UNIDADE PASTORAL DE SINTRA

Distribuição Gratuita

Cruz Alta

Setembro
2014

Edição nº 117 - Ano XII
Director: P. Armindo Reis

www.paroquias-sintra.pt

25 anos depois,
Paróquia de S. Pedro de Penaferrim
volta a acolher a imagem de

Na Sa do Cabo Espichel

13 a 21 de Setembro 2014

Páginas 8, 9 e 10

Jovens estiveram em Taizé

Página 6

Inscrições para a Catequese

Página 16

1º ORÇAMENTO PARTICIPATIVO
DA UNIÃO DAS FREGUESIAS DE SINTRA SANTA MARIA E SÃO MIGUEL, SÃO MARTINHO E SÃO PEDRO DE PENAFERRIM

Orçamento Participativo

Página 4

Sínodo Lisboa 2016

Página 14

Novo horário das Celebrações

Página 14

A Melhor Parte
Diác.Joaquim Craveiro

A minha parte

Vamos reiniciar as nossas actividades pastorais e por isso um tempo propício para repensarmos juntos a nossa paróquia e a Igreja viva na Unidade Pastoral. Neste primeiro trimestre e até ao Natal seria bom que cada um pensasse na sua própria formação, formação que o leve a aproximar-me mais da Igreja, de Cristo e dos irmãos.

E como começar, perguntarão?

Em primeiro lugar estar atento às iniciativas da paróquia: ser participativo, interveniente. Procurar a própria formação, mostrando interesse em aprofundar os conhecimentos sobre a fé da Igreja, sobre Cristo. Não me contentar com o que já posso saber ou conhecer. Procurar conhecer os documentos do magistério que me dizem directamente respeito: documentos sobre os leigos (basta investigar), quem procura encontra. Quando for chamado ou convidado dar o meu sim generoso, procurando cumprir com a maior diligência o que me for pedido. Estar informado e bem informado sobre o meu papel na Igreja e na comunidade cristã. Não andar a reboque nem ao sabor dos outros, caminhar sempre pelo meu pé com cabeça e o coração disponível.

Nos últimos tempos o papa Francisco tem chamado a sua atenção para certos problemas que têm perturbado a vida das comunidades. Por vezes ficamos admirados pela sua ousadia. Mas se formos ver o que o papa refere está tudo já definido no magistério. Se continuamos a admirar a sua atitude é porque ignoramos os documentos. É certo que o papa parece dizer coisas novas mas é o seu jeito de as apresentar. Não nos admiremos mas antes procuremos segui-lo, vivendo-as no dia a dia da nossa comunidade. As intervenções do papa são muito importantes, são chamadas de atenção. Seguindo-as teremos então uma comunidade viva, actuante e dando testemunho.

Se cada um fizer a sua parte terá bem cumprido a melhor parte e terá valido a pena viver mais um ano em comunhão.

Os Nossos Padres
Pe. Armindo Reis

O desafio de começar um novo Ano Pastoral

O ano civil começa em Janeiro, mas na verdade o mês de Setembro é para muita gente o início de um novo ano, seja por terminarem as férias, seja pelo início da época escolar. Também as paróquias acabam por seguir este ritmo na pastoral, ainda que a nível litúrgico o ano só comece com o Advento.

Preparar um novo ano pastoral obriga a parar um pouco para pensar, de modo a mudar algumas coisas, sob pena, se não o fizermos, de estagnar no tempo e cair numa rotina pastoral.

Este ano 2014-2015 será marcado pela preparação do Sínodo Diocesano. Este trabalho obrigar-nos-á, a nível paroquial, a procurar caminhos novos de evangelização que nos permitam dar um contributo útil também a nível diocesano.

O que se poderá fazer em Sintra de novo ou diferente de modo a que a fé cristã possa iluminar a vida da maioria das famílias e das pessoas?

Como fazer as pessoas darem o passo, de cristãs não praticantes, a cristãs conscientes da importância de Jesus Cristo para as suas vidas e a experimentarem a alegria de pertencer a uma comunidade cristã concreta, neste caso a paróquia?

Poderemos acolher melhor quem nos procura esporadicamente, sobretudo quem reside na área da Unidade Pastoral de Sintra? Poderemos ir ao encontro dos que não nos procuram? Poderemos dar mais apoio espiritual a quem já está integrado na comunidade?

A catequese é uma das áreas que mais mobiliza as paróquias, embora se perceba cada vez mais que os seus resultados não são satisfatórios se esta não for integrada numa pastoral familiar. De que modo a paróquia poderá ajudar as famílias a cultivarem uma espiritualidade cristã?

A catequese da infância e adolescência precisa de conduzir a uma pastoral juvenil dinâmica que por sua vez prepare os jovens para a vida adulta e para constituírem novas famílias cristãs. Os grupos de jovens são, há muitos anos, a proposta da maioria das paróquias para esta fase da vida, mas regra geral são pouco atraentes e abrangem poucos. O que poderemos fazer para ajudar os jovens a crescer na fé e a comprometerem-se com a comunidade?

Em Sintra são muitas as crianças que nem sequer recebem catequese, e algumas das que a frequentam ficam pelo caminho. Como cativar as famílias para colocarem as crianças nesta caminhada de descoberta de Deus e da Igreja?

As paróquias precisam de estar também muito atentas à área social. Temos a Conferência de São Vicente de Paulo para ajudar as pessoas mais desfavorecidas e o Grupo Gota a Gota para apoiar especialmente famílias com crianças. Como poderemos chegar aos que mais precisam e dotar estes grupos de mais capacidade de intervenção?

As respostas para todas estas questões terão de passar pela reflexão do Conselho Pastoral, dos diversos grupos e movimentos e sobretudo pela oração de todos. A Liturgia é a base de apoio de toda a actividade da Igreja. Vamos pedindo ao Senhor, quer na liturgia comunitária quer na oração pessoal, que nos ilumine na busca de uma evangelização que chegue a todos os paroquianos e possa extravasar em espírito missionário para aqueles que estão mais longe de nós.

Editorial
José Pedro Salema

Rezar pela Paz

Neste novo Ano Pastoral que agora começa, temos um desafio que o Papa Francisco nos lançou com a sua Exortação Apostólica "A Alegria do Evangelho" e que o nosso Patriarca aproveitou promovendo o Sínodo de 2016.

"Lancemos todos as nossas redes e deixemos tudo para seguir Jesus". Peço a Deus a graça para entrar neste novo horizonte que Jesus me abre!

Comecemos hoje mesmo a olhar em redor para termos consciência da realidade em que estamos inseridos. Não podemos ficar indiferentes pelo que se passa no mundo permanecendo indiferentes como espectadores dum panorama de grande violência e de crueldade desumana, em cenários de guerras incompreensíveis. Iraque, Israel, Palestina, Síria, Ucrânia, Nigéria... Tanta morte... Tanta destruição...

Nesta realidade tão próxima, tenho o dever cristão de acreditar na força da oração e seguir o caminho da Igreja, que é comunhão, que é Cristo comigo, em busca de união entre todos os que sofrem a dor e a pobreza da miséria que só Deus pode aliviar.

O dom da oração, mistério admirável da nossa fé, e que celebro em cada liturgia sacramental, para que a vida de todos os homens "seja configurada com Cristo no Espírito Santo para glória de Deus Pai", exige que eu, porque creio, a tenha sempre presente no meu dia a dia, numa relação viva e pessoal com o Deus vivo e verdadeiro. E em cada manhã, quando me levantar e olhar a Vida eu poder pedir bem alto:

"Meu Deus, que a Alegria do Evangelho chegue aos confins da terra, que o mundo possa ter um pouco de Paz!"

Oficinas de Oração e Vida

Olá a todos!

As Oficinas de Oração e Vida estão de regresso à nossa Unidade Pastoral. E como tal, estão todos convidados a vir à reunião de abertura que se realizará dia 24 de Setembro, ás 21h, na Igreja de S. Miguel.
Quem estiver interessado em aprender novas modalidades de oração ou aprofundar um pouco mais a sua relação com Deus, basta aparecer!
Contamos convosco

Odete Santos e Rute Valbordo

Irmã Leonor fez primeiros votos religiosos dia 12 de Julho

A Irmã Leonor Maria da Anunciação (Leonor Wemans) fez os primeiros votos (profissão simples) no dia 12 de Julho de 2014 no convento das Irmãs Concepcionistas de Santa Beatriz da Silva, em Viseu.

O Convento abriu as suas portas aos familiares e amigos que quiseram participar nos seus primeiros votos. Foi um autocarro com pessoas da Unidade Pastoral de Sintra e algumas pessoas em transportes pessoais.

Encontrámos a Irª Leonor muito feliz e, depois da Eucaristia, presidida pelo Pe. João Seabra, em que fez os votos, tivemos o privilégio de conviver com ela durante o almoço.

Quando lhe pedimos que dirigisse uma mensagem aos jovens de Sintra, espontaneamente, deixou-nos estas palavras: "Gostava de lhes dizer que não há alegria maior do que dar a vida toda a Deus, porque é só em Deus que se encontra a felicidade verdadeira!"

É uma alegria para a nossa Unidade Pastoral ter esta irmã na vida consagrada contemplativa.

Também temos entre nós as Irmãs Clarissas, em Monte Santos, que são na sua maioria de idade avançada e aguardam novas vocações. O Senhor certamente continua a chamar, só é preciso que os cristãos respondam aos seus apelos.

Rezemos para que estas e outras vocações brotem do seio das nossas famílias cristãs.

A Encarnação e aceitação de todos os trabalhos que Jesus havia de passar - Trabalho 1 de Frei Tomé de Jesus

Irmã Graça

Adoro-Te Verbo divino encarnado, adoro-Te Filho de Deus vivo humanado, adoro-Te Deus meu verdadeiro, vestido de minha mísera carne e mortalidade. Chegaste desejado dos Santos Patriarcas e Profetas; chegaste saúde das almas, verdadeira vida e bem-aventurança dos errados pecadores. Esqueceste-Te de nossos males, abraçaste nossas misérias, e vieste esposo das almas, cheio de graças e de verdades.

Trazes misericórdia verdadeira, riqueza verdadeira, bondade, saúde, vida, bem-aventurança, paz, amizade, tesouros e bens verdadeiros para as almas que vens buscar e para o mundo que vens remediar. Tudo quanto tens trazes contigo. Não perdes nada de Teu fazendo-Te homem como eu, mas dás-me quanto tens. Já não posso fugir de medo da tua majestade pois aqui Te tenho na minha miséria, e de meu amor preso e rendido. Bem Te entendo Deus meu: amor Te traz e amor queres.

Assim como não tiveste esse corpinho por pequeno para o encheres com uma alma bem-aventurada e unilo à tua divindade, assim não quiseste dispensar saber o que na vida tinhas que passar. As terríveis dores e gravíssimos desamparos que havias de padecer e a morte cruelíssima com que ias acabar, tudo junto quiseste que logo no primeiro momento que foi formada tua sacratíssima humanidade, conhecesses e aceitasses. Entendo como foi grande este trabalho pois para sentires as coisas já és humano e para as entenderes com todo o peso e aspereza és divino.

Oh miserável de mim, envelhecido de pecados que parece que nenhuma idade foi no meu corpo pequena para ser grande pecador como em Ti nenhuma foi pequena para muito padecer. Não gastastes Senhor as primeiras horas e dias, quando no mundo entrastes, só com a alma pura, cheia de graça e de amor da Sacratíssima Virgem, mas tão perto me tinhas aí presente a teu amor que logo aceitaste padecer por mim todos os trabalhos que o teu Pai Te apresentou nesta primeira hora da tua vida. E como o que bem sabe não enfastia e o que mais gostas é o bem que fazes não quiseste voltar ao Céu, mas ficaste para me conceder bens e misericórdias durante trinta e três anos. Oh, oh Amor, abraça-me, alarga-me até Te amar muito, até Te ter muito. Força tens para fazer em mim o que fazes em Ti. A Ti quero e a mim só para Ti me quero. Dá-me uma fome de Ti como a tens de mim, para que sempre Te ame e sempre deseje amar-Te. Ámen

Frei Tomé de Jesus

ESPIRITUALIDADE - Irmão Tomé de Jesus

Autor espiritual português, Tomé de Jesus nasceu ao redor de 1529 em Lisboa, de família nobre. Com 15 ou 16 anos entrou na Ordem dos Eremitas de Santo Agostinho, no Convento da Graça, na capital e foi desde esse convento que a sua ação como pregador e diretor de almas se fez principalmente sentir, ainda que tenha feito estudos em Coimbra. Introduziu o canto acompanhado a órgão, uma novidade controvertida na época, e deu início às Confrarias do Santíssimo Sacramento e da Santa Ressurreição. Acompanhou D. Sebastião na infeliz jornada de Alcácer Quibir, em 1578, foi ferido e feito prisioneiro. Nas dificuldades que vivia e que a nação portuguesa enfrentava, encontrou consolo, esperança e remédio na meditação dos sofrimentos de Jesus. Fruto da sua experiência, da oração e da meditação, escreveu uma das mais belas obras da espiritualidade portuguesa do séc. XVI: "Os Trabalhos de Jesus" dos quais transcrevemos alguns excertos. Faleceu em 1582 ainda no cativeiro.

"Trabalhos de Jesus" é a obra prima de Tomé de Jesus na qual expõe os sofrimentos pelos quais Jesus passou durante a sua vida na terra. Tomé de Jesus encontrou cinquenta "trabalhos", cinquenta momentos em que Jesus manifestou de modo especial seu Amor por nós. A primeira edição da sua obra foi publicada em dois volumes com vinte cinco "trabalhos" cada uma.

Igreja da Abrunheira

Pedro Martins

As obras da Igreja da Abrunheira entraram na fase dos acabamentos, que apesar de lenta faz já prever a conclusão para muito breve.

Depois deste grande desafio, que foi iniciar a construção da nova Igreja de Santo António da Abrunheira, fica um desafio ainda maior, que é a angariação da verba necessária para pagar esta fase da obra. É necessária a ajuda de todos.

Quem quiser contribuir poderá fazer o seu donativo nos cartórios das Igrejas da nossa Unidade Pastoral, junto dos membros da comissão ou por transferência bancária, utilizando o ***NIB 0007 0000 1233 8700 1192 3***.

Festas de Janas

VOTE NO ORÇAMENTO PARTICIPATIVO!

1º ORÇAMENTO PARTICIPATIVO
DA UNIÃO DAS FREGUESIAS DE SINTRA
SANTA MARIA E SÃO MIGUEL, SÃO MARTINHO E SÃO PEDRO DE PENAFERRIM

O Orçamento Participativo da União das Freguesias de Sintra pretende "aproximar eleitos e cidadãos, com o objectivo comum de melhorar a qualidade de vida na freguesia; aproximar as decisões políticas aos anseios das populações; e reforçar a participação das instituições da freguesia, cada uma vocacionada para a sua área de intervenção"

Até 3 de Outubro os "cidadãos maiores de 18 anos que residam, estudem, trabalhem ou ainda que possuam qualquer tipo de relação com a freguesia" poderão votar apenas num dos projectos concorrentes, nos vários postos de atendimento da Junta.

A Unidade Pastoral de Sintra recomenda a votação num dos seguintes projectos:

PROJECTOS NA ÁREA DO AMBIENTE E ESPAÇO PÚBLICO

PROPONENTE	OBJETO	VOTO
Corpo Nacional de Escutas Agrupamento 1134 Sintra	Melhoramentos em Santa Eufémia para dotação de condições de segurança para a dinamização de atividades relacionadas com a sensibilização, formação e educação para a preservação da natureza para crianças e jovens.	

PROJECTOS NA ÁREA DA CULTURA

Fábrica da Igreja Paroquial de São Martinho - Sintra	Aquisição de vitrines para alargamento da sala museu da Igreja de São Martinho, na Vila.	

Consultório Médico

Miguel Forjaz, Médico

Varizes - Doença venosa crónica (DVC) dos membros inferiores

O principal objectivo da circulação venosa é fazer regressar o sangue ao coração para que ocorra a reoxigenação através dos pulmões e a respectiva circulação arterial.

O que são varizes? São veias dilatadas, tortuosas, facilmente identificáveis por se localizarem debaixo da pele. As veias varicosas apresentam no seu interior refluxo sanguíneo por insuficiência valvular. Dentro das veias existem válvulas que contribuem para que o sangue venoso chegue ao coração, contrariando a força de gravidade. Ora, quando estas válvulas não funcionam bem no interior das veias, surge esse refluxo formando-se as varizes e, posteriormente, a doença venosa crónica.

São várias as causas das varizes. Talvez a mais importante seja a fraqueza congénita ou herdada das paredes das veias que as torna mais ou menos dilatáveis pela pressão natural do sangue. Existem factores que favorecem o aparecimento de varizes nestas pessoas, tais como a gravidez ,a exposição ao calor, o sedentarismo, a obesidade ou excesso de peso, a permanência prolongada de pé que é exigida nalgumas profissões e o próprio envelhecimento, que faz perder a elasticidade às veias .

Sob o ponto de vista epidemiológico pode afirmar-se que um terço da população portuguesa sofre de DVC. Devido à gravidez e à componente hormonal as mulheres sofrem mais desta doença. Em Portugal, 7 em cada 10 mulheres com mais de 30 anos sofrem de problemas de circulação venosa e metade ainda não está tratada.

Sintomas: A dor é a principal queixa que se pode manifestar através da sensação de pernas pesadas ou cansadas, dormência, comichão ou prurido e ardor, são sintomas que se notam mais ao fim do dia. Mais tarde ,quando começam a surgir alterações na cor e consistência da pele e esta se torna acastanhada, descamativa ou endurecida, pode surgir uma úlcera varicosa, ferida circular sangrante ou não, situação clínica de difícil e prolongado tratamento, ou uma flebite.

No diagnóstico ,após a observação clínica, o Eco-doppler ,exame não doloroso nem invasivo, é considerado o método standard para a deteção de refluxo, permitindo distinguir o fluxo sanguíneo através da utilização de diferentes cores, utilizando-se sondas de alta frequência para as veias superficiais e sondas de baixa frequência para as profundas.

O tratamento conservador abrange os cuidados diários de hidratação da pele, a administração de medicamentos flebotónicos (embora de relativa eficácia) que ajudam a circulação venosa, e o uso de meias de contenção elástica. O cirurgião vascular terá de intervir, podendo optar pela escleroterapia (injecção local que vai destruir o vaso) a laserterapia, a radiofrequência ou a cirurgia clássica (stripping), selecionando um destes métodos que ele considerar mais adequado.

Prevenção da DVC

Para evitar o aparecimento das varizes adopte estas medidas diariamente:

- Hidrate o corpo
- Não use ligas cintas, meias apertadas na zona do tornozelo ou calçado apertado.
- Evite estar de pé parado de forma prolongada. Se não puder, caminhe um pouco ou ponha-se de bicos de pés. Evite também, estar sentado muito tempo, devendo movimentar as pernas regularmente.
- Evite os banhos com agua quente prolongados e a exposição das pernas ao sol e ao calor. Na praia caminhe à beira-mar. Nos dias mais quentes massaje as pernas com agua fria fazendo incidir a agua do chuveiro de baixo para cima.

Nutrição

Elsa Tristão

Dieta e aspectos nutricionais no lúpus eritematoso sistémico

O lúpus eritematoso sistêmico (LES) é uma doença inflamatória crónica, multi-sistêmica, de causa desconhecida e de natureza auto-imune. A autoimunidade e o processo inflamatório do LES estão relacionados à presença de dislipidemias, obesidade, hipertensão arterial sistémica e síndrome metabólica, que devem ser adequadamente consideradas para diminuir o risco cardiovascular. Busca-se, dessa forma, que as principais recomendações da dietoterapia possam oferecer melhor qualidade de vida aos pacientes com LES, possibilitando maior segurança no curso de seu tratamento.

Uma alimentação com moderado teor energético e proteico, mas rica em vitaminas, minerais (principalmente os antioxidantes) e ácidos gordos mono/poli-insaturados, pode promover acção benéfica protetora da atividade inflamatória, além de auxiliar no tratamento dessas co-morbilidades. De fato, a dieta pode auxiliar no controle do quadro inflamatório da doença e das complicações da própria terapêutica. Tendo em vista que o risco cardiovascular parece ser aumentado em pacientes com LES devido à maior frequência de condições associadas à aterosclerose, como dislipidemia, diabetes mellitus (DM), síndrome metabólica (SM) e obesidade, a orientação dietética surge como um importante meio para minimizar essas complicações da doença. O estado da dieta refere-se à ingestão de nutrientes da alimentação propriamente dita e também de suplementos, fazendo parte do estado nutricional. Nesse sentido, o estado nutricional é extremamente importante no equilíbrio do sistema imunológico, e a composição da dieta assume papel fundamental na manutenção da saúde de todos os indivíduos, inclusive para os pacientes com LES. Considerando todos os aspectos favoráveis e desfavoráveis dos principais nutrientes, é seguro afirmar que a dieta adequada ao tratamento do LES tem como objetivos principais a redução de risco para doença cardiovascular e aterosclerótica, bem como a redução dos fatores inflamatórios e a melhora da função imunológica. Os pacientes com LES podem beneficiar-se de uma dieta nutricionalmente equilibrada para a manutenção de um peso corporal ideal e com controle calórico efetivo para evitar a resistência insulínica, aumentando os níveis da HDL e diminuindo os de Triglicéridos.

O paciente com LES deve ser orientado a seguir uma alimentação com teores calóricos reduzidos e teores proteicos moderados, como forma de prevenção e/ou tratamento do excesso de peso. Recomenda-se, quanto aos lípidos da dieta, maior oferta de ácidos gordos mono e poli-insaturados na alimentação diária, devido às suas funções anti-inflamatória e protetora cardiovascular. A suplementação com omega-3 pode ser sugerida frente aos inúmeros benefícios. Por outro lado, o Omega-6 e as outras fontes de gorduras saturadas e trans devem ser restritos ao máximo na dieta devido a seus efeitos pró-inflamatórios e agravantes de doença cardiovascular, respectivamente. Importante também é a oferta vitamínica, principalmente a da vitamina D, das fibras e de minerais, como cálcio e selénio. Por outro lado, as fontes de zinco e de sódio devem ser restritas, como prevenção de possíveis agravamentos da doença.

Nutrientes mais indicados no Tratamento do Lupus, pontos favoráveis e desfavoráveis de consumo e recomendação alimentar

Omega 3	++	-	Óleos de peixe, salmão, sardinha, cavala, atum, linhaça, canola, azeite
Fibras	++	-	Cereais integrais, leguminosas
Isoflavonas	++	?	Soja e derivados
Vitamina D	++	?	Alimentos fortificados com Vitamina D
Taurina	+	-	Ovos, carnes
Vitamina A	+	-	Cenoura, abóbora
Vitamina E	+	-	Cereais integrais, nozes, peixes
Complexo B	+	-	Carne vermelha, cereais fortificados
Vitamina C	+	-	Sumo de laranja, tangerina, bróculos, papaia
Selénio	+	-	Nozes, cereais integrais
Cálcio	+	-	Lacticíneos, couve, sardinha, espinafre

Legenda: + Evidência; ++ Forte Evidência; - Evidência Negativa; ? Sem Dados

Testemunhos de Jovens da UPS em Taizé

Foi no passado dia 1 de Agosto, que alguns jovens da Unidade Pastoral de Sintra (UPS), acompanhados pelo Pe. Armindo e alguns animadores, se juntaram em frente à Vila Alda para iniciar viagem rumo a Taizé, uma aldeia comunitária francesa, centrada na oração, e na vida de serviço.

Esta foi para a maioria dos jovens, a sua primeira experiência em Taizé, mas não me compete a mim falar por eles. Tendo sido a minha terceira vez, a vida nesta comunidade já me era familiar. Os pequenos-almoços deliciosos e as refeições talvez não tão saborosas; os trabalhos e o convívio com outras culturas e vivências; as orações, tão essenciais em Taizé, e aquele silêncio tão profundo, que nos inunda e aproxima tão intimamente de Deus… Tudo isto já me era familiar, mas ainda assim sabia que desta vez seria diferente.

Aprendi que é impossível ir a Taizé e vir com as mesmas histórias e a mesma vivência. De cada vez que lá vou, conheço pessoas novas, com novos testemunhos, que só vêm fortalecer a minha fé. Os amigos que reencontro trazem novas histórias para partilhar… O silêncio é vivido de forma diferente. As músicas são sentidas com outra força. E isto é só dentro da vida na aldeia. Mas ao contrário do que se diz de tantos outros sítios, o que acontece em Taizé, não é suposto ficar em Taizé. Devemos pegar naquilo que de lá recebemos, e levá-lo para casa, para o mundo.

Se cada um de nós olhasse agora para trás, para o momento em que tirámos aquela primeira fotografia no dia 1 de Agosto, em frente à Vila Alda, conseguiríamos distinguir claramente os 3 grupos de jovens que se reuniram nesse dia: ICHTUS, DIA e Ao Leme. Três grupos de jovens, da mesma UP e que, existindo em simultâneo desde 2013, ainda eram perfeitos estranhos entre si. A verdade é que, comparando as fotografias da partida e da chegada, a união que então nasceu entre os grupos, é tão visível que quase se torna palpável.

É esta uma das maravilhas de Taizé: fazer de estranhos, amigos, unindo-os com este amor de Deus, formando um só corpo, que é a Igreja de Cristo.

Catarina Hilário

Sem saber bem para o que ia, porque Deus ainda é uma novidade na minha vida, peguei na mochila e aventurei-me com os jovens de Sintra na viagem a Taizé.

Num primeiro impacto questionei-me imediatamente: "Como é que no meio da confusão de quatro mil pessoas vindas dos quatro cantos da terra vou encontrar paz e respeito?" "Como é que vou encontrar Deus se o que eu preciso para tal é silêncio e sossego?"

Como estava enganada!

Taizé também ofereceu oportunidades de silêncio e de reflexão pessoal. Excelentes momentos para dar voltas à montanha russa e acrescentar mais curvas pois a intensidade não permitiu limpar mas simplesmente levantar o pó.

Mas na minha experiência em Taizé estes momentos não foram o segredo do meu encontro com Deus.

Comunicar com os outros não me é simples e representava o maior desafio que tinha para enfrentar durante a semana. Cheguei mesmo a acreditar que iria passar uma semana inteira em silêncio, para dificultar teria de falar noutra língua.

Mais uma vez eu estava enganada!

Fossem quais fossem as diferenças culturais, as experiências de vida, o aspecto físico ou até mesmo outras, todos nós falávamos a mesma língua. Não me refiro a uma língua de comunicação verbal mas sim aquela que vem do coração e que partilha de uma crença comum de princípios e valores. Aquela crença que quebra barreiras e que olha para o outro como um igual que merece respeito no seu todo e que inclusive pela sua diferença desperta a curiosidade de o explorar e de o conhecer melhor. Disse alguém "We shouldn't talk about people, we should talk with people".

No fim das contas ao invés de encontrar Deus na paz do silêncio encontrei-o na confusão de quatro mil pessoas.

Às vezes tenho um pensamento triste em que o mundo se torna num espaço mau e dou por mim à procura de um pequeno lugar onde haja paz e alegria. Em Taizé encontrei um pequeno lugar em que pela primeira vez me senti bem na relação com os outros, com Deus e comigo mesma. Um lugar em que o julgamento salta fora e desabrocha a tolerância, a aceitação e o respeito. Um lugar em que é sentida a presença constante de Deus. Um lugar que dá sentido à vida em comunidade, que dá relevo à Regra de Ouro (Mt 7,12). Um lugar que, sem dinheiro, me permitiu regressar a Sintra mais rica.

"Taizé is a piece of Heaven!"

Rita Goja

Túnel Restaurante
Rua João de Deus,86/92
Sintra
Tel:219231386
Especialidades:
Carnes e Peixes Frescos, diariamente na grelha
Às Quintas Feiras:
Cozido à Portuguesa e Polvo à Lagareiro
Aos Domingos:
Cozido à Portuguesa e Cabrito à Padeiro

Fábrica das Verdadeiras Queijadas da SAPA
Cont. N.º 508 172 187
DOÇARIA REGIONAL composta de açúcar, queijo, farinha de trigo, ovo e canela.
Queijadas da SAPA Sintra
Volta do Duche, 12
Tel. 219230493
SINTRA PORTUGAL

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

FOTO-COMENTÁRIO

Guilherme Duarte

Música em Monserrate nos fins de semana de Setembro

Aproveito este mês este espaço dedicado a Sintra para divulgar uma informação que recebemos da Empresa Parques de Sintra Monte da Lua, sobre a realização de espectáculos musicais no relvado do Parque de Monserrate, durante o mês de Setembro. Dado o interesse desta iniciativa cultural segue-se o programa completo que nos foi facultado pela PSML.

- Finais de tarde com concertos em palco sobre o lago, com o relvado como plateia
- Parque de Monserrate, fins de semana de setembro, 18h00

- Espírito Nativo: música da América-Latina
- Cristina Pedrosa Trio: jazz
- Sunset Sintra Oriental: dança e música sino-lusa
- Projecto Geo: influências e instrumentos dos 4 cantos do mundo
- Sons da Minha Terra: música mexicana

De 13 a 28 de setembro, os finais de tarde dos fins de semana no Parque de Monserrate contarão com concertos no relvado, com um palco sobre o lago. Esta iniciativa, organizada pela Parques de Sintra, surge no seguimento do sucesso dos espetáculos de anos anteriores, que encheram o relvado de Monserrate nos finais de tarde.

Em simbiose com o ecletismo do Parque, no qual se encontram espécies botânicas de todo o mundo, estes concertos representam música de diferentes origens e estilos. Assim, será possível ouvir música de raízes americo-latina, jazz ou mexicana, bem como assistir a um espetáculo de dança e música sino-lusa, ou a um concerto com influências sonoras dos quatro cantos do mundo.

A 13 de setembro (sábado) os Espírito Nativo trazem música de raiz tradicional da América Latina, com um programa com base no reportório afro-peruano, cubano, argentino, colombiano, venezuelano, mexicano e andino. Os músicos são multi-instrumentistas, pelo que o concerto envolverá uma grande variedade de instrumentos, muitos de origem não europeia. Introduzidos ao longo do programa, os diferentes instrumentos tornam a atuação do grupo um momento de descoberta de sonoridades e estilos musicais das várias culturas latino-americanas.

No dia 14 de setembro (domingo) terá lugar o concerto do Cristina Pedrosa Trio, com Cristina Pedrosa na voz, acompanhada pelo pianista João Farinha e o guitarrista José Miguel Vieira. Sempre inspirados pela sua formação em Jazz, juntos interpretam e reinventam temas das mais variadas origens, percorrendo obras de artistas como Joni Mitchell, Björk e Youn Sun Nah.

Cristina Pedrosa iniciou o seu caminho pela música como aluna da cantora Maria João, no Curso de Jazz da Academia de Amadores de Música de Lisboa.

A 20 de setembro (sábado) o Parque de Monserrate recebe o espetáculo "Sunset Sintra Oriental – Noite Oriental Sino Lusa". Este consiste num espetáculo de dança e música com artistas portugueses e asiáticos. Será um encontro único de patrimónios e culturas, que cruza momentos do espetáculo "Revival" (apresentado no XXV Festival de Artes de Macau) e do espetáculo "Diáspora" (da Companhia de Dança Amalgama, estreado em Portugal e também apresentado em Macau). Os músicos e bailarino Sino Lusos recriaram e adaptaram as peças ao espaço do Parque de Monserrate, com responsabilidade musical do compositor-intérprete Rui Filipe Reis e direção artística de Sandra Battaglia e Stella Ho.

No dia 21 de setembro (domingo) o Projecto Geo apresenta "Sons do Mundo", um espetáculo intenso pela multiplicidade de influências musicais e de instrumentos, oriundos dos quatro cantos do mundo. Sons do Mundo apresenta-se como uma viagem de oriente a ocidente, percorrendo as emoções através dos sons, num momento intimista, ritmado, apaixonado, divertido, emocional, diversificado, criativo e totalmente original.

A Música em Monserrate termina a 28 de setembro (domingo) com os Sons da Minha Terra, grupo com o objetivo de divulgar a música mexicana em Portugal, nas suas diferentes expressões. A música do México é muito diversificada, uma vez que foi influenciada por uma variedade de culturas indígenas, europeias e até africanas. Os Sons da Minha Terra apresentam portanto um programa que inclui variados estilos de música mexicana, dos mais populares aos mais tradicionais, incluindo música ranchera, sones jarochos, huapangos, corridos, valsas mexicanas e boleros rancheros.

Todos os concertos têm lugar às 18h00 no relvado do Parque de Monserrate, e o acesso requer apenas a aquisição de bilhete para o Parque e Palácio de Monserrate (Adultos: 7,5 Euros / Jovens 6 Euros / Séniores 6,5 Euros).

Informações para o público: www.parquesdesintra.pt ou +351 21 923 73 00

Poesia

HINO EM LOUVOR DA VIRGEM SANTISSIMA

(Por ocasião da visita da imagem de Nª Srª do Cabo a S. Martinho em 1979)

Uma vez mais, Virgem Mãe,
Senhora sempre menina,

Visitas os nossos montes e a
nossa triste neblina.

E desde os campos em flor até
às matas da serra

Corre o povo a venerar-Te
pondo os joelhos em terra.

Talvez muita dessa gente, que
dia a dia labuta,

Pouco ou nada tenha orado
durante os anos de luta.

Mas só Tu sabes, Senhora, se
os festejos passageiros

Podem ou não valer tanto como
rosários inteiros.

Esses foguetes votivos que
acendem a noite escura,

Decerto também iluminam Teu
sorriso de ternura.

E as orações que no templo se
murmuram nestes dias,

Juntas ao som dos morteiros,
acordam as almas frias.

Desde que da nossa igreja
outros fiéis te levaram,

Ai! Quantos olhos se abriram,
quantos outros se fecharam.

Que todos, graças a Ti, doce
Mãe sempre menina,

Um dia vejam a Deus, lá onde
não há neblina.

Francisco Costa (1979)

13 DE SETEMBRO – SÁBADO

08,00 h. – Alvorada, com repique festivo dos sinos das igrejas e capelas da Paróquia de S. Pedro dePenaferrim.
09,00 h. – Anúncio do início das festas nas diversas comunidades da Paróquia de S. Pedro de Penaferrim,
acompanhadas por elementos da Comissão com distribuição de programas.
12,00 h. – Oração de envio da comitiva que receberá a Veneranda Imagem em S. Julião do Tojal, acompanhadas pelo Vigário Paroquial, P. Jorge Doutor e por representante da União das Freguesias de Sintra.
13,30 h. – Cerimónia da entrega da Veneranda Imagem em S. Julião do Tojal.
15,00 h. – Paragem do cortejo automóvel em Belas (Paróquia-Sede da Confraria): entrada da Veneranda Imagem na Igreja Paroquial, seguida de breve momento de oração.
15,30 h. – Saída do cortejo automóvel de Belas em direção à capela do Estabelecimento Prisional de Sintra, onde a Veneranda Imagem ficará resguardada até à hora do Grande Círio.
15,30 h. – Abertura do grande arraial, na Quinta de Santa Teresa.
18,30 h. – Encerramento momentâneo do arraial.
18,30 h. – Partida do tradicional Círio de N.ª S.ª do Cabo Espichel do Estabelecimento Prisional de Sintra, encabeçado pela Charanga a cavalo da Guarda Nacional Republicana, acompanhado pela Banda da Sociedade Filarmónica "Os Aliados".
19,00 h. – Chegada do tradicional Círio de N.ª S.ª do Cabo Espichel ao campo de futebol «Conde de Sucena», da Sociedade União 1º de Dezembro.
19,30 h. – Cerimónia de acolhimento a N.ª S.ª do Cabo Espichel, na qual o grande fadista Nuno da Câmara Pereira presenteará os festeiros com um fado dedicado a Nossa Senhora.
20,00 h. – Inauguração da iluminação decorativa.
20,00 h. – Re-abertura do grande arraial, na Quinta de Santa Teresa.
20,00 h. – Eucaristia campal no campo de futebol «Conde de Sucena», da Sociedade União 1º de Dezembro, presidida pelo P. Armindo Reis, Pároco, por intenção dos atuais membros da Comissão e membros das antigas comissões organizadoras, vivos e falecidos, das festas em
honra de N.ª S.ª do Cabo Espichel.
21,30 h. – Solene procissão de N.ª S.ª do Cabo Espichel para a Igreja Paroquial de S. Pedro,acompanhada pela Banda da Sociedade Filarmónica "Os Aliados".
22,30 h. – Animado concerto com os «DUKUBICULO», no palco do arraial.
00,30 h. – Encerramento do arraial.
01,00 h. – "Até amanhã, Senhora do Cabo!" – breve momento de oração, agradecimento e encontro junto da Imagem.

14 DE SETEMBRO – DOMINGO

09,00 h. – Abertura da igreja Paroquial de S. Pedro e recitação do terço.
10,15 h. – Eucaristia celebrada na Igreja Paroquial de S. Pedro, presidida pelo Vigário Paroquial, P. Jorge Doutor.
12,00 h. – Abertura do arraial.
16,00 h. – VIII Cortejo Regional de Sintra (atividades económicas, do trabalho, desportivas, culturais, recreativas, sociais, da juventude, etc.) do Concelho de Sintra, entre a Praça D. Fernando II (largo da feira) e o arraial (Quinta de Santa Teresa).
18,00 h. – Apresentação de música tradicional portuguesa pelo conjunto «Cantares», do Grupo Desportivo de Sacotes.
19,00 h. – Demonstração de RITMOS do ginásio Kcal2000.
19,00 h. – Abertura da iluminação decorativa.
20,00 h. – Atuação da banda "Soulrise".
21,00 h. – O grupo «ExTintos» associa-se às Festas levando muita animação e boa disposição ao arraial.
22,30 h. – Concerto por «Ágata» – contraste e fascínio no palco do arraial.
00,00 h. – Encerramento do arraial.
00,30 h. – "Até amanhã, Senhora do Cabo!" – breve momento de oração, agradecimento e encontro junto da Imagem.

15 DE SETEMBRO – 2ª FEIRA

Dia dos Doentes

10,00 h. – Abertura da Igreja Paroquial de S. Pedro e recitação do terço.
15,00 h. – Visita da imagem de N.ª S.ª do Cabo Espichel a doentes acamados, acompanhada pelo pároco ou vigário paroquial e representantes da Comissão das Festas.
18,00 h. – Abertura do arraial.
19,00 h. – Eucaristia na Igreja Paroquial de S. Pedro, por intenção dos doentes.
19,00 h. – Abertura da iluminação decorativa.
21,00 h. – Atuação do artista Jorge Guerreiro, muita emoção com o êxito "BÁRÁ BÁRÁ BERÊ BERÊ".
22,30 h. – Atuação de Belito Campos – um destaque na música, no palco do arraial.
00,00 h. – Encerramento do arraial.
00,30 h. – "Até amanhã, Senhora do Cabo!" – breve momento de oração, agradecimento e encontro junto da Imagem.

Na Sa do Cabo Espichel

13 a 21 de Setembro 2014

16 DE SETEMBRO – 3.ª FEIRA
Festa de St.ª Eufémia da Serra
Dia dos Reclusos

10,00 h. – Abertura da Igreja Paroquial de S. Pedro e recitação do terço.
13,30 h. – Chegada da Veneranda Imagem de N.ª S.ª do Cabo Espichel ao Estabelecimento Prisional de Sintra, seguida de Eucaristia.
16,00 h. – Partida da Veneranda Imagem para a Ermida de Santa Eufémia da Serra.
16,30 h. – Eucaristia na Ermida de Santa Eufémia da Serra.
17,30 h. – Regresso da Veneranda Imagem à Igreja Paroquial de S. Pedro.
18,00 h. – Abertura do arraial.
19,00 h. – Abertura da iluminação decorativa.
21,00 h. – A artista Kate Mirson atua no palco do arraial.
22,00 h. – Comédia e música pelo grupo Voodoo Marmelade – um espetáculo vivo e alegre, no palco do arraial.
00,00 h. – Encerramento do arraial.
00,30 h. – "Até amanhã, Senhora do Cabo!" – breve momento de oração, agradecimento e encontro junto da Imagem.

17 DE SETEMBRO – 4ª FEIRA
Dia das Consagradas

18,00 h. – Abertura do arraial.
19,00 h. – Eucaristia na Igreja Paroquial de S. Pedro.
19,00 h. – Abertura da iluminação decorativa.
21,30 h. – Espetáculo de TEATRO (estreia da peça "Lava-ouro") promovido pelo grupo "Manta de Retalhos", no palco do arraial.
22,30 h. – A banda sintrense "Exit" oferece muita alegria e vibração no palco do arraial.
00,00 h. – Encerramento do arraial.
00,30 h. – "Até amanhã, Senhora do Cabo!" – breve momento de oração, agradecimento e encontro junto da Imagem.

18 DE SETEMBRO – 5.ªFEIRA
Dia dos Idosos

14,30 h. – Visita da Imagem de N.ª S.ª do Cabo Espichel a equipamentos para idosos.
18,00 h. – Abertura do arraial.
19,00 h. – Eucaristia, na Igreja Paroquial de S. Pedro, por intenção dos idosos de Sintra.
19,00 h. – Abertura da iluminação decorativa.
22,00 h. – Concerto pela sempre apreciada Orquestra Ligeira do Exército, no palco do arraial.
00,00 h. – Encerramento do arraial.
00,30 h. – "Até amanhã, Senhora do Cabo!" – breve momento de oração, agradecimento e encontro junto da Imagem.

19 DE SETEMBRO – 6.ªFEIRA
Dia das Crianças e dos Jovens

10,00 h. – Abertura da Igreja Paroquial de S. Pedro e recitação do terço.
18,00 h. – Abertura do arraial.
19,00 h. – Eucaristia na Igreja Paroquial de S. Pedro por intenção de todas as crianças e jovens.
19,00 h. – Abertura da iluminação decorativa.
22,00 h. – Demonstração de JUMP + STEP do ginásio Kcal2000.
22,30 h. – Espetáculo com o prestigiado grupo musical sintrense «Diamantes Negros», no palco do arraial. Uma memorável noite a não perder!
00,00 h. – Encerramento do arraial.
00,30 h. – "Até amanhã, Senhora do Cabo!" – breve momento de oração, agradecimento e encontro junto da Imagem.

Na Sa do Cabo Espichel

13 a 21 de Setembro 2014

20 DE SETEMBRO – SÁBADO

08,00 h. – Alvorada.
09,30 h. – Concentração de veículos antigos na Praça D. Fernando II e "passeio saloio".
10,00 h. – Abertura da Igreja Paroquial de S. Pedro e recitação do terço.
12,00 h. – Abertura do arraial.
15,30 h. – V Desfile de «Veículos com História no Centro Histórico de Sintra».
17,30 h. – Celebração da Reconciliação (Confissões) na Igreja Paroquial de S. Pedro.
19,00 h. – Eucaristia celebrada na Igreja Paroquial de S. Pedro.
19,00 h. – Abertura da iluminação decorativa.
20,00 h. – Demonstração de ZUMBA do ginásio Kcal2000.
21,00 h. – Espetáculo musical com o conjunto "DO AVESSO", no palco do arraial.
22,30 h. – «Tributo a Michael Jackson», com Delfim Miranda, no palco do arraial.
00,30 h. – Encerramento do arraial.
01,00 h. – "Até amanhã, Senhora do Cabo!" – breve momento de oração, agradecimento e encontro junto da Imagem.

21 DE SETEMBRO – DOMINGO

08,00 h. – Alvorada.
08,30 h. – Chegada da Veneranda Imagem à Sociedade Filarmónica "Os Aliados".
09,00 h. – Grandiosa Procissão de N.ª S.ª do Cabo Espichel da Sociedade Filarmónica "Os Aliados" para o ringue do Parque da Liberdade, com a presença de andores das Comunidades da Unidade Pastoral de Sintra.
11,00 h. – Eucaristia campal presidida por Sua Em.ª Reverendíssima o Patriarca de Lisboa, D. Manuel Clemente, no Parque da Liberdade.
12,00 h. – Abertura do arraial.
15,00 h. – Desfile dos ranchos folclóricos pelo recinto do arraial até ao palco.
15,30 h. – «V DANÇAS E CANTARES DA NOSSA TERRA» – festival de folclore saloio.
18,00 h. – Concerto, no palco do arraial, pela Banda da Sociedade Filarmónica "Os Aliados".
19,00 h. – Abertura da iluminação decorativa.
20,00 h. – Demonstração de RITMOS do ginásio Kcal2000.
21,00 h. – Apresentação da banda "Six Tunes", no palco do arraial
22,00 h. – Espetáculo de «Vanessa Silva», participante do concurso "A tua cara não me é estranha", no palco do arraial.
00,00 h. – Encerramento do arraial.
00,30 h. – "Obrigado, Senhora do Cabo!" – breve momento de oração, agradecimento e encontro junto da Imagem. Encerramento dos festejos.

27 DE SETEMBRO – SÁBADO

18,00 h. – Eucaristia na Igreja Paroquial de S. Pedro, em agradecimento pela semana de Festas da Senhora do Cabo em S. Pedro de Sintra.
21,30 h. – Sessão solene para entrega de prémios, lembranças e diplomas, a realizar no quartel dos Bombeiros de S. Pedro de Sintra.

Para os mais pequenos

Retirado do site de: António Torrado e Cristina Malaquias

A Galinha da D. Gertrudes

Aquele jornalista das perguntas, que já conhecem, foi entrevistar uma galinha, mas uma galinha especial. Propunha-se a cacarejante criatura entrar para o Guinness, o livro dos recordes. E a fazer o quê? A pôr um ovo de ouro? Não, que ideia, que vulgaridade.

Essa é uma história muito antiga e já foi contada, há que tempos.

O fito dela era outro. Teimava a galinácea que seria capaz de chocar de uma só vez trinta ovos e de fazer assim nascer, sem tirar nem pôr, trinta pintainhos, trinta irmãozinhos pipilantes, cor de gema de ovo. - Vai precisar de alguma preparação especial? - perguntou-lhe o jornalista, passando a cabeça por cima da rede do galinheiro. - Cacracá, cacracá, cacracá - respondeu-lhe a galinha.

Queria ela dizer na dela que, estando choca, só precisava de muita paciência, porque a natureza faria o resto.

- E tem a certeza que os ovos estão todos em condições de ser chocados? - insistiu o jornalista.

Respondeu a galinha:

Cacracá, cacracá, cacracá. Ao que o galo da capoeira, muito senhor de si, acrescentou:

Cocrocó, cocrocó, cocrocó.

O que ambos queriam dizer percebe-se. Estavam seguros, seguríssimos, da impecável qualidade dos ovos, dispostos para o choco. Quem os acondicionara no ninho, que a galinha cobria, tinha sido a Dona Gertrudes, dona da galinha, do galo e do galinheiro todo, onde também estanciavam outros bicos, patas e patos, peruas e perus, como se pertencessem à mesma família.

- Em quanto está o último recorde? - quis saber o jornalista.

- Consta-me que pertence a uma galinha australiana que deu à luz vinte e nove pintos, num único choco. Confirma?

Cacracá.

A galinha confirmava.

Estava bem informado o jornalista.

Foi para o jornal e escreveu a notícia com o seguinte título: "Galinha portuguesa vai derrotar galinha australiana". Era um bocado exagero ou precipitação, mas este jornalista deixava-se levar pelo entusiasmo, que nem sempre é bom conselheiro de quem redige notícias. Lá que a galinha se esforçava ninguém duvida. Fazia-se leve e alargava as asas o mais que podia, para dar a todos os ovos calor por igual. Quando ela ia depenicar qualquer coisinha, o galo revezava-a no choco, o que não era desprimor nenhum. Os dias iam passando. No jornal, que era diário, o jornalista ia mantendo viva a atenção dos leitores. Já entrevistara por diversas vezes a Senhora Gertrudes, o marido da Senhora Gertrudes, vizinhos da Senhora Gertrudes e até tentara obter, em primeira mão, um depoimento do peru.

- Glu, glu, glu - dissera-lhe ele, meneando a cabeça com alguma inquietação.

Não era muito optimista o peru, o que se compreende.

A aproximação do Natal trazia-o muito apreensivo. As cascas dos ovos começaram a estalar. O jornalista, avisado, trouxe fotógrafo para o grande acontecimento.

Record mundial: "Trinta pintos para uma galinha", já via ele, em grossas letras, na primeira página. "Portugal derrota Austrália, no jogo da capoeira...", assim começaria a notícia. Afinal, não começou. Afinal, não derrotou. Ficaram empatados.

Eu explico. Os pintainhos foram nascendo, um a um, a trocar o passo, molhados e tiritantes. Mal se desembaraçavam da casca, fugiam outra vez para o calor da mãe. O pai galo, enternecido, ia-os contando: - Cocrocó... Cocrocó... Cocrocó... Cocrocó...

O jornalista e o fotógrafo e a Senhora Gertrudes e o marido da Senhora Gertrudes e os vizinhos e as vizinhas da Senhora Gertrudes também, em coro afinado, contavam: - ... Vinte e seis, vinte e sete, vinte e oito, vinte e nove... - Só falta um! Só falta um! - gri-

tava, exaltado, o jornalista, que mais parecia um locutor de um relato de futebol. O residente do último ovo resistia. Ou fosse ele mais preguiçoso ou fosse a casca mais grossa, não havia meio. Finalmente... craque, craque, craque... partiu-se. E ouviu-se, à roda, um " Oh!" - de desapontamento geral.

Não era um pinto, o que o último ovo escondia. Era um pato, um patinho vacilante, que logo foi esconder-se e juntar-se aos seus irmãos do choco. - Ai que troquei este ovo. Cabeça a minha! - exclamou a Senhora Gertrudes, dando uma palmada na testa. E foi assim que esta esforçada galinha não entrou no Guinness, o livro dos recordes. Ouvi dizer que está a ensaiar-se para nova tentativa! Ela e o galo, como não podia deixar de ser.

Labirinto

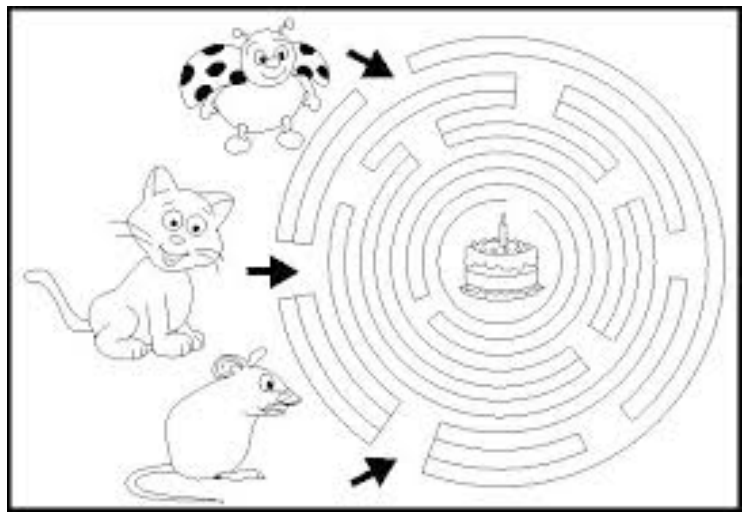
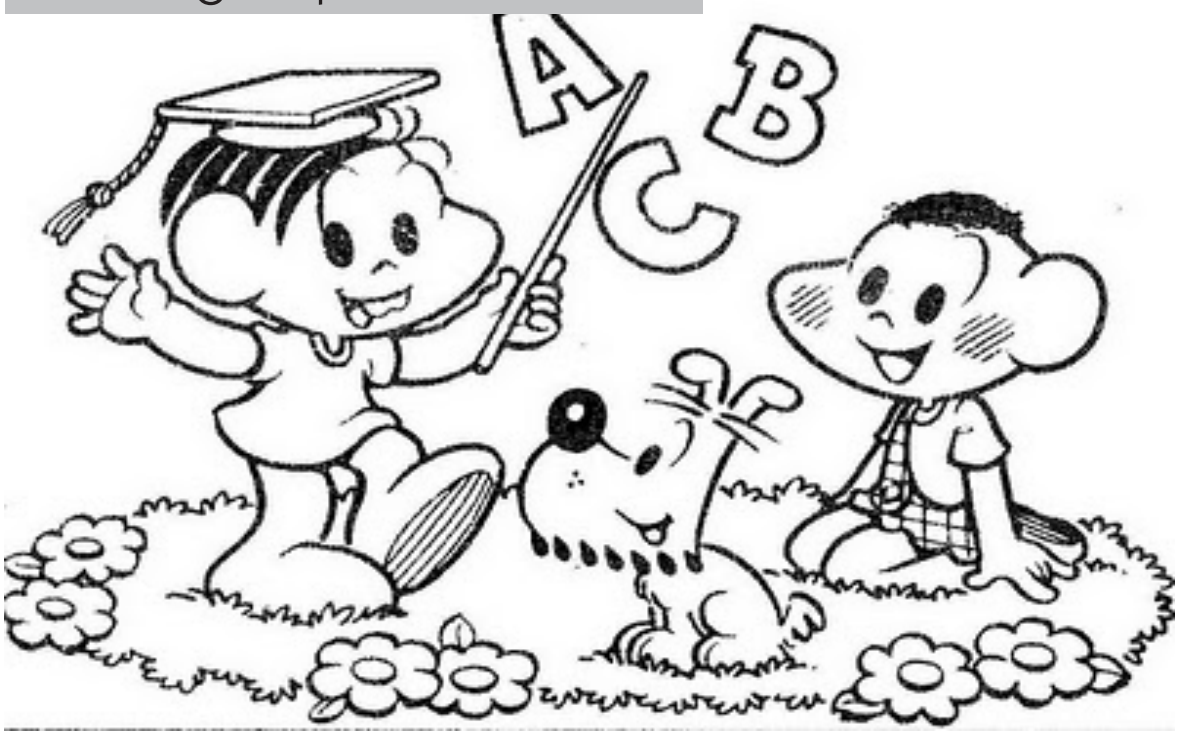


Imagem para colorir



Sudoku - puzzle

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

Estou apaixonada por Deus!

Teresa Santiago

Estou apaixonada, e quero que você também se apaixone Estou apaixonada pela pessoa mais maravilhosa deste mundo. Percebo sua presença em tudo o que vejo e sinto. É minha força, meu apoio, minha respiração meu tudo. Seu rosto me transmite paz, serenidade, consolo...E seus olhos, pude vê-los lacrimejando diante da tristeza, da dor, da pobreza extrema. Através deles aprendi a ver tudo de um jeito diferente. Esses olhos penetraram a minha alma. Em suas mãos toquei o céu, a cada carinho que me fez, ainda que às vezes me possa parecer desnecessário ou doloroso, me transmite todo o amor que tem por mim. Dos seus lábios só ouvi palavras eternas, seguindo seu passos, andei por um caminho de felicidade e cada manhã, sinto seu sussurro de carinho dando-me forças. Como posso não estar apaixonada? Seu amor é total, intenso. É capaz de dar-me tudo o que tem, inclusive a própria vida. Humilhou-se por mim, por amor, e sou testemunha disso. Não se importou com o que os outros pudessem dizer. Abriu-me Seu coração totalmente e o ofereceu a mim sem reservas. E o que é mais importante ensinou-me a amar; um amor que é entrega e doação aos outros; que passa muitas vezes pelo sofrimento, que pretende servir e dar a vida pelo outro, um amor que não vê final. Eu antes só sabia querer bem, só conhecia esse sentimento que se limita a uma vida sem sofrimento. Ao contrário da Eternidade do Seu amor. O que eu sentia acabava diante do primeiro obstáculo.

Estou apaixonada pela pessoa mais fiel deste mundo, nunca me abandona, ainda que às vezes pareça esconder-se: sempre aparece no momento mais necessário. Vejo que cada passo Seu é cuidadosamente planejado para me mostrar seu amor. E quando fui infiel, me procurou, voltou a seduzir, e não descansou enquanto não conseguia ter-me novamente a seu lado. Não sou digna deste amor! Após cada traição, quando voltei sempre me perdoou, sem se importar com o que eu fiz, sem se importar com a intensidade da minha infâmia. É a única pessoa que jamais vai me trair; está comigo, na minha velhice; mais ainda estará comigo até a minha morte chegar, amando-me enquanto meu corpo esperar a ressurreição para a vida eterna. Com um amor que começou aqui na terra. Como não querer que todo o mundo O conheça também? Tenho a certeza que mudariam seu comportamento; como eu mudei o meu. Bastaria olhar para Ele, pregado na cruz, por amor abrindo-nos o seu coração. Porque esta pessoa tão extraordinária, bela, amante fiel é Jesus Cristo, o Filho de Deus feito Homem, que morreu por mim, que foi humilhado, pregado no lenho da cruz, morto e ressuscitado, para mendigar algumas migalhas do meu amor. Ninguém jamais encontrará alguém igual, porque só Ele pode dar plenitude e sentido á vida aqui e na eternidade, somente o seu amor preenche a alma. Estou apaixonada por esta Pessoa, é meu anseio que também cative o coração de todo o mundo.

O mundo e os homens têm necessidade de conhecer a misericórdia que transborda do seu Sagrado Coração aberto. É uma porta aberta para receber de Deus o perdão e a paz. Jesus nos diz: nem eu te condeno, vai e não peques mais. “Senhor estende Tua misericórdia aos que professam fé diferente da nossa, e pelos que não crêem em Teu Filho, como Senhor e Salvador”.

Setembro 2014

PORTADORES DE DEFICIÊNCIA MENTAL

Para que os portadores de deficiência mental recebam o amor e a ajuda que necessitam para levar uma vida digna.

SERVIÇO AOS POBRES

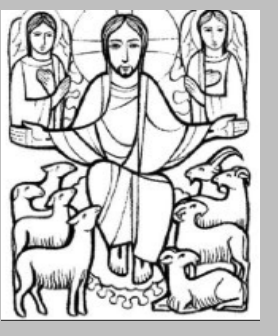
Para que os cristãos, inspirados pela Palavra de Deus, se comprometam com o serviço aos pobres e aos que sofrem.

Farmácia Marrazes
Propriedade e Direcção Técnica de
FARMÁCIA MARRAZES
Dra. Célia Maria Simões Casinhas
Horas Seg - Sex: 8:45 - 20:00
Sáb: 9:00 - 13:00
Largo Afonso de Albuquerque, n.º 24 - Estefânia
2710 - 519 SINTRA
Telefone: 21 923 00 58

Calendário Litúrgico - Setembro 2014 - Ano A

	Dia 7	Dia 14	Dia 21	Dia 28
	XXIII TEMPO COMUM	Exaltação da Santa Cruz	XXV TEMPO COMUM	XXVI TEMPO COMUM
Leitura I	Ez 33, 7-9	Num 21, 4b-9	Is 55, 6-9	Ez 18, 25-28
	«Se não falares ao ímpio, pedir-te-ei contas do seu sangue»	«Quem era mordido, olhava para a serpente de bronze e ficava curado»	«Os meus pensamentos não são os vossos»	«Quando o pecador se afastar do mal, salvará a sua vida»
Salmo	94, 1-2.6-7.8-9	77, 1-2.34-35.36-37.38	144, 2-3.8-9.17-18	24, 4-5.6-7.8-9
	"Se hoje ouvirdes a voz do Senhor, não fecheis os vossos corações"	"Não esqueçais as obras do Senhor."	"O Senhor está perto de quantos O invocam."	"Lembrai-Vos, Senhor, da vossa misericórdia."
Leitura II	Rom 13, 8-10	Filip 2, 6-11	Filip 1, 20c-24.27a	Filip 2, 1-5
	«A caridade é o pleno cumprimento da lei»	«Humilhou-Se a Si próprio; por isso Deus O exaltou»	«Para mim, viver é Cristo»	«Tende em vós os mesmos sentimentos de Cristo Jesus»
Evangelho	Mt 18, 15-20	Jo 3, 13-17	Mt 20, 1-16a	Mt 21, 28-32
	«Se te escutar, terás ganho o teu irmão»	«O Filho do homem será exaltado»	«Serão maus os teus olhos porque eu sou bom?»	publicanos e as mulheres de má vida irão adiante de vós para o reino de Deus»

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."

Serviço Litúrgico - Setembro

Dia 6 – Sábado
17.00h Celebração da Palavra em Galamares
18.00h Missa em São Pedro
19.00h Missa em S. Miguel
21.00h Encontro de preparação da Iniciação Cristã

Dia 7 – Domingo XXIII do Tempo Comum
09.00h Celebração da Palavra em Janas
09.00h Missa na Várzea
09.00h Missa em Manique
09.30h Celebração da Palavra em Lourel
10.15h Missa em S. Pedro
10.00h Missa em rito Bizantino, em S. Martinho
11.00h Missa em S. Miguel
12.00h Missa no Linhó
15.00h Reunião da Comissão de Santa Eufémia
19.00h Missa em S. Martinho

Dia 8 – Segunda-feira
07.30h Missa em Monte Santos
18.30h Missa no Linhó
21.30h Reunião da Comissão da Senhora do Cabo

Dia 9 – Terça-feira
18.00h Atendimento/Confissões em S. Martinho
19.00h Missa em S. Martinho
21.00h Grupo de Partilha da Palavra em S. Pedro
21.00h Oração do Grupo Nazaré, em S. Miguel

Dia 10 – Quarta-feira
19.00h Missa em S. Miguel
19.00h Missa em rito Bizantino, em S. Martinho
21.30h Reunião do Secretariado da Catequese

Dia 11 – Quinta-feira
09.00h Missa em S. Pedro e Atendimento/Confissões
18.00h Atendimento/Confissões em S. Martinho
19.00h Missa em S. Martinho
21.00h Ensaio Coros da UPS – Festas Sra. do Cabo

Dia 12 – Sexta-feira
09.00h Missa em S. Miguel e Atendimento/Confissões
15.00h Missa no Lar Asas Tap
18.00h Atendimento/Confissões em S. Pedro
19.00h Missa em S. Pedro

Dia 13 – Sábado – **INÍCIO DAS FESTAS DE NOSSA SENHORA DO CABO EM S. PEDRO**
13.30h Recepção da Imagem em S. Julião do Tojal
15.30h Abertura do Arraial na Quinta de Santa Teresa
Não há celebrações vespertinas, havendo apenas:
18.30h CÍRIO DE CHEGADA E ACOLHIMENTO DA IMAGEM DE NOSSA SENHORA, no campo do "1º de Dezembro"
20.00h MISSA CAMPAL, seguida de procissão para igreja de S. Pedro
01.00h Oração da noite na igreja de S. Pedro

Dia 14 – Domingo XXIV do Tempo Comum
09.00h Celebração da Palavra na Várzea
09.00h Celebração da Palavra em Manique
09.00h Missa em Janas
09.30h Missa em Lourel
10.15h Missa em S. Pedro
10.00h Missa em rito Bizantino, em S. Martinho
11.00h Missa em S. Miguel
12.00h Missa em S. Martinho (grupo italiano)
15.30h VIII Cortejo Regional de Sintra
17.00h Missa em Monte Santos
19.00h Missa em S. Martinho
00.30h Oração da noite na igreja de S. Pedro

Dia 15 – Segunda-feira
15.00h Visita da Imagem da Sra. do Cabo a doentes de S. Pedro
19.00h Missa em S. Pedro por intenção dos doentes
00.30h Oração da noite na igreja de S. Pedro

Dia 16 – Terça-feira
10.30h Missa no Estabelecimento Prisional (p/confirmar)
16.30 MISSA DE FESTA EM S. EUFÉMIA, com presença da imagem da Sra. do Cabo
19.00h Missa em S. Martinho
21.00h Oração do Grupo Carismático Nazaré
00.30h Oração da noite na igreja de S. Pedro

Dia 17 – Quarta-feira
19.00h Missa em S. Pedro
19.00h Missa em rito Bizantino, em S. Martinho
00.30h Oração da noite na igreja de S. Pedro

Dia 18 – Quinta-feira
10.00h Reunião do Clero da Vigararia
14.30h Visita da imagem de N. Sra. ao Lar "Card. Cerejeira"
15.30h Visita da imagem ao Lar do Oitão
19.00h Missa em S. Martinho
19.00h Missa em S. Pedro por intenção dos idosos
21.30h Ultreia regional dos Cursilhos na Amadora
00.30h Oração da noite na igreja de S. Pedro

Dia 19 – Sexta-feira
09.00h Missa em S. Miguel seguida de Atendimento
18.00h Atendimento e Confissões, em S. Pedro
19.00h Missa em S. Pedro por intenção de crianças e jovens: participação da Catequese
00.30h Oração da noite na igreja de S. Pedro

Dia 20 – Sábado
15.00h Celebração da Palavra no Lar Asas Tap
15.30h 5º Desfile de «Veículos com História no Centro Histórico de Sintra»
17.00h Celebração da Palavra em Galamares
17.30h Confissões em S. Pedro
19.30h Missa em S. Pedro
19.00h Missa em S. Miguel
21.00h Encontro de preparação da Iniciação Cristã
21.30h Reunião preparatória para Baptismo
00.30h Oração da noite na igreja de S. Pedro

Dia 21 – Domingo XXV do Tempo Comum
09.00h PROCISSÃO com a imagem da SENHORA DO CABO d'«Os Aliados» para o Parque da Liberdade
11.00h MISSA CAMPAL NO PARQUE DA LIBERDADE – Preside o Sr. Patriarca D. Manuel Clemente

19.00h Missa em S. Martinho
00.30h Oração da noite na igreja de S. Pedro

Dia 22 – Segunda-feira
07.30h Missa em Monte Santos
18.30h Missa no Linhó

Dia 23 – Terça-feira
18.00h Atendimento/Confissões em S. Martinho
19.00h Missa em S. Martinho
21.00h Grupo de Partilha da Palavra em S. Pedro
21.00h Adoração ao Santíssimo - Grupo Nazaré

Dia 24 – Quarta-feira
19.00h Missa em S. Miguel
19.00h Missa em rito Bizantino, em S. Martinho
21.00 Reunião de abertura da Oficina de Oração
21.30h Reunião Vicarial de Catequistas

Dia 25 – Quinta-feira
09.00h Missa em S. Pedro e seguida de Atendimento
18.00h Atendimento/Confissões em S. Martinho
19.00h Missa em S. Martinho
21.30h Reunião Geral de Catequistas da UPS

Dia 26 – Sexta-feira
09.00h Missa em S. Miguel e Atendimento/Confissões
18.00h Atendimento/Confissões em S. Pedro
19.00h Missa em S. Pedro
21.00h Conselho de Pais dos Escuteiros

Dia 27 – Sábado
15.00h Celebração da Palavra no Lar Asas Tap
17.00h Missa em Galamares
18.00h Missa em S.Pedro
19.00h Missa em S. Miguel: dia de São Vicente de Paulo
21.00h Encontro de preparação da Iniciação Cristã
21.30h Reunião preparatória do Baptismo
21.30h Sessão solene da Comissão de N. Sra. do Cabo no Quartel dos Bombeiros de S. Pedro de Sintra

Dia 28 – Domingo XXVI do Tempo Comum
09.00h Missa em Janas
09.00h Celebração da Palavra em Manique
09.00h Celebração da Palavra na Várzea
09.30h Missa em Lourel
10.15h Missa em S. Pedro
10.00h Missa em rito Bizantino, em S. Martinho
11.00h Missa em S. Miguel
12.00h Missa no Linhó
17.00h Missa em Monte Santos
19.00h Missa em S. Martinho

Dia 29 – Segunda-feira
07.30h Missa em Monte Santos
12.00h Missa em S. Martinho (grupo italiano)
18.30h Missa no Linhó

Dia 30 – Terça-feira
18.00h Atendimento e Confissões em S. Martinho
19.00h Missa em S. Martinho
21.00h Grupo de Partilha da Palavra em S. Pedro
21.00h Oração do Grupo Nazaré, em S. Miguel

PREVISTO PARA O MÊS DE OUTUBRO:
29 Set-5 Out: Início da Catequese (apresentações)
4-5 Outubro: Missa da Catequese
19 Outubro: Dia Mundial das Missões
25 Outubro: Reunião do novo Conselho Pastoral

NOVOS HORÁRIOS DA MISSA A PARTIR DE OUTUBRO

A Equipa Pastoral da Unidade Pastoral de Sintra, decidiu, após consulta ao Conselho Pastoral, fazer algumas alterações aos horários da Eucaristia nas três Paróquias, de modo a servir a comunidade da melhor forma, com os recursos que temos.

SÁBADO

Alternado de 15 em 15 dias com a celebração da Palavra:

16h30 Missa Galamares

Semanalmente:

16h30 Abrunheira
18h00 S. Pedro
19h00 S. Miguel

DOMINGO

Alternado de 15 em 15 dias com a celebração da Palavra:

9h00 Janas e Manique
9h30 Lourel
10h15 Várzea

Semanalmente:

10h15 - S. Pedro
11h30 - S. Miguel
12h00 - Linhó
19h00 - S. Martinho

DIAS DA SEMANA:

Terça-feira: 19h00 S. Pedro
Quarta-feira: 17.30h Monte Santos
19h00 S. Miguel
Quinta-feira: 19h00 S. Martinho
Sexta-feira: 9h00 S. Miguel
19h00 S. Pedro

*A Missa nos lares de idosos ser**á preferencialmente à terça ou quintas-feira**.

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, Edificio Sintra LJ 12 – 2710-546 Sintra
(Galeria Comercial, junto à Igreja de São Miguel)
Alvará INCI: 60495

ESTORES BANDARRA LDA
Fabrico e Comércio de Todo o tipo de Estores
Recta da Granja, Lote 6
2725-118 Algueirão
Tel:219265110 fax:219265119
www.estoresbandarra.com

Sínodo Lisboa 2016

Como já é do conhecimento de todos, na Diocese de Lisboa está em preparação um Sínodo, que se realizará em 2016, como resposta dada pelo nosso Patriarca Manuel Clemente, ao apelo do Papa Francisco na sua Exortação Apostólica "A Alegria do Evangelho".

As etapas

A caminhada de preparação para o Sínodo decorrerá ao longo dos próximos dois anos pastorais: 2014-15 e 2015-16. Em cada trimestre seremos conduzidos por um dos capítulos da Exortação Apostólica "A Alegria do Evangelho"

De Set. a Dez. de 2014: "A transformação missionária da Igreja"
De Jan. a Mar. de 2015: "Na crise do compromisso comunitário"
De Abr. a Jun. de 2015: "O anúncio do Evangelho"
De Set. a Dez. de 2015: "A dimensão social da evangelização"
De Jan. a Mar. de 2016: "Evangelizadores com Espírito"

No último trimestre do ano pastoral 2016 (de Abril a Junho) construir-se-á o documento de trabalho sinodal ["Instrumentum Laboris"], a partir das reflexões feitas nos trimestres anteriores.

Toda esta caminhada guiar-nos-á à Assembleia Sinodal, que se realizará em novembro de 2016.

Se queremos mudar o mundo, comecemos por nós próprios, pelas nossas famílias, grupos cristãos, comunidades religiosas, movimentos, associações, paróquias, diocese...

Enquanto caminhamos em comunhão rumo ao Sínodo, deixemo-nos interpelar-transformar por Jesus Cristo, pela Palavra de Deus e pelos sacramentos, pelos acontecimentos do nosso tempo e pelas pessoas em quem Jesus vem ao nosso encontro.

Este será um tempo de ensaio de iniciativas pastorais de âmbito missionário: «Ensaio de modos e meios de projeção missionária de cada comunidade – paróquias, institutos, famílias e todas as formas agregativas da vida cristã –, local a local, ambiente a ambiente, processo a processo». (D. Manuel Clemente, homilia da Missa Crismal, 2014).

Etapa #1 – Setembro a Dezembro de 2014, "A transformação missionária da Igreja"

Somos convidados a ler o Capítulo I da Exortação Apostólica "A Alegria do Evangelho" e sublinhar o que mais nos interpela ou chama a atenção. Podem constituir-se grupos de reflexão para responder às questões seguintes. O Guião para esta etapa (aqui resumido) está disponível em papel. Apenas aqui apresentamos o primeiro bloco de perguntas, as restantes serão apresentadas nas próximas edições do Cruz Alta.

Perguntas:

I. Uma Igreja "em saída"

O dinamismo missionário está presente em cada um de nós?
As nossas comunidades respiram a urgência de levar a todos, sem excepção, o anúncio do Evangelho?
Limitamo-nos a acolher quem nos procura ou partimos, pelas encruzilhadas dos caminhos, em busca dos afastados e excluídos?
Que desafios novos coloca o mundo de hoje à missão evangelizadora da Igreja?
O que é que na nossa vida (individual e comunitária) é já expressão da alegria missionária e do desejo de partilhar com todos a Boa Nova que é conhecer Jesus Cristo e viver unido a Ele?
Que iniciativas concretas é que a nossa comunidade pode/deve tomar para chegar a todos e a cada um em particular?
Como tocar a vida de cada um dos nossos irmãos, acompanhá-los e celebrar em conjunto o caminho feito?

Síntese

Os grupos de reflexão e diálogo que abordarem estas questões farão a síntese das respostas dadas e enviá-las-ão até ao dia 31 de Dezembro de 2014 para o Secretariado Permanente do Conselho Pastoral de Sintra (para o email sao.miguel@paroquias-sintra.pt).

Compromisso

Anunciar e divulgar à minha volta e na minha rede de contactos esta caminhada sinodal que estou a viver, convidando outros – "de dentro" e "de fora" da Igreja – a também participarem.

P. Jorge Doutor

ANTIGA FÁBRICA DE QUEIJADAS FINAS DA ★ PIRIQUITA ★ CONSTÂNCIA GOMES PIRIQUITA

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

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

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

ANTIGA FÁBRICA DE QUEIJADAS FINAS DA ★ PIRIQUITA ★ CONSTÂNCIA GOMES PIRIQUITA

Ao correr da pena

Guilherme Duarte

VINTE E CINCO ANOS DEPOIS

A veneranda imagem de Nossa Senhora do Cabo Espichel está de regresso a Sintra, desta vez à paróquia de S. Pedro de Penaferrim de onde partiu há vinte cinco anos atrás. Estas visitas da imagem peregrina da Senhora do Cabo constituem sempre momentos de enorme emoção e de especiais manifestações de Fé e amor à Virgem Maria. Não se trata de um regresso de Nossa Senhora a Sintra como é habitual dizer-se, porque Nossa Senhora nunca de cá saiu.

Ela está, e esteve sempre presente a nosso lado para nos proteger e guiar, estendendo-nos a sua mão para nos conduzir com segurança pelo caminho do bem que nos levará até junto de seu Filho Jesus. Nossa Senhora nunca nos abandonou e sempre falou connosco para incentivar a nossa Fé e amor a Deus e para nos alertar quando nos desviamos do caminho certo. O problema foi, e continua a ser, a nossa surdez para ouvir a sua voz e a nossa distracção para detectarmos e entendermos os seus sinais. Embrenhados que estamos nos nossos afazeres, mais atentos a solicitações que nos parecem mais apetecíveis e mais fáceis de seguir, encontramos tempo para tudo menos para ouvir e conversar diariamente durante alguns minutos com Nossa Senhora. Mantemo-nos surdos à voz de Maria e ignoramo-La até que a vida nos pregue uma partida que nos leve a correr a lançarmo-nos nos seus braços implorando a sua ajuda. Com a generosidade própria da Mãe de Deus, Nossa Senhora nunca nos vira as costas e acolhe-nos com amor nesses momentos de aflição. Nossa Senhora, é a nossa Mãe do Céu e como uma boa mãe que é ignora a nossa ingratidão e não desiste nunca de nós. Somos nós que tantas vezes desistimos Dela. Estas visitas da imagem de Nossa Senhora do Cabo às diversas Freguesias do Círio Saloio, tal como a infinidade de festejos que se realizam por esse país fora em honra da Santíssima Virgem, sobre as mais diversas invocações, têm como finalidade maior aproximar-nos da nossa Mãe do Céu, incentivar-nos a dispensar algum do nosso tempo para a ouvir e conversar com Ela e para a venerar e amar como Ela merece.

É neste contexto que devemos encarar e festejar a visita da imagem peregrina de Nossa Senhora do Cabo Espichel a S. Pedro de Penaferrim. Que a sua presença entre nós nos aproxime ainda mais de Nossa Senhora e que a sua estadia durante o ano em que permanecerá entre nós contribua para que nos tornemos melhores pessoas e cristãos mais autênticos. As dificuldades que o país atravessa não permitem que os festejos profanos atinjam o brilho e a grandiosidade de outrora mas não há crise económica nenhuma que impeça que as cerimónias religiosas que estão programadas se transformem em imponentes manifestações de Fé e de amor a Deus e à Santíssima Virgem. Decerto que daqui a um ano, quando a imagem veneranda de Nossa Senhora do Cabo rumar a outras paragens, deixará atrás de si uma Sintra mais devota e mais solidária. Uma Sintra ainda melhor.

Oração Oficial do Sínodo

Maria, Mãe da Igreja
ajudai-nos a dizer o nosso «sim».
Dai-nos a audácia de buscar novos caminhos
para que chegue a todos
o dom da beleza que não se apaga.
Virgem da escuta e da contemplação,
intercedei pela nossa Igreja de Lisboa,
em caminho sinodal,
para que nunca se feche nem se detenha
na sua paixão por instaurar o Reino.
Estrela da nova evangelização,
ajudai-nos a resplandecer
com o testemunho da comunhão,
do serviço, da fé ardente e generosa,
da justiça e do amor aos pobres,
para que a alegria do Evangelho
chegue até aos confins da terra
e nenhuma periferia fique privada da sua luz.
Mãe do Evangelho vivo,
manancial de alegria para os pequeninos,
rogai por nós.
Ámen.

Cruz Alta
ASSOCIAÇÃO CULTURAL CRISTÃ DE SINTRA

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

UNIDADE PASTORAL DE SINTRA

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

Ficha Técnica

Nº DL 355534/13

Direcção:
Mafalda Pedro; Graça e Álvaro Camara de Sousa; Guilherme Duarte; Rui Antunes; P. Armindo Reis; José Pedro Salema; P. Jorge Doutor.

Jornalista:
Guilherme Duarte

Colaboração:
Catarina Hilário; Teresa Santiago;; Miguel Forjaz; Guilherme Duarte; Pe. Armindo Reis; Frei Tomé de Jesus; Vitor Cabrita; Pe. Jorge Doutor; Rita Goja; Pedro Martins; Irmã Graça;

Fotografia:
Arquivo Cruz Alta; P. Jorge Doutor; Ana Paula Bento; ; Mafalda Pedro; Carlos Macias.

Edição gráfica e paginação:
José Pedro Salema; Pedro Martins; Rita Carvalho; 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.pt

Impressão:
Empresa Gráfica Funchalense
.:: MORELENA - PERO PINHEIRO ::.

Tiragem deste número:
2000 exemplares

Missão Cabo Esperança

Helena Wemans

É para mim uma alegria poder contar-vos um pouco do que foi a minha experiência em Cabo Verde. Fui em missão com o grupo de jovens e com o padre da paróquia do Seixal, o padre Marco Luís, para a ilha de Santiago.

Aquilo que nos foi pedido foi uma coisa simples: estar com as pessoas. Ao princípio pensei que isso não era realmente o mais importante num país onde a pobreza espreita a cada esquina. Pensei que seria mais enriquecedor pintar uma igreja, construir qualquer coisa, ajudar em qualquer coisa concreta e mais visível aos meus olhos. Mas à medida que o tempo foi passando apercebi-me que isso era sem dúvida um ponto secundário.

Na primeira semana passámos por várias paróquias sempre acompanhados pelo Frei Andrade, o padre de lá. Em cada paróquia participávamos na missa com as pessoas. As igrejas (ou o que servia de igreja), estavam sempre cheias de gente com uma Fé tão acesa que várias vezes me senti muito pequenina ao seu lado! No final da missa havia sempre uma grande festa onde tínhamos oportunidade de conviver, animar um pouco com músicas nossas, enculturarmo-nos nas danças tradicionais... Enfim, de partilharmos também a nossa alegria em podermos estar ali presentes.

Visitámos algumas famílias. Quando entrávamos nas casas estava tudo pronto para nós: tudo limpo, arrumado e mesa posta. Mesmo tendo pouco ofereciam-nos tudo com um sorriso na cara e uma alegria imensa por nos poderem receber. Esta alegria que tinham é impossível de descrever por ser tão grande e sincera. Para mim foi a alegria de Jesus Vivo nas suas vidas.

Na segunda semana fomos para a outra ponta da ilha, para o Tarrafal. Ficámos sempre na mesma paróquia o que nos permitiu ter uma relação mais próxima com as pessoas. Receberam-nos com igual simpatia e entusiasmo. Quase todas conheciam Portugal o que facilitou em muito as conversações. Chegámos mesmo a encontrar um senhor que conhecia o pai de um dos jovens do grupo!

No Tarrafal levantávamo-nos todos os dias às 6 da manhã para assistirmos às laudes seguidas de missa às 7

horas. Pensava eu que a essa hora "disparatada" da manhã não estaria ninguém na igreja. Qual não é o meu espanto quando passo a porta e a encontro cheia. Se calhar tão cheia como uma missa de Domingo em Sintra... Foram estes pequenos "choques" que me fizeram perceber que realmente o importante é Jesus, e que para nos encontrarmos com Ele não pode haver horas ou restrições. Temos que estar permanentemente disponíveis e alerta para o que Ele quiser.

Tivemos também vários encontros com grupos de jovens. Alguns grupos com mais de 30 anos e todos eles com pelo menos 30 jovens. "Um exemplo a seguir!" pensei eu. Mas logo depois pensei: "pois... Mas se não fizer a minha parte, nunca vou ver em Sintra um grupo com a vitalidade dos que vejo aqui...". Conhecemos realmente grupos com verdadeira vontade de crescer na Fé e de transmiti-la ao mundo inteiro.

Aquilo que vivi em Cabo Verde foi sem dúvida inesquecível. Tento viver aqui aquilo que vivi lá, para que não se perca nenhuma das sementes que Jesus semeou em mim enquanto lá estive. Agora estou em Sintra, mas parte do meu coração ficou por terras de Santiago. Custa-me não ter a certeza se dia 14 foi a última vez que vi aquela estrada, aquelas pessoas, o Frei... Espero voltar um dia para ir buscá-la e preencher o vazio e a saudade que já sinto.

Inscrições para a Catequese

Prevê-se que a Catequese inicie na semana de 29 de Setembro a 5 de Outubro, com encontro de apresentação no dia a combinar para cada grupo, e a celebração festiva, na Missa de cada Centro, nos dias 4 e 5 de Outubro.

Todas as crianças e adolescentes devem preencher uma pequena ficha de inscrição para a Catequese, junto dos catequistas ou no Cartório.

Os catequistas de cada grupo serão anunciados na segunda quinzena de Setembro. É natural que a organização deste ano de Catequese obrigue a algumas mudanças de catequista.

Os catecismos poderão ser adquiridos também em Setembro no Cartório da Igreja de São Miguel.

A Unidade Pastoral de Sintra precisa de mais catequistas porque existem alguns grupos demasiado grandes e porque há catequistas que, por razões pessoais, não poderão dar Catequese no próximo ano.

Para ser catequista, além das qualidades humanas, é preciso ser católico praticante e ter a formação básica de catequista ou estar disposto a recebê-la. Certamente que há pais que também poderão ser catequistas.

Em São Miguel, para permitir que todas as crianças e jovens tenham Catequese, vamos tentar oferecer grupos de Catequese à quarta-feira ao fim da tarde, ao sábado e agora ao domingo de manhã, desde que as inscrições justifiquem a abertura nesses horários. Como a Missa em São Miguel ao Domingo passará a ser às 11.30h, poderão haver grupos de Catequese às 10h.

Os horários vão ser construídos também a pensar nos escuteiros, para que todos possam frequentar a catequese, com mais do que uma possibilidade para a maior parte dos volumes.

Em Sintra há muitas crianças que nunca frequentaram a Catequese. Cada cristão deverá fazer apostolado junto das famílias que conhece com crianças, incentivando-as a inscrever os filhos na Catequese.

A Funerária
São João das Lampas
Quintino e Morais
25 Anos
Atendimento Permanente
808 201 500
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 40
Brevemente na Terrugem
www.funerariaquintinoemorais.pt • E-mail: quintinoemorais@mail.telepac.pt