ar e estávamos todos muito felizes por ir receber pela primeira vez o corpo de Cristo.

Fui escolhida para ler a primeira leitura e nunca mais vou esquecer que os meus pais e avós estavam muito emocionados e orgulhosos de mim...

Neste dia também não esqueço o Padre António que com o seu carinho pelas crianças fez uma eucaristia linda.

Agradeço a Deus e à minha catequista Tina este maravilhoso e importante dia da minha vida.

Maria Carrilho

A MINHA PRIMEIRA COMUNHÃO

No dia 12 de Maio fizemos as preparações para a Primeira Comunhão. E, nesse mesmo dia, fizemos as confissões.

No dia 13 de Maio fiz a minha Primeira Comunhão. Eu adorei. Tiraram-me muitas fotografias, recebi um diploma e pela primeira vez tomei o Corpo de Jesus.

Fui fardada, com a farda dos Escuteiros. A igreja estava cheia, pois havia muitas crianças a fazer a Primeira Comunhão, nós e de outros lados. Eu tive de ler uma frase no ofertório solene.

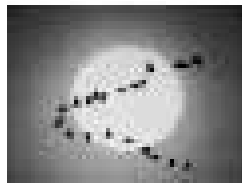
Maria Santos
8 anos



“SIM, EU CREIO! VOU VOAR CONTIGO!”

Catequistas do 6º Volume

PROFISSÃO DE FÉ



Foi com esta declaração de Fé em Jesus Cristo e com este compromisso de O seguirem nas suas vidas que 39 adolescentes das três Paróquias que integram a Unidade Pastoral de Sintra e frequentaram, no ano de actividades que ora finda, o 6º volume do Catecismo fizeram, em 17 de Junho, a sua Profissão de Fé, na Igreja de São Miguel, perante a comunidade reunida na celebração da Santa Missa. Chegados à idade em que a personalidade de cada um e as suas convicções começam a firmar-se e a afirmar-se, assumiram agora, por si próprios, as declarações proferidas pelos seus pais e padrinhos no momento do seu Baptismo.

Iniciaram, assim, uma nova fase da sua vida cristã e da sua inserção na comunidade, como cristãos dispostos a contribuir activamente para a construção de um mundo mais justo e mais fraterno.

Houve, além disso, a oportunidade de acolher um adolescente do mesmo volume como novo membro na Igreja, tendo sido baptizado perante todos, o que permitiu aos restantes reviver, de uma forma mais directa, o sentido do seu próprio Baptismo.

Como preparação próxima para este compromisso, os adolescentes já anteriormente baptizados tinham obtido, na véspera, a graça do Sacramento da Reconciliação, abrindo, mais uma vez, a sua vida à luz do amor de Deus.

Tinham, além disso, participado, em 4 e 5 de Maio, na Quinta da Fonte, no Linhó, gentilmente disponibilizada pelas Irmãs Doroteias, num retiro em que reflectiram sobre a sua condição de cristãos responsáveis, bem como sobre os valores da fraternidade, solidariedade, confiança e ajuda mútuas que devem sempre procurar traduzir na sua vida. Foi-lhes, então, apresentado como exemplo o comportamento dos gansos selvagens durante os seus voos migratórios, a partir do qual extraíram várias lições tendentes à compreensão e à vivência daqueles mesmos valores.

Na ocasião, o conjunto dos “Gansos” elegeu o Sr. Pe. António Ramires como líder do seu bando, a ele se confiando para os “conduzir no voo por todos empreendido em direcção ao objectivo que, segundo a vontade do Pai, lhes é apresentado por Jesus Cristo, com a força de impulsão conferida pelo Espírito Santo”. O nosso Prior declarou aceitar, “com todo o coração” esse cargo, como inerente ao Ministério que lhe foi conferido pela Santa Igreja e confiando sempre na ajuda de Deus.

Que estes nossos “Gansos” jamais desanimem diante das dificuldades e aprendam, como lhes foi proposto, a fazer de cada obstáculo um degrau, sabendo que o Amigo Jesus Cristo nunca os abandona e lhes apresentará sempre o sentido correcto do voo que empreenderam.

A Importância da 1ª comunhão na vida da minha filha



Para mim este dia, para além da confirmação do batismo, foi o reafirmar de uma passagem de valores, de um acreditar uno.

Preparar a minha filha para receber o Corpo de Cristo foi, fazer com Ela um caminho, um percurso que fez com que sentisse Jesus parte da sua vida.

Para mim este dia foi dar significado a todos os ensinamentos cristãos que lhe têm sido passados nos últimos anos e sublinho aqui o papel e fabuloso desempenho quer da sua catequista, quer dos seus avós que têm tido um papel determinante neste processo.

Neste dia foi um orgulho ver o ato responsável e concentrado de todas as crianças ao receber Jesus no seu coração, assumindo a comunhão como uma força que os torna seres melhores, capazes de perdoar, de serem amigos do seu semelhante e também seres capazes de seguirem a vontade de Deus.

Marta Costa



A Vida de Santa Clara de Assis

Irmãs Clarissas

Voz do Silêncio - Santa Clara de Assis (Continuação)

O Mosteiro de

S. Damião

Mergulhar a fundo no mistério de S. Damião é também mergulhar a fundo no mistério que habita o Claustro Divino de cada Mosteiro da Ordem de Santa Clara. Há aqui, nestas paredes abençoadas e nesta "terra sagrada" uma alegria, nova alegria, que não é deste mundo; há aqui uma chama, uma luz, uma energia e um fulgor que unifica todas as coisas e que irradia, que enche de novidade a existência e que rasga o tecido ensombrado do tempo e do espaço...

O pequenino Claustro de Clara tem abismos profundos que mergulham no mistério da Vida e tem alturas infinitas que trespassam o Céu. Tem um corpo, uma alma e um rosto misteriosos: um corpo que é ascese, uma alma que é mística e um rosto luminoso e sorridente cujos lábios silenciosos pregam sem cessar, pelas regiões do mundo, o Nome eternamente bendito do nosso Deus e Criador.

Claustro de S. Damião e Claustro de Santa Clara!

Quem o admira por fora, conhece-lhe a exterioridade, quem o habita e o vive por dentro descobre-lhe o mistério, a bondade e a força que não se descrevem.

Aqui habita o deslumbramento da Beleza Divina e a vertigem gostosa do Eterno; aqui vive-se, respira-se e bebe-se a Verdade da Sabedoria; aqui domina o Absoluto de Deus, esse Absoluto que é todo Amor, que prende o coração com os laços invisíveis e fortes do mais terno encantamento, mas que liberta a alma de toda a sombra, de todo o materialismo, de toda a mesquinhez fugaz das coisas passageiras.

Aqui nada é banal, nada é feito ao acaso.

Vive-se intensamente o presente, com solenidade, beleza e amor, com uma vontade tão grande que ultrapassa a nossa própria pequenez e finitude...

Aqui, neste mundo humano e divino, o império luzente do universo espiritual banha o ser, o conhecer e o agir tão completamente que deslumbra a alma.

O Claustro de Clara é um mundo de sombras e de luz: sombras silenciosas e queridas destas doces paredes sagradas, e luz intemporal, suave e poderosa d'Aquele que é infinitamente Misterioso e Bom.

No coração da majestade singela e silenciosa dos Mosteiros de Santa Clara brota uma torrente de vida nova para o mundo. Nele sente-se palpitar o espírito de alegria da Mãe Santa Clara, esse mesmo espírito vivo e atuante que contagiou tantas almas apaixonadas pela mesma missão invisível, almas de simples mulheres, continuadoras de uma obra gloriosa de amor, adoração, reparação e penitência, no mais sublime escondimento que, acreditamos na pura fé, derrete o gelo inóspito do coração da humanidade e o ilumina.

A verdadeira beleza deste Claustro está em Jesus Eucaristia, Rei soberano do Mosteiro, Rei dos corações, das almas e das vidas, ajoelhadas dia e noite diante do Sacrário.

Mergulhadas permanen-



temente neste mundo místico, vivemos a vertiginosa aventura divina, abismadas na maravilha sobrenatural que reveste todo o nosso Mosteiro.

O Claustro é um pequeno mundo que abarca o universo inteiro e toda a história da humanidade. Todos estão presentes no nosso trabalho, na nossa oração e na adoração perpétua... todos sem exceção!

O nosso Mosteiro, todo ele é Casa de Deus, Lugar Sagrado, Mansão do Altíssimo, Altar do Amor Divino e trono do Santíssimo Sacramento.

Neste chão arde um fogo secreto que contagia as nossas almas e os nossos corações; atmosfera onde se respira um ar misterioso; brisa fresca, silenciosa, que desafia a escalar mais alto os cumes da perfeição; profecia da verdadeira fraternidade.

O Mosteiro de S. Damião é a semente forte que fez germinar ao longo destes **800 Anos** centenas de Mosteiros espalhados pelo mundo.

Mistério de amor! Que importa sondar, perscrutar... e viver!



Concerto

FREI HERMANO DA CÂMARA

CELEBRAÇÃO DA FUNDAÇÃO DA
ORDEM DE SANTA CLARA DE ASSIS



8 de Setembro | 21h30

Centro Cultural
Olga Cadaval

SintraQuorum



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

Cálculos (pedras) nos rins e vias urinárias

Urolitíase é o termo médico que significa a presença de cálculos nos rins ou nos ureteres ou na bexiga. Como se sabe, temos dois rins, um à direita, outro à esquerda. De cada um deles sai um ureter, que conduz a urina para a bexiga. Daqui, a urina sai pela uretra para o exterior do corpo.

Cálculos são como pequenas pedras, duras de consistência, que se podem formar nos rins ou em qualquer local das vias urinárias, e que podem causar dor, hemorragia, obstrução do fluxo urinário, ou infeção. Os cálculos podem também formar-se noutros locais do organismo, como na vesícula biliar.

Calcula-se que todos os anos, aproximadamente, 1 em cada 1000 adultos é internado num hospital devido a cálculos das vias urinárias. Esta doença incide duas vezes mais no sexo masculino, e tem um pico de

incidência entre os 20 aos 50 anos. Cerca de 90% dos cálculos são compostos de cálcio, sendo os restantes constituídos de ácido úrico e de outras substâncias. O volume dos cálculos é variável, podendo atingir 2,5 cm ou mais de diâmetro que se poderão alojar no rim. Outros, inframilimétricos, poderão ser tão pequenos, que nem à vista desarmada são observáveis, podendo facilmente serem eliminados pela urina.

Sintomas

Os cálculos muito pequenos, geralmente, não dão sintomas. Aqueles que obstruem o ureter, ou a drenagem do rim, poderão provocar dor muito intensa. Um meu Professor dizia nas suas aulas que, se ao visitarmos um doente em sua casa o virmos em cima de um armário com dores, ele sofre de uma cólica renal, caricaturando a atitude do doente suportando a forte

intensidade da dor provocada por um cálculo do rim ou das vias urinárias. De facto, a cólica renal, consequência da presença dum cálculo ou do seu deslocamento nas vias urinárias, pode provocar uma dor muito intensa, intervalada por períodos de acalmia, ou não, localizada, normalmente nas costas, em baixo, irradiando para as virilhas. Esta dor pode ser acompanhada de náuseas ou vômitos. Pode verificar-se a presença de sangue na urina ou a sensação de dificuldade em urinar, dado que o cálculo pode ir descendo pelo ureter, ou surgir, secundariamente, uma infeção, quando, neste caso, há uma obstrução do fluxo da urina, com dificuldade do seu esvaziamento, criando-se condições para o desenvolvimento de bactérias. Quando a obstrução é total e prolongada, a urina reflui para o rim podendo, por pressão, lesar este órgão (hidronefrose).

Diagnóstico

Confirma-se a presença de cálculos através de exames radiológicos, mais ou menos sofisticados. Se o cálculo for de cálcio o Rx simples do abdómen pode ser um bom meio de diagnóstico. As análises da urina podem apresentar sangue ou células de pus, ou até pequenos cristais reveladores da presença de cálculos.

Prevenção e Tratamento

Na prevenção desta doença, é necessário, em primeiro lugar, analisar a composição química do cálculo pré-existente. Se for de cálcio, recomenda-se o consumo de líquidos, uma dieta pobre em cálcio e a toma de um tipo de diuréticos. Se o cálculo for de ácido úrico, aconselha-se uma dieta pobre em carnes e outras proteínas, porque estes alimentos também provocam o aumento da concentração de ácido úrico na urina, justificando-se, também, medicação para



reduzir a acidez da urina.

Os cálculos muito pequenos, não merecem intervenção. No caso de existir dor, terá o doente de tomar analgésicos potentes e, eventualmente, terá de recorrer ao serviço de urgência. Os cálculos situados no rim, à sua saída e na porção alta dos ureteres podem ser destruídos com ondas de ultra-sons (litotricia extracorpórea), sendo os respectivos fragmentos eliminados depois pela urina. Os cálculos pequenos situados abaixo, nos ureteres e bexiga, são extraídos pela uretra através da endoscopia. Os doentes portadores de cálculos maiores, terão de ser sujeitos a intervenção cirúrgica.



Nutrição

Elsa Tristão, Nutricionista

Privação do sono e as suas consequências metabólicas

A cultura do "24 horas por dia, 7 dias por semana" da sociedade ocidental, que representa cada vez mais horas sem dormir, devido à pressão social ou profissional, tem implicações na qualidade do sono e, talvez no risco de obesidade e diabetes, como alguns estudos científicos indicam.

O que significa o sono?

O sono é essencial para a vida e é a base de muitas funções fisiológicas e psicológicas do organismo, tais como a reparação de tecidos, o crescimento, a consolidação da memória e a aprendizagem. Embora nem todos os adultos precisem do mesmo número de horas de sono, os especialistas acreditam que menos de 7 horas de sono por noite, numa base contínua, pode ter consequências negativas

para o corpo e para o cérebro.

O sono e o metabolismo

Ao analisar a relação existente entre o sono e o metabolismo é difícil determinar se certas circunstâncias metabólicas levam ao sono, ou se a qualidade e a duração do sono é que impulsiona o metabolismo. Por exemplo, períodos mais longos de sono profundo são observados em indivíduos fisicamente activos, tal como em aqueles com a glândula tiroideia hiperactiva, ambos os casos também associados a um metabolismo mais rápido. Contrariamente, indivíduos com uma hipoactividade da tiroide e, consequentemente, com um metabolismo mais lento, tendem a desfrutar de menos horas de sono profundo.

Inversamente, a privação do sono está ligada a várias mudanças adversas na actividade metabólica. Por exemplo, os níveis de colesterol sérico (uma hormona envolvida na resposta ao stress) aumenta, a resposta imune é afectada, diminuindo a capacidade do corpo para processar a glicose, e o controlo do apetite é alterado. Estas alterações metabólicas são também típicas em indivíduos cujo padrão do sono é perturbado devido, por exemplo, ao cuidar de um bebé ou a existência de uma doença. O resultado final é que o funcionamento normal do organismo é influenciado pela falta de sono, e com isso certas consequências metabólicas.

Será que a falta de sono influencia a saúde?

Os estudos

epidemiológicos e laboratoriais efectuados, sugerem que a falta de sono pode desempenhar um papel no aumento da prevalência de diabetes e obesidade. A relação entre a restrição do sono, ganho de peso e o risco de diabetes pode dever-se a alterações no metabolismo da glicose, ao aumento do apetite e a uma diminuição do gasto energético.

O sono e o metabolismo de glicose

A redução dos períodos de sono está associada a uma redução da tolerância à glicose e a um aumento da concentração de cortisol no sangue. A tolerância à glicose é um termo que descreve a forma como o organismo controla a disponibilidade de glicose sanguínea,



para os tecidos e cérebro. Em períodos de jejum, o elevado nível de glicose e insulina no sangue indica que a distribuição da glicose pelo organismo é realizada de forma inadequada. Há evidências que demonstram que a baixa tolerância à glicose é um factor de risco para a diabetes tipo II. Estudos sugerem que a restrição do sono, a longo prazo (menos de 6,5 horas por noite), pode reduzir a tolerância à glicose em 40%.



Sintra e as suas Lendas

Guilherme Duarte

Lenda do Túmulo dos Dois Irmãos



“É conhecida esta sepultura pela denominação de Sepultura dos Dois Irmãos, nome que já tinha no século XV, como consta de um instrumento daquela época. Dizem os naturais que, o que dera origem a esta denominação fora a tradição que entre eles corre antiga de pais e filhos que passo a descrever como a ouvi a um velho de noventa anos todo inebriado da sua veracidade: Dois irmãos traziam amores por uma donzela que por aqueles sítios habitava, ignorando ambos os amores um do outro. Acontecendo por uma triste fatalidade encontrarem-se os dois irmãos, em uma noite tenebrosa, debaixo do balcão do objecto que tão enfeitados os trazia, um deles, persuadido que o outro lhe disputava os favores da sua dama, corre cego e inconsiderado sobre ele, e o estende morto a seus pés, vítima de um frenético ciúme. Porém, qual é a sua desesperação, quando pela voz moribunda daquele que julga seu rival, reconhece ter sido assassino do seu próprio irmão, que muito amava e lhe expira nos braços! Cheio de desespero, volta contra o peito o ferro fraticida, e a cai morto sobre o cadáver ensanguentado do irmão, preferindo uma morte pronta, a uma vida inconsolável, cheia de remorsos.”

Do livro “Cintra Pinturesca” de autoria do Visconde de Jerumenha, (1839)

(Este túmulo encontra-se situado em S. Pedro de Penaferrim na Avª Conde Sucena, em frente ao complexo desportivo do 1º de Dezembro).



O Optimismo

Sê sempre optimista. Olha as coisas ao teu redor, como ali postas por Deus para o teu bem, a tua saúde e a tua felicidade.

Nada de medos.

Nada de pensamentos negativos.

Afinal, de quem és filho? Do bem ou do mal? Tu és filho de Deus; portanto, a substância que em ti existe é a do bem.

E lembra-te de que pertences ao Bem infinito, contra o qual nenhuma força negativa avança, nem consegue triunfar. Tu andas envolto no manto de protecção divina. Confia!

**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

VEDICERCA
Produtos com Qualidade para Vedações de: Escolas • Polidesportivos
Industriais • Monedas • Jardins • Estádios • Protecção da Natureza • Agro-Pecuária

MELHORES VEDAÇÕES UM INVESTIMENTO COM TODA A SEGURANÇA

PAINÉIS PLASTIFICADOS

VEDAÇÕES • REDES • ATAMES • POSTES

POENTE PNEIAS - APARTADO 6 - 2671-901 LOURES
☎ 219 898 700 - Fax: 219 898 709

Temos ainda outros tipos de redes e produtos afins. Preço especial para aplicações.

FÁBRICA DAS VERDADEIRAS QUEIJADAS DA **SAPA**

QUEIJADAS DA SAPA CINTRA

Volta do Duche, 12
Tel. 219230493

SINTRA
PORTUGAL

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



Foto Comentário

Guilherme Duarte

Sintra - Entre o Esplendor e a Ruína

No final da primeira metade do século passado era possível percorrem-se as ruas de Sintra sem deparamos com um edifício abandonado ou em ruínas. Nessa época o património edificado da nossa terra estava bem conservado pelos seus proprietários que faziam questão em não o deixar deteriorar. Sintra era então uma vila com a cara lavada, cuidada, elegante e acolhedora onde dava gosto viver, pelo que era muito procurada pelas famílias mais abastadas para aqui se radicarem ou apenas para usufruírem dos seus encantos nos fins de semana e nos períodos de férias. Não havia palacetes, mansões, quintas ou vivendas abandonadas nem jardins deixados ao desleixo transformados em verdadeiros matagais, como acontece actualmente.



Sintra era nesse tempo um destino de férias bastante apreciado por muitas famílias portuguesas e estrangeiras que aqui acorriam. No verão a nossa vila recebia com hospitalidade e simpatia todos os que procuravam em Sintra o percurso entre Sintra e as Azenhas do Mar, por entre pomares e vinhedos, sempre com a beleza da nossa serra como pano de fundo. A praia não exercia ainda a sua ditadura e alternava com os prazeres do campo, o ar puro da montanha, a fresquidão da floresta, a amenidade do clima e as águas cantantes que, cristalinas, jorravam abundantemente nas fontes e corriam serra abaixo em numerosos regatos, a preferência dos veraneantes. Sintra era então uma vila tranquila onde a vida sorria e todos os seus habitantes tinham gosto em preservar e embelezar as suas casas e jardins onde era quase uma obrigação plantar pelo menos uma cameleira para enfeitar a Primavera sintrense com a sua flor emblemática, a camélia.



Os anos foram-se sucedendo rapidamente como rápida foi a mudança de gostos e de hábitos dos portugueses que passaram a adoptar outros costumes e preferências. O uso do automóvel generalizou-se, o acesso às praias ficou bastante mais facilitado e actualmente a balbúrdia dos areais superlotados sobrepõe-se definitivamente ao sossego dos campos e da floresta. O sol escaldante tornou-se mais apetecível que a fresquidão dos bosques. Simultaneamente outros sons foram invadindo os dias de Verão. O rumorejar melodioso das águas correntes, o sussuro brando da folhagem das árvores a responder às carícias da brisa suave e os trinados alegres da

passarada foram destronados definitivamente pelo ruído estridente dos transistores, pelo o som irritante das "raquetadas" e pela vozearia da população em "cuecas" a abafar o grasnar das gaivotas e a melodia sincopada das ondas a lançarem-se furiosamente sobre a areia dourada da praia. As novas modas roubaram a Sintra os seus veraneantes, o tempo foi levando consigo muitos dos antigos proprietários enquanto os herdeiros, em litígio, se perdiam em infundáveis e ruinosas batalhas judiciais enquanto as suas propriedades se iam deteriorando por efeito do abandono a que foram votados e pela acção destruidora do tempo. Hoje, a vila de Sintra tem centenas de edifícios em ruínas, muitos deles com um passado faustoso atrás de si. Outros, mais modestos encerram simplesmente a memória de tantas e tantas famílias que os habitaram. As suas paredes foram testemunhas silenciosas de vidas passadas, de alegrias e dramas, de felicidade e de dor de sintrenses que nelas nasceram, viveram e morreram, São edifícios com história, a história simples de gente simples da nossa terra. Essas paredes que serviram durante tantos e tantos anos como porto da abrigo para tantas famílias estão hoje por terra derrubadas pelo desinteresse e pala incúria. É a história e a memória de uma parte de Sintra e das suas gentes, transformada num montão de destroços.



Poesia

Guilherme Duarte

O banco de pedra, o cuco, o meu pai e eu

Quantas vezes nos sentámos
Neste banquinho de pedra
À sombra do arvoredado
Para ouvir cantar o cuco.

Presta atenção.
Há emoção e beleza
Neste cantar a tristeza.
...

Não percebi nunca, pai,
Porque te agradava tanto
Esse canto
Pobrezinho e melancólico.

Passaram anos,
Envelheci,
Mas continuo a vir aqui
Sentar-me neste banquinho
E voltar a ser criança junto
a ti.

Eu acho que o cuco sabia
Quando tu aqui chegavas
E começava a cantar
Logo que te presentia.

Imaginar-nos de novo
Em silêncio, lado a lado,
A ouvir cantar o cuco.

Cu, cu! Cu, cu!

Julgo ouvir, vindo de longe:
Cu cu! Cu cu!

- Toma atenção,
Estás a ouvir?

Presto atenção,
Apuro o ouvido

- Estou, pai, estou a ouvir,
Mas é um canto tão triste!

Mas afinal,
Do cuco nem um sinal.

- É verdade sim meu filho,
É muito triste este canto.
É o canto envergonhado
De uma ave solitária
Que escolhe as árvores mais
altas

Apenas ouço o trinar
Da passarada a cantar
Escondida entre a ramagem
Froncosa, do arvoredado.

Para ao mundo apregoar
Neste seu triste cantar,
Toda a sua solidão.

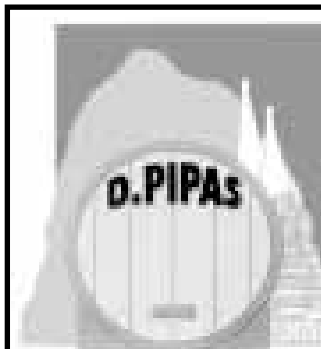
Os anos passaram, partiste .
Estás agora noutra local,
Num outro mundo,

É uma ave parasita,
Não gosta de trabalhar
Não tem ninho
Nem família.

Num sítio melhor, decerto,
Mas eu sei que onde estás,
Há um banquinho de pedra
Onde te podes sentar
Para ouvir o cuco cantar.

Larga os ovos
Nos ninhos dos outros
pássaros
Que os seus filhos, criarão.
Mas ouve bem,

Aquele cuco teu amigo,
Que ao sentir a tua ausência
Bateu as asas
Voou nas alturas
E foi ter contigo.



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

Dia da UPS

Guilherme Duarte

Estavam os apóstolos fechados numa sala com medo dos judeus quando Jesus Ressuscitado apareceu no meio deles dizendo-lhes: “A paz esteja convosco. Assim como o Pai me enviou também eu vos envio”. Depois soprando sobre eles disse ainda: “Recebei o Espírito Santo...”

É assim que o Evangelho de S. João nos relata os acontecimentos que a Igreja celebra com toda a solenidade no dia de Pentecostes.

A Unidade Pastoral de Sintra também celebrou o Pentecostes com a solenidade requerida pela importância dessa data reunindo numa sala toda a comunidade católica sintrense. Não havia agora portas fechadas nem os cristãos que ali se encontravam, e eram muitos, tinham receio de ninguém. Jesus voltou a estar presente entre eles e soprou sobre as

suas cabeças oferecendo-lhes, também eles, a graça de receberem o Espírito Santo para os iluminar e fortalecer a sua Fé. Terminada a cerimónia que ali os reuniu, todos partiram para as suas casas, mais fortalecidos e dispostos a testemunharem perante o mundo o seu amor a Cristo.

Uma vez mais a nossa UPS viveu um dia inesquecível no pavilhão de Nafarros. Primeiro com a celebração da Eucaristia, participada por muitas centenas de fiéis, a que se seguiu o habitual almoço de convívio que decorreu bastante animado com a alegria de quem sentia junto a si a presença de Jesus, o seu Senhor.



Os cristãos hoje têm tantos ou mais inimigos do que no início do cristianismo mas agora já não têm medo nem se fecham em salas com portas trancadas, antes pelo contrário, abrem-nas de par em par num convite a que todos possam ali entrar, mesmo aqueles que os atacam. É que agora, fortalecidos pelo Espírito Santos já não sentem receio algum. A hora não é de medos mas de ousadia e de coragem, a coragem de sair à rua e proclamar bem alto os valores cristão bem expressos no Evangelho de Jesus e a melhor forma de o fazer é através do bom exemplo e das boas práticas cristãs.

Crisma

Migalha de Pó

DIA DO SENHOR UM COMPROMISSO

Hoje foi dupla a beleza do Dia do Senhor. Entre nós esteve D. Joaquim Mendes bispo auxiliar de Lisboa para celebrar o Crisma no meio de muitos rostos sorridentes e confiantes em Cristo – Luz, Verdade e Vida. E, embora tendo que dizer um adeus, sem o ser propriamente, saudamos a nova etapa da vida do Padre Custódio. Dois motivos de alegria e também bons motivos para nos por a pensar; A todos os que somos Crismados, qual é o testemunho que damos desse renovado SIM? Crescemos para Deus na figura do irmão que caminha ao nosso lado? Ou apenas olhamos em frente correndo para uma meta que por vezes nem sabemos bem qual é? A

nossa prioridade é o nosso “mundozinho” ou estarmos no mundo? Por vezes faz bem parar e olhar o mar, perdemos nesse horizonte infinito e falar connosco, redefinir o plano, analisar todos os passos e pormo-nos de novo a caminho.

O outro motivo para pensar um pouco tem a ver com a nova etapa da vida do Padre Custódio. Por um lado, pelo nosso lado, gostaríamos de o ter no meio desta nossa família, de o continuar a ouvir aos domingos, de beber da sua alegria de vida, da sua experiência e da forma cativante e viva como fala do nosso Pai celeste, se quisermos ser correctos esta é uma visão “egoísta” da nossa parte. Temos um “presente” e, como crianças ciosas das suas coisas, não o queremos partilhar.

Mas mesmo os “presentes”

têm uma função e uma vida, têm uma missão.

Se os guardarmos para nós, perdemos todo o seu vigor, porque só nós valorizamos, porque os escondemos e não permitimos que outros absorvam tudo o que têm para dar, não permitimos que lhe deem asas para subir mais alto, para ser vida no meio de muitos mais. Há pois que saber abrir mão da exclusividade e permitir que muitos irmãos na fé possam crescer e renovar-se com o vigor, e força, com a alegria e vivacidade que nos foi permitido receber das mãos do Padre Custódio.

Possa ele ser mais luz e vida na nova comunidade que o vai acolher. Que Deus o cumule de bênçãos e força do Alto para continuar a servir

Sim, este foi um domingo de sorrisos e corações alegres, de desejos íntimos e

de votos partilhados.

Sim, este foi um momento do Semeador semear novas sementes para que

deem muito fruto. Que todos possamos ser grãos de mostarda, porque as grandes coisas por vezes são mesmo as mais pequenas e invisíveis, são as transformações que aos poucos vamos permitindo que se operem em nós pela força do Espírito.



Procissão de 16 de Julho na Abrunheira

Missão na Guiné

Rita Carvalho

Fé ku Esperança, Paz ku Amor

Assim os chamámos no final de mais um encontro de vocacionados...

Cheguei a casa cansada mas tão feliz por este dia! Começou da melhor maneira no silêncio da nossa capela, só Tu e eu... Tu em silêncio, eu a matraquear... as minhas preocupações, planos, ideias... como sempre. De repente calaste-me. És tão simples... e eu tão complicada! Lembrei-me daquela rapariga que dizia que Deus é como o UZO: descomplicado! "Simples". Gravaste esta palavra no meu coração esta manhã. Olhei para aquele sacrário onde estavas e pensei "sim, tão simples". Enquanto caminhava para ir ao Teu encontro, na catedral, repetia "tão simples...". Depois a Tua Palavra explicava como tinhas vindo simplificar aqueles complicados antigos rituais. Uma nova e eterna aliança, simples, de uma vez para sempre. Não mais sacrifícios, um só Cordeiro... Deste-Te todo, até ao fim, sem complicações nem clausulas. Entregaste-Te todo, simplesmente, por nós. Depois confirmei... Tu, meu maior bem e aspiração, tão alto, tão imenso e glorioso, vieste até mim aqui, neste pão tão torto, tão frágil... tão simples.

Hoje foi dia do Corpo de Cristo aqui na Guiné-Bissau, que por si só já "enche as medidas"! Mas foi também dia do acólito. Olhar para aqueles vinte jovens de branco comoveu-me. Também aqui me falaste da doçura das coisas simples... Porque servir-Te no altar é revestir-se dessa Tua simplicidade. É fazer-se boa lanterna, que em si mesma nada tem de bom, mas que é eficaz quando ajuda a entender melhor a realidade que ilumina. É fazer-se pequenino, como aquele jumentinho, que nada valendo teve a graça de Te levar na entrada em Jerusalém... não porque era bom, pobre jumento, mas porque "o Senhor precisa dele"!

No final da tarde tivemos o habitual encontro do grupo de vocacionados, a maioria deles também acólitos. Estavam a festejar o seu dia, com a simplicidade que aqui é habitual: uma panela de arroz, molho, dois ou três peixes... Tudo junto na travessa e dá sempre para mais um. Para completar não pode faltar a música! Voltando ao encontro dos vocacionados, o Pe Admir não podia vir, a Irmã Zenaida também não estava e eu, sem saber bem o que fazer nem ter nada preparado, já ia voltar para casa... Mas eles queriam ter encontro! Lá nos sentámos debaixo da palhota... Olhei para aqueles quatro rapazes, tão simples e tão especiais. "Hoje são vocês que fazem o encontro..." passei a batata-quente, é verdade! Depois de reclamarem um bocadinho, lá começámos, invocando o Espírito Santo. Um por um o Maio, o Leopoldo, o Djata e o Duarte deram o seu testemunho. São os quatro jovens do nosso grupo, candidatos a entrar no seminário no próximo ano. O Maio contou com alegria como lhe tinha ardido o coração pela primeira vez ao participar na ordenação do Pe Avito, dois anos atrás; o Leopoldo continuou a deixar o seu constante pedido "rezem por mim", confiante de que as orações que temos feito por ele ajudaram que o seu pai, inicialmente contra, acabasse por aceitar a sua entrada no seminário; o Djata mostrou a sua perseverança, mesmo quando o ano passado, tendo tudo pronto para entrar no seminário, lhe foi pedido que esperasse mais um ano; o Duarte partilhou as suas enormes dificuldades com a família, que lhe negou todo o apoio até àquela conversa com a sua mãe, inconsolável, que por fim compreendeu a profundidade do chamamento do seu filho... Os quatro deixaram ao resto do grupo palavras de esperança e encorajamento para esperarem, com paciência, a "hora do Senhor", que chega para todos... Emocionados, todos quiseram fazer perguntas, desejar coragem, força, aconselhar a obediência, o empenho, pedir orações... Acima da natural tristeza por ainda não ter chegado a sua vez, todos mostraram grande alegria e orgulho por aqueles quatro! Por fim tentei falar, mas ainda não lhes consigo explicar em crioulo aquilo que vai cá dentro, numa linguagem sem língua, porque nem em português vos consigo explicar. Peço-vos só que rezem, como eu hei-de rezar sempre, por estes e todos os jovens que procuram com todas as suas forças descobrir o seu lugar, aquele onde o nosso Jesus os sonhou, os deseja ardentemente e os espera. Rezemos especialmente por estes quatro, "Fé e Esperança, Paz e Amor", para que sejam sempre tão simples como são hoje...



PROCISSÃO 16 Junho - Abrunheira

No passado dia 16 de Junho foi dia de festa para a Unidade Pastoral de Sintra, e em especial para a comunidade da Abrunheira, que recebeu com alegria a imagem de Santo António no terreno da futura igreja de Santo António.

Seguiu-se a procissão que percorreu várias ruas da Abrunheira, e onde mais uma vez ficou demonstrada a devoção e alegria com que a população da Abrunheira recebeu a imagem do seu padroeiro, enfeitando e preparando com devoção a passagem da procissão.

Presidiu à celebração o nosso pároco o Padre António Ramires, que deu especial realce à vida de Santo António, que deve servir de exemplo para todos nós, em especial nos tempos atuais. A Eucaristia finalizou com a já tradicional "Bênção do Pão de Santo António".

Pedro Martins



O Reino de Deus está próximo

Teresa Santiago

“ CONVERTEI-VOS E FAZEI PENITÊNCIA POIS O REINO DOS CÉUS ESTÁ PRÓXIMO”

Jesus anuncia o Reino de Deus e convida-nos à conversão, ao perdão, ao desprendimento, à entrega, à libertação, à renúncia. O que nos pedes não é fácil mas não é impossível. Contigo a caminhada do perdão é mais fácil, é um caminho de mortificação e humildade, temos de nos superar, amando e perdoando os nossos irmãos.

É um passo difícil porque não é amar só de palavras, é amar quando nos ofendem ou humilham, vendo neles irmãos a quem Deus ama. É o perdão que Deus pratica connosco. Temos que pedir a Deus que tenha piedade de

nós. Seremos fiéis à oração para nos esclarecer e fortalecer e para não cairmos nas tentações. Ele socorre-nos com a sua Misericórdia, com o Seu amor. Viver o Evangelho é caminhar em humildade e caridade para que sejamos um belo jardim, para nos continuarmos a tratar com todo o carinho. Quando nos convidas para o Teu Reino e nos dizes: “ Segue-me”, custa-nos assumir e imitar-TE. Sabemos que é difícil viver pobre, deixar tudo numa vida simples, sem luxo, sem ostentação. Não é impossível se olharmos para a Tua vida pública, és o pobre carpinteiro de Nazaré,

viveste em austeridade e pobreza, até afirmaste: “ o Filho do Homem não tem onde reclinar a cabeça”. Viveste a pobreza do tempo, não tinhas muitas vezes tempo para Ti. Venceste a tentação do ter mais, do ter sem amontoar bens e riquezas. Senhor, se não temos cuidado até nos próprios actos de piedade, até mesmo nas obras de caridade, apostolado, visitas a pobres e doentes, até nisso buscamos a nós próprios. É, verdade meu Jesus, amaste os pobres misteriosamente, foram sempre os Teus mais próximos, os Teus mais queridos, os Teus predilectos e



amados.

Obrigado Senhor, que nos ensinas a ser livres e alegres, por nos ires purificando as intenções.

Obrigado Senhor, por nos

ensinares a deixar tudo sem amargura, sem saudades, por uma vida mais conforme a Tua Vontade.



Exemplo de Fé

Rui Órfão

Durante os meus tratamentos de quimioterapia, conheci e fiz uma forte amizade com um grupo de pessoas, que faziam tratamento e com os respectivos acompanhantes, a união deste grupo era tão grande que ficávamos sentados ao lado uns dos outros dentro da sala de tratamentos, já tínhamos cadeira marcada. Mas no meio deste grupo, houve um membro que me marcou fortemente, a Srª. Dª. Ermelinda.

Esta senhora sofria de cancer da mama e por último atingiu-lhe os pulmões, vivia em grande sofrimento, tinha que andar com a bilha de oxigénio, para poder respirar sem grande esforço, custava-lhe a movimentar-se, enfim a fazer a sua vida normal, mas sempre com um sorriso no olhar e nos lábios.

Durante um tratamento, mal eu sabia que seria o último para ela, começámos por falar sobre a Nª. Srª. de Fátima, porque a Srª. Dª. Ermelinda estava muito triste pelo facto de ter feito uma promessa a Nª. Srª. e não conseguia cumpri-la, e eu disse-lhe para não se preocupar, para ir à mesma, ao Santuário de Fátima, e agradecer à Virgem



Maria por tudo o que Ela lhe tinha feito. Pois Ela sabia bem o sofrimento e a tristeza que a Srª. Dª. Ermelinda sentia por não poder cumprir a promessa, mas o que interessava era a sua Grande Fé.

Continuamos a conversar e eu disse-lhe que era catequista na Unidade Pastoral de Sintra, no Centro de S. Miguel e ela contou-me que a sua filha era catequista na Paróquia da Brandoa.

Acabou o tratamento, saímos da sala, fiquei no hall de entrada e a Srª. Dª. Ermelinda, dirigiu-se à secretaria, quando voltava veio na minha direcção, com o seu braço estendido e com a mão fechada, e com um impulso eu estendi a minha mão, na qual ela depositou uma medalha da Nª. Srª. de Fátima, este gesto

marcou-me muito, ainda para mais, foi o último dia que a vi com vida. Quando olho para esta medalha, vem à minha memória a imagem de uma Mulher, Corajosa, Lutadora, Alegre e Cheia de Fé, e como me dá força e coragem para enfrentar os meus tratamentos.

Tenho a certeza que neste momento a Srª. Dª. Ermelinda, está feliz, porque acabou o sofrimento e está junto do Pai. E também tenho a certeza que intercede por mim para que eu vença a minha batalha.

Obrigado Srª. Dª. Ermelinda, pela sua força, coragem, alegria e principalmente pelo seu Exemplo de Fé.

Quando estou dentro da sala de tratamentos, olho para a cadeira que a senhora ocupava, e vejo-a a sorrir.

Padre Custódio

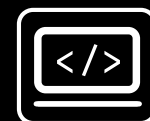


O P. Custódio faz 44 anos no próximo dia 5 de Julho. Será celebrada Missa às 19h00, em S. Miguel, a que se seguirá um pequeno convívio partilhado, no Bar.

Aproveitaremos a ocasião para lhe desejar as maiores felicidades, na sua nova Missão: Pároco nas Paróquias de Igreja Nova, Cheleiros e Alcaínça, a partir de Agosto.

Apesar de sabermos que ele não gosta de despedidas, não deixaremos de lhe dar um caloroso abraço.

Agradecemos a Deus pelos muitos dons que lhe dedicou, pela sua alegria, pela sua entrega, pela sua disponibilidade, pela sua amizade. Bem-haja P. Custódio! Guardamo-lo no nosso coração.



RuiAntunes.net

design gráfico // webdesign // publicidade

www.ruiantunes.net

 **Para os mais novos**
António Torrado/Cristina Malaquias
O leão e o mosquito

Algures, no coração de África, sobre uma folha tenra e macia da floresta, um mosquito dorme.

Assim que o sol desaparecera no horizonte, o mosquito tinha procurado um poiso tranquilo e adormecera. Com ele, tudo à sua volta adormecia também. Mas eis que rompe o silêncio um tremendo ru-ru-ru-gido. Estremunhados, os bichos acordam e o mosquito da nossa história ergue-se e esfrega os olhos com as patas da frente:



- Que é isto? - pergunta ele, supondo-se no meio de um mau sonho.

- É o leão, o leão terrível - sussurram vozes, aqui e acolá, no escuro da floresta. Enorme é ele, não há dúvida. Bamboleando a sua imensa majestade, chicoteando o ar com a cauda felpuda, de focinho torcido e sobrolho carregado, o leão avança.

O mosquito via mal ao longe. Não fosse ter descido, filtrado pelas nuvens, um raiozinho de luar azulado e ainda a estas horas o mosquito estaria para descobrir quem tão bruta e interrompera o seu sono tranquilo.

- Cale-se e tenha maneiras! - gritou o mosquito, muito abespinhado. - Isto são horas de andar a acordar quem precisa de dormir?

Os bigodes eriçados do leão quase tocavam a folha que servia de cama ao mosquito destemido.

- Quem és tu, insignificante criatura, e quem te deu o direito de te opores às minhas vontades? - perguntou ele, arregalando os olhos que pareciam dois faróis.

- E a si quem lhe deu o direito de me incomodar nos meus domínios?

A esta insolência, o leão fez um grande esforço para não perder a calma.

- Essa é boa! Eu sou o rei da floresta, por isso faço o que me apetece, digo o que me apetece, como o que me apetece e rujo, canto, urro, brado, quando muito bem me apetece.

- E quem lhe disse que era o rei da floresta? - interrompeu-o, tranquilamente o mosquito.

O leão rugiu:

- Que escandaloso atrevimento! Sou o rei, porque sou o rei. Todos os bichos o sabem e têm medo de mim.

- Engana-se - replicou-lhe o impertinente insecto. - Eu, por exemplo, não tenho medo de si. E posso prová-lo.

- Mas isto é inacreditável! - exclamou o leão de juba eriçada. - Um mosquito tem a ousadia de provocar o rei dos animais? Nunca em tal se ouviu falar.

E, dizendo isto, o leão soprou, com quantas forças tinha, para cima da folha, onde estava o mosquito. A folha balançou-se como se o vento a impelisse, enquanto o mosquito, agarrado a ela, rindo-se, pedia:

- Mais, mais. Que belo baloiço!

O rei dos animais não podia suportar tanto descaramento. Abrindo a bocarra, fez menção de engolir o mosquito, mas o insecto, ligeiro, escapou-se a tempo e só a folha entrou, inteirinha, na garganta do leão... O rei dos animais engasgou-se e tossiu:

- Ah! Hoc! Ah! Hoc! Hoc!

Entretanto, o mosquito fora alojar-se, sabem onde? Numa das narinas da fera, nem mais nem menos. As cócegas e as picadas puseram o rei dos animais a espirrar que não tinha fim:

- Atchim! Atchim! Larga-me, deixa-me... Hoc! Ah! Eu abdicó... Atchim! Faça-te rei dos animais... Hoc! Atchim! Faça-te rei, se me deixares em paz!

Ao ouvir isto, o mosquito abandonou a narina do leão, que se pôs a correr pela floresta fora, tossindo ainda, atordoado e vencido.

- Escutem todos - zumbia o impertinente insecto, alertando a noite num voo desordenado. - Agora eu é que mando. Sou eu o rei dos animais. Esta floresta e as outras florestas pertencem-me. Os bichos que as povoam devem-me obediência, porque eu sou o rei. Eu sou o rei dos animais! O REI!

E seria, de facto, o rei dos animais, se não tivesse esbarrado numa enorme teia de fios invisíveis, tecidos pela gulosa aranha das oito patas...

E lá se acabou o reinado do rei mosquito.

Anedotas

<p>Um homem entra na farmácia e pergunta:</p> <p>- Tem óculos? - Para o Sol? - Não, para mim!</p>	<p>Num manicómio, um maluco diz a outro:</p> <p>- Esse espelho é meu! Dá cá! - É teu o tanas! Não vês que tem a minha cara?</p>
---	---

Como se diz sogra em chinês?
Aturatu!

Descobre as 10 diferenças



Sudoku - puzzle

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



Salão de Galamares

Com alegria e a solenidade que se impunha, foi assinalada no dia 24 de Junho a conclusão das obras de restauro e reabertura do Salão de Galamares. Inaugurado em 1916, por iniciativa do Visconde de Monserrate, durante décadas ali se realizaram récitas, festas e sessões de cinema. Até Viana da Motta aí tocou em 1923, numa iniciativa destinada a obter receitas para a electrificação da estrada de Sintra a Colares. Com pinturas e murais de António Graça, Júlio Fonseca e Garibaldi Martins, artesãos ao serviço do visconde, foram recorrentes as peças de teatro onde pontificavam Guilherme Oram ou Eduardo Frutuoso Gaio, o conjunto de saxofones da Sociedade União Sintrense, o Cynthia Jazz ou Os Mexicanos. Depois de um período de apagamento nos anos 70 e 80, foi sob o impulso de personalidades como Edgar Azevedo e António Jorge Manata que ressurgiu em 1979, tendo nos anos 90 o renascido Grupo Desportivo e Cultural de Galamares realce no ciclismo e atletismo, destacando-se, por exemplo, a conquista da I Maratona Popular de Badajoz, em 1996 e a organização de diversos prémios de atletismo.



Mercê do esforço da população, desde então se veio a reabilitar na traça original o dito salão, devolvendo-lhe o brilho perdido, tendo contribuído para essa tarefa a colaboração inestimável da Escola Profissional de Recuperação do Património de Sintra, pelo que, alguns anos e mais de duzentos mil euros depois, e mercê do muito trabalho voluntário da população, finalmente reabriu em prol da cultura e associativismo locais, propondo-se dinamizar a cultura e lazer, além da continuação das actividades da secção de pesca, criada em 2003.

Na cerimónia, a que se seguiu um beberete e uma festa popular, e a que assistiram entre outros, o antigo presidente da Fundação Calouste Gulbenkian, Dr. Rui Vilar e a ex-ministra Isabel Alçada, usaram da palavra António Jorge Manata, presidente da Assembleia Geral do GDCG, Fernando Moraes Gomes, que fez a resenha histórica de Galamares e do salão, e o presidente da Junta de Freguesia de S. Martinho, Fernando Pereira.

Intenções do Papa para Julho




TRABALHO PARA TODOS

Para que todos tenham trabalho e o possam realizar em condições de estabilidade e segurança.

POR UM VOLUNTARIADO QUE SEJA TESTEMUNHO

Para que todos os voluntários cristãos, presentes nos territórios de missão, saibam dar testemunho da caridade de Cristo.



Senhora do Cabo:

Próxima reunião:

9 de Julho
21:30h

Ig. de S. Pedro de Penaferrim



Farmácia Marrazes

Propriedade e Direcção Técnica de
Dra. Célia Maria Simões Casinhas

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

Telef.: 21 923 00 98
Fax: 21 920 90 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 8 - 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

"Os nossos olhos estão postos no Senhor, até que Se compadeça de nós."

LEITURA II 2 Cor 12, 7-10

«Gloriar-me-ei nas minhas fraquezas, para que habite em mim o poder de Cristo»

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

Dia 15 - DOMINGO XV DO TEMPO COMUM

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

Salmo 84, 9ab-10.11-12.13-14

"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 22 - DOMINGO XVI DO TEMPO COMUM

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

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

"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 29 - DOMINGO XVII DO TEMPO COMUM

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

Salmo 144, 10-11.15-16.17-18

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

LEITURA II Ef 4, 1-6

«Um só Corpo, um só Senhor, uma só fé, um só Baptismo»

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

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."

 **O ANO DA FÉ**
Diác. Joaquim Craveiro

Convocado pelo Papa Bento XVI começará no dia 11 de Outubro de 2012, ocasião dos 50 anos da abertura do Concílio Ecuménico Vaticano II, terminando a 24 de Novembro de 2013, Solemnidade de Nosso Senhor Jesus Cristo, Rei do Universo.

Será, pois, uma ocasião propícia para que todos os cristãos compreendam o fundamento da fé cristã como “um encontro com um acontecimento, com a Pessoa que dá à vida um novo horizonte e, desta forma, o rumo definitivo”. (Bento XVI, Deus caritas est).

O início do Ano da Fé coincide com dois grandes eventos que marcaram a vida da Igreja nas últimas

cinco décadas: a abertura dos trabalhos conciliares do Concílio Vaticano II e os vinte anos da promulgação do Catecismo da Igreja Católica.

O Concílio quis “transmitir pura e íntegra a doutrina, sem subterfúgios”. Por isso a Constituição Dogmática Lumen Gentium inicia com a afirmação de que “ a luz dos povos é Cristo”. É a partir desta luz de Cristo que purifica, que ilumina, que resplandece o rosto da Igreja anunciando o Evangelho a toda a criatura. A Igreja quis, pois, aprofundar a natureza íntima da Igreja e a sua relação com o mundo contemporâneo.

O Catecismo compendia “coisas novas e velhas” porque a fé sendo sempre

a mesma é sempre fonte e luz em todos os tempos. O Catecismo oferece inúmeros modos de como a Igreja meditou sobre a fé ao longo dos séculos.

Assim, o Ano da Fé pretende contribuir para uma nova conversão em Jesus Cristo, redescobrimo a fé, e ajudando os seus membros a serem testemunhas creíveis e alegres no Senhor ressuscitado no nosso mundo actual.

S. Paulo dá-nos testemunho da sua fé ao afirmar: “eu sei em quem pus a minha fé” (2Tm. 1,12) e ao mesmo tempo nos ajuda que a fé é uma adesão pessoal do homem a Deus. Este ano da fé deve ajudar-nos no encontro com



Cristo através de autênticos testemunhos de fé.

Por isso, o Ano da Fé deverá ser uma ocasião favorável para aprofundar o conhecimento dos principais documentos do Concílio, e o estu-

do do Catecismo. Por isso o ano da fé exigirá de nós que celebremos de modo mais profundo o grande sacramento da fé – a Eucaristia.



SERVIÇO LITÚRGICO

DE 2 A 31 DE JULHO

Dia 2 – Segunda-feira

19:00 - Missa em S. Miguel

Dia 3 – Terça-feira

11:00 - Missa no Lar de Galamares
19:00 - Missa em S. Martinho

Dia 4 – Quarta-feira

11:00 - Missa no Lar Cardeal Cerejeira
17:30 - Missa em Monte Santos
19:00 - Missa em S. Martinho

Dia 5 – Quinta-feira

09:00 - Missa em S. Pedro
19:00 - Missa em S. Miguel

Dia 6 – 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 7 – Sábado

17:00 - Celebração da Palavra em Galamares
18:00 - Missa em S. Pedro
19:00 - Missa em S. Miguel

Dia 8 – Domingo XIV 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 Linho
17:00 - Missa em Monte Santos
19:00 - Missa em S. Martinho

Dia 9 – Segunda-feira

19:00 - Missa em S. Miguel

Dia 10 – Terça-feira

19:00 - Missa em S. Martinho
21:00 - Partilha da Palavra em S. Pedro

Dia 11 – Quarta-feira

17:30 - Missa em Monte Santos
19:00 - Missa em S. Martinho

Dia 12 – Quinta-feira

09:00 - Missa em S. Pedro
15:00 - Missa no Lar de Oitão
19:00 - Missa em S. Miguel

Dia 13 – Sexta-feira

09:00 - Missa em S. Miguel
15:00 - Missa no Lar ASASTAP
19:00 - Missa em S. Pedro

Dia 14 – Sábado

17:00 - Missa em Galamares
18:00 - Missa em S. Pedro
19:00 - Missa em S. Miguel

Dia 15 – Domingo XV do Tempo Comum

09:00 - Celebração da Palavra em Janas
09:00 - Missa na Várzea
09:00 - Missa em Manique
09:30 - Missa no Lourel
10:00 - Missa em S. Pedro
11:00 - Missa em S. Miguel
12:00 - Missa no Linho
17:00 - Missa em Monte Santos
19:00 - Missa em S. Martinho

Dia 16 – Segunda-feira

17:00 - Atendimento e Confissões em S. Miguel
19:00 - Missa em S. Miguel

Dia 17 – Terça-feira

17:00 - Atendimento e Confissões em S. Martinho
19:00 - Missa em S. Martinho
21:00 - Partilha da Palavra em S. Pedro

Dia 18 – Quarta-feira

17:30 - Missa em Monte Santos
19:00 - Missa em S. Martinho

Dia 19 – 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 20 – 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 21 – Sábado

09:00 - Celebração da Palavra em Galamares
19:00 - Missa em S. Miguel

Dia 22 - Domingo XVI 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 - RR
12:00 - Missa no Linho
17:00 - Missa em Monte Santos
19:00 - Missa em S. Martinho

Dia 23 – Segunda-feira

17:00 - Atendimento e Confissões em S. Miguel
19:00 - Missa em S. Miguel

Dia 24 – Terça-feira

17:00 - Atendimento e Confissões em S. Martinho
19:00 - Missa em S. Martinho
21:00 - Partilha da Palavra em S. Pedro

Dia 25 – Quarta-feira

17:30 - Missa em Monte Santos
19:00 - Missa em S. Martinho

Dia 26 – 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 27 – 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 28 – Sábado

17:00 - Missa em Galamares
19:00 - Missa em S. Miguel

Dia 29 - Domingo XVII do Tempo Comum

09:00 - Celebração da Palavra em Janas
09:00 - Missa na Várzea
09:00 - Missa em Manique
09:30 - Missa no Lourel
10:00 - Missa em S. Pedro
11:00 - Missa em S. Miguel
12:00 - Missa no Linho
17:00 - Missa em Monte Santos
19:00 - Missa em S. Martinho

Dia 30 – Segunda-feira

17:00 - Atendimento e Confissões em S. Miguel
19:00 - Missa em S. Miguel

Dia 31 – Terça-feira

17:00 - Atendimento e Confissões em S. Martinho
19:00 - Missa em S. Martinho
21:00 - Partilha da Palavra em S. Pedro

Palavras para ler e sentir

Maria Joao Bettencourt

Era o nosso refugio – meu e das Princesas – onde não éramos mais que mãe e filhas, mulher e crianças. Ali algo nos unia mais que em qualquer outro lugar, ali fomos nós em estado puro.

Falo de uma pequena casa, mesmo junto a Vila Nova de Milfontes, perto do mar mas longe o suficiente do mundo. Passados mais de 5 anos sem lá entrar, qualquer uma de nós a lembra como nos lembramos de nós – a sua forma, o seu cheiro, o seu falar. O seu tamanho era o nosso tamanho, como um ninho. Sala e cozinha dividiam um espaço que parecia transformar-se, adaptar-se ao sabor do nosso caminhar e dos nossos desejos. Dois quartos onde não cabia mais que uma cama num deles, dois beliches no outro e uma mesa de cabeceira e um roupeiro em cada um deles, acolhiam-nos à noite, como pequenas tocas onde elas regressavam cansadas depois de um dia cheio. Em cada um dos quartos, uma janela que parecia de uma casa de bonecas, com duas portadas de madeira. Um pequeno louceiro, uma mesa, um sofá e uma pequena mesa de apoio, para além do fogão, lava-louça e frigorífico, era o restante mobiliário que ali existia. A nossa ora cozinha, ora sala, parecia estender-se para lá da casa através do que se poderia chamar uma porta, mas que para nós não era mais do que uma moldura para o céu, as árvores e a terra que tínhamos como vizinhos. Havia ainda um alpendre feito de canas e madeira onde sempre que o tempo o permitia, se faziam as refeições, se lia um livro, ou onde nos perdíamos em sonhos e sentires.

O chão de toda a casa era de pedra – pedra tosca e irregular, a mesma pedra que cá fora cobria o chão sob o alpendre e desenhava um pequeno caminho desde o local onde estacionávamos o carro até à

porta, como num desenho infantil.

Talvez fosse o chão, talvez fosse porque a porta que dava acesso ao alpendre teimava em permanecer aberta durante todo o dia, talvez fosse pelo seu cheiro, nunca nos sentíamos dentro de uma casa. Toda a natureza que existia lá fora continuava para dentro.

A nossa pequena casa estava encostada a pinheiros e eucaliptos. Eram eles que nos traziam nos seus ramos, o cheiro do mar pela manhã e o som das ondas pela noite, embalando os nossos sonhos.

A nossa chegada fazia-se anunciar quando ao sair da estrada de alcatrão, o som dos pneus agora num caminho de terra batida soava como a mais bela melodia. Se dormiam, eram 3 as pequenas cabeças que de imediato se levantavam e gritavam: Chegámos!

Parado o carro, era a liberdade.

Liberdade para correr, saltar, explorar, descobrir, aprender e sentir.

Esta pequena casa não era nossa, mas era a nossa casa.

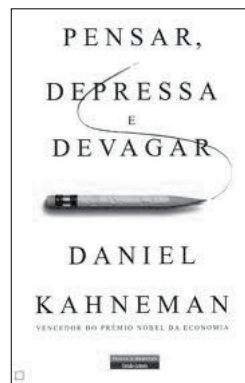
D Estefânia - Um Trágico Amor de Sara Rodi



“Quando D. Estefânia saiu da igreja de São Domingos, pela mão do seu marido D. Pedro V, rei de Portugal, as vozes dos portugueses ditaram-lhe o destino: a rainha vai morta! Vai de capela! Três gotas de sangue haviam-lhe manchado o vestido branco imaculado. A jovem princesa alemã não teve forças para aguentar o

peso do magnífico diadema que D. Pedro lhe oferecera como prova do seu amor. Um amor cúmplice, puro e apaixonado, entre duas almas gémeas unidas em propósito, durante 14 meses. Apenas 14 meses. Escrito na primeira pessoa, num tom confessional e recheado de emoção, a autora Sara Rodi revela-nos a apaixonante história de D. Estefânia Hohenzollern-Sigmaringen. Uma rainha que muitos portugueses viram como um anjo que lhes trouxe a esperança que tanto lhes faltava, sempre disposta a ajudar os mais pobres e desfavorecidos. Não fez mais porque morreu jovem aos 22 anos. Sem ter deixado um herdeiro para o trono de Portugal. Mas deixando um último pedido: a construção de um novo e moderno hospital que prestasse assistências às crianças pobres e desvalidas. O Hospital D. Estefânia. D. Pedro cumpriu o último desejo da sua mulher, mas o rei Muito Amado de Portugal não resistiu à morte de Estefânia e dois anos depois partiu para junto dela.”

Pensar, Depressa e Devagar de Daniel Kahneman



Daniel Kahneman, distinguido com o Prémio Nobel da Economia em 2002 pelo seu trabalho fundamental em psicologia que questionou o modelo racional de tomada de decisões e de formulação de juízos, é um dos mais importantes pensadores da atualidade. Pensar, Depressa e Devagar transformará a maneira como pensamos acerca de tudo.

Agenda Cultural (Julho)

Guilherme Duarte

FESTIVAL DE SINTRA

Dia 1 – NICHOLAS ANGELICH (Piano) - Beethoven e Brahms No Palácio Nacional de Queluz às 21,30 horas - Preço 12 euros.

Dia 6 – PAULO OLIVEIRA (Piano) – Schubert e Beethoven No Palácio Nacional de Sintra às 21,30 horas. Preço 6 euros.

Dia 7 – ENSEMBLE DE BERLIM E SHAI WOSNER - Interpretam Mozart e Beethoven.

Na Quinta da Piedade às 17 horas. Preço 12 euros.

Dia 8 – ARTUR PIZARRO, (piano). Interpreta Mozart, Haydn, Schubert e Hummel.

CENTRO CULTURAL OLGA CADAVAL

Dia 6 - TABAMK DJAZ, No auditório Jorge Sampaio Às 22 horas. Preço 15 euros.

Dias 8 a 15 – WORKSHOP DE TEATRO – Na Sala de Ensaio. Das 19,30 às 21,30 horas. Preço 90 euros.

Dia 13 – FERNANDO TORDO, CARLOS MENDES E FILIPA PAIS apresentam “Memória”l.

No Auditório Jorge Sampaio às 22 horas. Preço 10 euros.

Dia 15 – ENSEMBLE LA PEÑA – (A Paixão da Música Ibérica do Renascimento).

No Pequeno Auditório às 18 horas. Preço 7,5 euros.

Dia 15 – CONCERTO PARA BÉBÉS – (A Praia dos Bebés). No palco do Auditório Jorge Sampaio. Às 10 e às 11,30 horas.

Preços: até 47 meses – 17,5 euros para adulto mais bebé, (em almofadas) Mais de 47 meses - 12,5 euros por pessoa, (em cadeiras).

Dia 20 – ROUXINOL FADUNCHO – (Formidável Bigode) – No Auditório Jorge Sampaio, às 22 horas. Preços 12,5 e 10 euros.

Dia 22 – MATINÉ DANÇANTE – No Foyer Superior das 15 às 19 horas. Preço 4 euros.

Dias 23 a 27 – OFICINA DE EDUCAÇÃO ARTÍSTICA PARA CRIANÇAS – (O que é a arte).

Na Sala de Ensaio das às 17,30 horas. Para crianças dos 8 aos 12 anos. Preço 65 euros

Dia 27 – CINEMA AO AR LIVRE – “A QUIMERA DO OURO” Com Charles Chaplin. Na Prala Francisco Sá Carneiro às 22 horas. Espectáculo gratuito. Não haverá plateia montada e cada pessoa poderá levar o seu próprio assento.

JARDIM DE MONSERRATE

ATÉ 26 DE AGOSTO – “INTERNATIONAL GARDEN PHOTOGRAPHER OH THE YEAR EM MONSERRATE”

De 15 de junho e 26 de agosto, vai estar patente no Palácio de Monserrate, em Sintra, a exposição das melhores imagens do maior concurso internacional de fotografia de jardins “International Garden Photographer Of The Year”. Em apresentação estarão as melhores imagens da 5ª edição deste concurso (2011), que contou com 16.000 participações e dois vencedores portugueses.

QUINTA DA REGALEIRA - TEATRO:

ATÉ 28 DE OUTUBRO – “ROMEU E JULIETA” de Shakespeare pela Companhia de Teatro “BYFURCAÇÃO”. De 5ª feira a Domingo às 22 horas.

ATÉ 22 DE JULHO – “AUTO DA FEITICEIRA COTOVIA” de Natália Correia pelo Companhia de Teatro “O GRITO”. Sextas, Sábados e Domingos às 21 horas.

ATÉ 30 DE SETEMBRO – “ALICE NO PAÍS DAS MARAVILHAS” – Sextas e Sábados às 17 horas. Domingos às 11 e 17 horas.

CICLO DE CONCERTOS

DIA 7 DE JULHO – RECITAL DE PIANO PELO PIANISTA RAUL PINTO.que interpretará Chopin, (Nocturnos, Imprevistos, Schezos e Fantasias). Às 19 horas.



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



Sintra Quinhentista: A Vida em Sintra no Séc. XVI

Ana Paula Duarte



SINTRA E OS REIS

Como foi já referenciado no capítulo anterior, D. João II (ainda nos finais do século XV), D. Manuel I, D. João III e D. Sebastião foram os monarcas portugueses com presença mais assídua em Sintra, no Paço Real, passando aqui largas temporadas.

Mas foram mais, os monarcas que de alguma forma se encontram ligados a esta vila nos séculos XV e XVI

D. AFONSO V (1432 – 1481)



Ainda no século XV, nasceu no Paço de Sintra, em 15 de Janeiro de 1432, o futuro rei D. Afonso V, filho do rei D. Duarte e da rainha Dona Leonor de Aragão. D. Afonso V viria a falecer em 28 de Agosto de 1481, também em Sintra, precisamente no mesmo quarto onde vira a luz do dia pela primeira vez, 49 anos antes.

O Rei “ Africano”, sonhador e poeta, que adorava a música, refugiava-se em Sintra onde se deleitava com as belezas e a calma locais, e onde alimentava a saudade de sua mulher, falecida aos 23 anos de idade, e a quem, se diz, El-Rei permaneceu sempre fiel.

D. Afonso V concedeu à vila de Sintra uma carta de privilégio autorizando as autoridades municipais a cortar lenha nas matas coutadas, excepto árvores de fruto.

D. JOAO II (1481 – 1495)



D. João II foi aclamado rei de Portugal precisamente em Sintra, em 31 de Agosto de 1481, no Paço Real, local onde seu pai, o rei D. Afonso V, acabara de falecer. Foi uma cerimónia faustosa que teve lugar no terreiro fronteiro ao palácio perante toda a corte e toda a nobreza do país.

Em Sintra, D. João II protagonizou uma ocorrência que, embora parecendo insignificante, se revelou de grande importância para a diplomacia portuguesa:

Sabendo que algumas naus venezianas, carregadas com mercadorias, haviam sido assaltadas junto ao cabo de S. Vicente, por embarcações francesas, que as apresaram e saquearam, e que a rainha acolhera nos Paços de Sintra os capitães das Galés venezianas, o Rei deslocou-se a Sintra recebeu-os com toda a deferência, mandou cuidar deles e ofereceu-lhes ainda quatro mil cruzados em ouro para resgatarem as galés. Prometeu-lhes também que compraria aos franceses toda a mercadoria roubada, que lhes seria devolvida. Este gesto magnânimo do Rei de Portugal calou fundo junto das autoridades venezianas e foram o ponto de partida para relações muito amigáveis e de cooperação entre as duas potências marítimas, com reflexos muito positivos nas relações comerciais portuguesas com os venezianos.

D. João II, a exemplo de seu pai, autorizou também através de uma carta de privilégio, que nas matas de Sintra se cortasse a lenha necessária para fazer a festa do Espírito Santo.

(Continua)

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

Direção:

Mafalda Pedro; Graça e Álvaro Camara
 Guilherme Duarte; de Sousa;
 Rui Antunes; P. Custódio Langane;
 José Pedro Salema; P. António Ramires.

Jornalista:

Guilherme Duarte

Colaboração:

P. António Ramires; Teresa Santiago;
 Zé Pedro Salema; Diác. Joaq. Craveiro;
 Miguel Forjaz; Guilherme Duarte;
 Maria João Bettencourt; Irmãs Clarissas;
 Madalena Duarte; Rui Órfão;
 Marta Costa; Rita Carvalho;
 Maria Santos; Pedro Martins;
 Maria Carrilho; Ana Paula Duarte.

Fotografia:

Arquivo Cruz Alta; Guilherme Duarte;
 Mafalda Pedro; Internet;

Edição gráfica e paginação:

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

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

A Devoção dos Cinco Primeiros Sábados

"Deus quer estabelecer no mundo a devoção a meu Imaculado Coração"

Como praticar a devoção dos Cinco Primeiros Sábados

Na terceira aparição, em Fátima, a 13/7/1917, a SSma. Virgem anunciou que viria pedir a comunhão reparadora nos primeiros sábados". Mais tarde, a 10/12/1925, quando a Irmã Lúcia já estava na Casa das Dorotéias, em Pontevedra, na Espanha, Nossa Senhora apareceu-lhe de novo. A Seu lado via-se o Menino Jesus, em cima de uma nuvem luminosa: "Olha, minha filha - disse-lhe a Virgem Maria - o meu Coração cercado de espinhos que os homens ingratos a todos os momentos Me cravam com blasfêmias e ingratidões. Tu, ao menos, vê de Me consolar, e dize que todos aqueles que durante cinco meses, no primeiro sábado:

- se confessarem,
- receberem a Sagrada Comunhão,
- rezarem um terço e
- Me fizerem quinze minutos de companhia meditando nos mistérios do Rosário com o fim de Me desagrarar
- Eu prometo assisti-los na hora da morte com todas as graças necessárias para a salvação dessas almas."

FÁTIMA

1^{os} Sábados

todos os meses

Disse Nossa Senhora de Fátima, no dia 13 de Junho de 1917:
"Se fizerem o que Eu vos disser, salvar-se-ão muitas almas ...
virei pedir ... a Comunhão reparadora nos Primeiros Sábados de cada mês"
"A quem abraçar esta devoção, Eu prometo a Salvação"

programa 1º Sábado de cada mês

10h – Confissões

11h – Missa na Igreja da Santíssima Trindade

14h – Hora de Reparação (Terço) na Capelinha seguido de 15 minutos com Maria

15h – Meditação e Adoração Eucarística na Igreja da Santíssima Trindade

16h30 – Adoração ao Santíssimo

17h30 – Partida de regresso

12€ Partida: 8h

Partida da zona de Sintra

1 dia Chegada: 19h

Inscrições:

Tel: 210 987 036

Tlm: 912 173 914

Email: info@stellamatutina.pt

organização:



STELMATUTINA TOUR

PEQUENOS ESCRITORES

Madalena Duarte - 10 anos

A Máscara

Eu sou uma máscara e estou numa loja de um chinês onde pouca gente entra. Às vezes aparecem crianças mas olham para mim, desprezam-me, e compram outras máscaras minhas amigas. Sou uma máscara sem cores alegres. Sou branca, cinza e preta e sou daquelas de pegar e tapar os olhos. Agora, como estamos na época do Carnaval tem passado mais gente pela loja. Um dia, uma menina ainda pequena passou por mim e disse:

- Mamã, quero esta. Compra... compra! – Estava a pontar para mim mas a mãe então respondeu:
- Minha filha, esta máscara tem tão pouca cor! Compramos esta aqui. Tem cor-de -rosa e amarelo.
A mãe da menina estava a sugerir-lhe que levasse a máscara que estava ao meu lado, uma máscara de que eu não gosto porque tem a mania que é a maior.
- Mas mãe, eu quero ir de zombie. – A menina continuava a insistir e a mãe

dela lá me comprou.
Ao chegar a casa dela apercebi-me que a menina era muito desarrumada. Os peluches estavam no chão, o armário tinha uma porta aberta e com isso eu vi que metade dos cabides estavam caídos com a roupa espalhada pelo chão. A outra metade estava devidamente pendurada no armário. O quarto era escuro, fiquei assustada e desejei ter ficado na loja. Ela pousou-me no parapeito da janela, da parte de dentro do quarto, mas

enfim, era a minha dona e eu tinha de o aceitar.
Era quase Carnaval quando a filha e a mãe entraram no quarto com um lindo vestido em tons de preto, branco e cinza. Fiquei orgulhosa, mas a seguir vi-a tirar de um pequeno saco outra máscara e percebi então que ela ia dar o vestido à prima e ia usar a minha máscara "inimiga". Bem, falta um dia para o Carnaval e eu estou embrulhada para me darem à sua prima Clara.
No dia de Carnaval,



finalmente fui usada e estou muito feliz com a Clara.



A FUNERÁRIA
São João das Lampas

QUINTINO E MORAIS

25 Anos

Funeral Social 356,20 € • Funeral Económico 676 €

ATENDIMENTO
PERMANENTE
808 201 500

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 40

Brevemente
na Terragem

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